

## GODT I GANG MED SENIORLIVET

Vi har netop afholdt fire temadage for borgere som nyligt har – eller er på vej til – at forlade arbejdsmarkedet og gå på pension/efterløn – og det var RIGTIG godt!

De fire temadage havde hvert deres emne:

Mandag d. 5. september kl. 16:00 til 18:00: *"Den gode overgang"*

Tirsdag d. 13. september kl. 16:00 til 18:00: *"Den nye hverdag"*

Mandag d. 19. september kl. 16:00 til 18:00: *"Ud i naturen"*

Tirsdag d. 27. september kl. 16:00 til 18:00: *"Det vigtige fællesskab"*

Der var 17 virkelig engagerede deltagere, som alle gav udtryk for, at temadagene havde været en succes.

Udsagn fra deltagerne:

*"Jeg har fået rigtig mange ting/emner at tænke på"*

*"Jeg er blevet mere bevidst om, hvad der er vigtigt for mig i mit seniorliv"*

*"Godt at høre andres planer og oplevelser"*

*"Nu glæder jeg mig til at blive pensionist"*

*"Super godt forløb"*

*"Dejligt at se, at kommunen også kan være andet end "et stort monster", man helst ikke bevæger sig ind i"*

*"Jeg har fået større viden om muligheder i lokalområdet"*

*"Jeg er blevet klar over, at jeg skal gå til noget"*

Efterfølgende udfyldte deltagerne evalueringsskema:

Alle deltager har i høj grad eller i meget høj grad fået inspiration til seniorlivet.

Deltagerne har i nogen til høj grad haft gavn af samværet med de andre deltager.

Alle vil anbefale forløbet til andre.

Deltagerne var tilfredse – de fleste meget tilfredse – med det samlede udbytte af forløbet.

Langt de fleste har læst om forløbet i lokalavisen, enkelte på facebook og en enkelt fra terapeut i sundhedscenteret.

Og bedst af alt har deltagerne besluttet sig for at mødes frem over. Ved sidste møde aftalte de at mødes til frokost i starten af oktober og igen i starten af november måned 😊





