

Velkommen til 50. semester.

Semestrets tema er

”Det gode seniorliv”

Mandag d. 9/1-2023

Foredragsholder: **Poul Grosen Rasmussen.**

”Det gode seniorliv, livsmod og fællesskab”.

Poul Grosen Rasmussen er cand.mag., *Konsulent, coach og vejleder.*

Har vi noget, som vi kan holde fast ved i seniorlivet, eller drejer det sig om at sno sig med en hensigtsmæssig overlevelsesteknik? Der er mange bud i dagens Danmark på Det gode seniorliv. Hvad er det gode seniorliv for dig?

Mandag d. 23/1-2023

Foredragsholdere: **Leif Dahl Christensen og Jonna Rud Christensen.**

”Boformer for seniorer”

Almene boliger

Historie – opstart

Almene boliger kontra privat udlejning. Lejlighedsformer i almene boliger.

Beboerdemokrati, Organiseringen i en afdeling

Hvordan kommer man i betragtning til en lejebolig

Hvordan opstår et seniorbofællesskab under et alment boligselskab?

Mandag d. 6/2-2023

Foredragsholdere: **Læge Anna Frank og læge Anja Strehlau.**

”Sundhed i seniorlivet”.

Hvordan kan man bedst bevare et godt helbred i senior livet.

Hvad livsstil betyder? Hvilke symptomer man evt. skal holde øje med. Hvornår skal man opsøge sin læge? Hvordan man er obs. på depressioner hos ældre.

Mandag d. 20/2-2023

Foredragsholder: **Præst Iben Bager Sjødahl**

”Sorgen”

”Sorg”. Om at leve med savnet af en elsket. Og om at møde mennesker i sorg.

Mandag d. 6/3-2023

Foredragsholder: **Lektor Åsa Fex Svenningsen.**

”Hold hjernen i gang.”

Åsa Fex Svenningsen er lektor i neurobiologi ved SDU siden 2009, og har boet og arbejdet flere år i USA og i Sverige, hvor hun er født og vokset op. Hendes forskning drejer sig p.t. om at kunne diagnosticere personer med sklerose langt tidligere end i dag. Åsa underviser på SDU i neurobiologi for biomedicin og farmaci. Hun har under mange år også arbejdet med populærvidenskabelig formidling i både Sverige og Danmark, og er rigtig glad for at forklare forskellige aspekter af hjernen. Forelæsningsen ”Hold hjernen i gang”, vil give indblik i hvordan hjernen fungerer, med mange forslag om hvordan man selv kan holde hjernen i gang da årene begynder at hobe sig op.

Mandag d. 20/3-2023

Generalforsamling og underholdning.

Dagsorden iflg. vedtægterne