

# Et sjovere seniorliv

Fredag, d. 16/4 2021 kl. 11:00 – Søndag, d. 18/04 2021 kl. 10:00

**Flyttet til: Fredag, d. 26/11 2021 kl. 11:00 – Søndag, d. 28/11 2021 kl. 10:00**

Kursus nummer: 21023. – Pris kr. 2.295,-.

Tillæg: Eneværelse kr. 250,-. Bad og toilet kr. 250,-.

Kursusleder: Chirstin Plate og Kirsten Frische

”Et sjovere seniorliv – grib nutidens muligheder – bland dig”. Forkæl dig selv med dejlige dage i Tisvildeleje. Mød Poul Joachim Stender, Præst i Kirke Saaby, Henning Kirk, aldringsforsker og forfatter Anne Leonora Blaakilde, kulturforsker og oplev musikalsk underholdning med Erik Grip.

Kurset er for dig, der forbereder dig på at gå eller lige er gået på pension, eller som fortsat gerne vil være med, hvor det sker, som vil være synlig, være på, bidrage med synspunkter, mærke verden og endelig formulere nye historier om det at være midt i livet.

Du får lejlighed til at blive inspireret, få afprøvet tanker, holdninger og drømme, som kan få indflydelse på din fremtid. Der er mange myter om det at blive ældre. Dem vil vi tage fat på og evt. ændre på. Med faglige, saglige og relevante input kan vi nå frem til fortællinger, som tegner et aktuelt og mere opdateret billede af os op i årene. Vi griber nutiden og ser på, hvad vi bliver bedre til med alderen. Vi ser på relationen mellem generationerne, da vi tror samspillet kan blive bedre og mere ligeværdigt, når der er forståelse for de udfordringer og livssituationer, vi hver især står i.

Samvær med børn og børnebørn står centralt, det giver inspiration, nysgerrighed og livskvalitet. Vi vil selvfølgelig præsentere facts og se på de mange spændende muligheder der ligger i, at vi får stadig flere leveår. Netop sådanne strømninger vil vi forholde os til og forhåbentlig finde nye veje til at samfundet ser os som en ressource fremfor en byrde.

Kurset krydres med musik, kunst, dejlig mad, motion, varme og fællesskab.

Kursuslederne har begge lang erfaring inden for ledelse, uddannelse – og undervisning indenfor sundhedsvæsenet.