

Kære borger

Vi vil gerne invitere dig til et arrangement

Mandag den 30. oktober kl. 13.00-16.00 i Underværket, Stemannsgade 9C

(vi står og tager imod ved hovedindgangen)

Du er inviteret sammen med andre over 60 år, der har mistet livsledsager indenfor de seneste par år.

Det kan være svært at finde fodfæste igen efter en ægtefælles død og evt. langvarig sygdom.

At mødes med andre i samme situation kan være en god hjælp.

Program:

Kl. 13.00 Velkomst v. Anne Scamuzzi.

Kl. 13.15 Foredrag ved sygeplejerske og cand. pæd i pædagogisk psykologi, Inge Kaldahl, der har haft mange samtaler med ældre i sorg. "Når man mister, ændres livet for altid". Kan man give sorgen et sprog? Kan man lære at tage imod hjælp? Kan man genfinde sig selv i et ændret liv? Det er nogle af de emner Inge Kaldahl vil komme ind på, når hun deler ud af sin store viden om ældre, sorg og savn.

Kl. 14.15 Tid til spørgsmål.

Kl. ca. 14.30 Inge Schultz-Knudsen fortæller om, hvilke tilbud, der er lokalt. Hvem er "vi".

Frivilligkoordinator Birgitte Saksø Juhl: Hvilke muligheder er der for at blive frivillig på ældreområdet.

Kl. 15.00 Kaffe og snak ved bordene.

I mange år har vi troet, at sorg handler om alder. Derfor mødes efterladte typisk med spørgsmål som: Hvor gammel blev han? Hvor længe var hun syg? Hvor længe var I gift? Derfor har vi bagatelliseret ældres sorg. Men i dag ved vi, at sorg først og fremmest handler om kærlighed og relationen til det menneske, man har mistet. Den nye forståelse af sorg gør op med en række myter og viser, at det er naturligt at sørge længe efter at have mistet sin livsledsager. Måske du også har fået at vide, at nu må du se at "komme videre", men sorg er ikke noget, der går hurtigt væk. Sorg er heller ikke en sygdom. Sorg er en naturlig reaktion på et stort tab.

Hvem er vi?

Vi er to aktivitetsmedarbejdere, der kan hjælpe med at danne små netværk af mennesker med samme interesser. Det kan f.eks. være nogen, der aftaler at følges ad i biografen eller til andre arrangementer, eller af og til mødes til spisning hos hinanden, til strik eller kortspil, se TV sammen, søndagskaffe, gåture eller bare almindelig snak – alt kan tænkes, og vi vil gerne formidle kontakten og evt. være med den første gang, så I kan lære hinanden at kende. Vi hører også meget gerne, om du selv har nogle ønsker til aktiviteter, som vi kan hjælpe med at sætte i gang. Måske har du overskud til at blive besøgsven, eller du kan selv have lyst til at få én.

Du er meget velkommen, både hvis du synes, at du sagtens kan fylde din tid, eller hvis du synes, at tiden er blevet lang og familie og venner er langt væk. Pårørende er også velkomne.

**Vi glæder os til at se dig, og det er ganske uforpligtende og gratis at møde op og høre mere.
Tilmeld dig senest den 26/10 på tlf. eller mail til en af aktivitetsmedarbejderne i Område Vest.
Du er også velkommen til at ringe og høre mere, hvis du er forhindret i at komme.**



Anne Scamuzzi, tlf. 20 47 64 42
scamuzzi@randers.dk



Inge Schultz-Knudsen, tlf. 20 47 64 73
Inge.schultz-knudsen@randers.dk