



Spring ud i livets efterår



Pris: Kr. 2.095,-

Inkl. fuld forplejning

Tillæg for enkeltværelse kr. 350,- / m. bad & toilet 300,- kr.

Ankomst kl. 10, afrejse kl. 15

*Et privilegium at blive ældre
- lad os nyde det*

Tisvilde Højskole

Julsgårdsvej 1-5, 3220 Tisvildeleje

Tlf. 48 70 76 36 man.-tors. kl. 10-14

tisvildehoejskole@gmail.com, tisvildehoejskole.dk

Tisvilde Højskole
22. - 24. maj 2017

Vi er glade for at kunne gentage succesen fra 2016 med kursus "Spring ud i livets efterår". Sammen med fagfolk såsom læge og aldersforsker Henning Kirk og tidligere kulturminister, forfatter Jytte Hilden, ser vi på de udfordringer og muligheder, der er forbundet med det at komme lidt op i årene.

Sociale relationer og roller ændrer sig hele livet. På kurset taler vi derfor om netværk og om nye roller i forhold til familie og venner.

Vi vil drøfte udfordringer, lære nyt og hente god energi som vi kan bruge i dagligdagen.

Kursusledere er Kirsten Frische og Chirstin Plate. De har begge lang erfaring indenfor ledelse, uddannelse og undervisning i sundhedsvæsenet.



Tisvildeleje

Mandag den 22. maj

- 10.00-11.00 Så ankommer vi.
- 11.00-12.00 Vi samles. Præsentation af kurset og hvem vi er.
- 12.00-13.00 Frokost.
- 13.00-14.00 De unge ældre, hvem er vi? Oplæg ved Kirsten Frische.
- 14.00-15.00 Sociale relationer. Oplæg ved Chirstin Plate.
- 15.30-17.00 Ud i den friske luft. Turen afsluttes i badehuset.
- 18.00-19.00 Middag.
- 20.00-22.00 Musik. Henry O'Connor spiller og synger.

Tirsdag den 23. maj

- 8.00-9.00 Morgenmad.
- 9.00-10.00 Sang og bevægelse.
- 10.00-12.00 Livskarriere og hjernekarriere. Oplæg ved læge og aldersforsker Henning Kirk.
- 12.00-13.00 Frokost.
- 13.30-15.30 Tur til Rabarbergården i Holløse - et økologisk gårdprojekt
- 18.00-19.30 Fstmiddag.
- 20.00-22.00 Sang og musik ved forfatter, sanger m.m Merete Bojsen-Møller.

Onsdag den 24. maj

- 8.00 - 9.00 Morgenmad.
- 9.00-10.00 Sang og bevægelse.
- 10.00-12.00 Sammen med tidligere kulturminister og forfatter Jytte Hilden vil vi se på de muligheder og udfordringer, der er forbundet med det at blive ældre.
- 12.00-13.00 Frokost.
- 13.00-14.00 Se og høre om spændende og udfordrende kunst.
- 14.30-15.00 Opsamling og farvel og tak for denne gang.



Badehusene