

Gruppetilbud til Ældre Sagens lokalafdelinger

Visdomsalderen - se alderdommen i et nyt perspektiv

Visdomsalderen – se alderdommen i et nyt perspektiv er et nærværende og inspirerende foredrag om livsmod, tab, forandringer og nye ressourcer i 65+ livet.



Om Grethe Rosenkvist

Grethe Rosenkvist er psyko- og kropsterapeut, meditationslærer og erfaren underviser med 40 års praksis. Hun arbejder helhedsorienteret med sammenhængen mellem krop, tanker, følelser og ånd og har mange års erfaring med foredrag og gruppeforløb for både sundhedsfaglige og ældre målgrupper.

Beskrivelse af Gruppetilbuddet	Foredraget tager udgangspunkt i de udfordringer, mange møder i alderdommen: ensomhed, smerter, træthed, bekymringer og tab. Med udgangspunkt i egne levede erfaringer og mange års arbejde med andre mennesker formidler Grethe, hvordan alderdommen også kan rumme livsenergi, ro, refleksion og nye ressourcer. Foredraget giver deltagerne nye perspektiver på alderdommens kropslige, mentale og følelsesmæssige forandringer samt på tab af identitet, livets tab og nye muligheder. Målet er at møde denne fase af livet med større ro, livsmod og håb.
---------------------------------------	---

Pris og varighed Pris skal være fast og inkl. moms.	Varighed: 1.5 timer Normal pris: 5.500 Ældre Sagen pris: 4.000 + transport Transportafgift beregnes fra Hillerød: Foredraget afholdes primært på Sjælland
---	--

Kontaktinformation	Navn: Grethe Rosenkvist Telefonnummer: 21489535 E-mail: gretherosenkvist@gmail.com
---------------------------	---

Praktiske oplysninger. Fx vedr. lyd- eller videoudstyr mm.	Grethe er ikke IT-kyndig, så det er vigtigt, at teknikken er sat op på forhånd, så hun blot skal tilslutte sin computer på foredragsstedet. Der skal være projektor eller storskærm til slides,
---	---

	velfungerende lyd fra computer til højtalere samt mulighed for problemfri afspilning af musik fra computeren. Af hensyn til målgruppen 65+ er det vigtigt, at der er headset med mikrofon, så deltagere med teleslynge har bedst mulige lytteforhold .
--	--