

Tilbud til de +60-årige: Sundhed og livsglæde

Spændende dag i Højmark-Hallen med fokus på sundhed hele livet - og masser af livsglad musik og sang.

Det er overskriften på det årlige arrangement, som Ældrerådet i Ringkøbing-Skjern Kommune indbyder alle +60årige til den 4. oktober kl. 9.30 – 15.00.

Hovedaktørerne er henholdsvis Arne Rolighed, fhv. Sundhedsminister, direktør for Kræftens Bekæmpelse, og Thorkild Bisgaard, der er oplevelsesmedarbejder i Aarhus Kommune, og som han selv kalder sig: En moderne gårdsanger. Desuden bliver der også lejlighed til at høre om Ældrerådets virke.

Arne Rolighed kalder sit indslag "Sundhed hele livet".

"Vi bliver ældre og ældre. Antallet af mennesker på kloden bliver flere og flere. Kan vi være her alle sammen, og er der mad nok til os alle?"

Hvad holder os sunde og raske, og hvad gør os syge? Garneret med små anekdoter ser vi på nogle forhold som gør os både sunde og glade hele livet".

Ensomhed og piller

Han gør opmærksom på et par aktuelle ting, som han kalder skær i livets sejlads:

"Hvordan sikrer vi, at rette pille kommer i rette mund, når vores sundhed trues?"

Apotekerforeningen skønner at ca. 5000 mennesker dør årligt grundet at rette pille ikke kommer i rette mund.

Og hvad med ensomhed? Er vi i Danmark på rette spor, når vi forvalter en politik der hedder: Længst muligt i eget hjem. Fører det til, at flere bliver ensomme?"

Fællessang er vigtig

Thorkild Bisgaard fortæller, at i Aarhus Kommune har man i alt 12 ansatte til at skabe mere livsglæde på plejehjemmene.

Han kalder sig selv en moderne gårdsanger med adresse til de gamle gårdmusikanter og gademusikere, der før fjernsynets tid spillede så det var en lyst i folks baggård og på den måde tjente til dagen og vejen.

I Højmark-hallen vil han spille danske sange og evergreens, underholder og indbyder til det, der er blevet udråbt som en af de mest socialt inkluderende aktiviteter, nemlig fælles sang.

Thorkild Bisgaard - en moderne gårdsanger.

Arne Rolighed – fokus på sundhed hele livet.