



Fra arbejdslivet til den 3. alder

Trivsel, udvikling og ny identitet

Foredrag, seminarer og kurser

Temaer, som kan vælges/prioriteres

Tema 1:
Om det at blive ældre og gammel, hvornår er man ...

Tema 2:
Om forandringer og forventninger

Tema 3:
Om tiden og aldring

Tema 4:
Om at sikre en 3. alder med høj livskvalitet

Tema 5:
Kompetencer og aktiviteter

Tema 6:
"Seniorprofil" - interaktiv cd-rom

Tema 7:
Netværk, bolig og parforhold

Tema 8:
Fremtiden

I forbindelse med kurser kan der suppleres med følgende eksperter og tiltag:

- Økonom om økonomien i den 3. alder
- efterløn, folkepension og andre pensionsordninger og deres indflydelse på hinanden.
- Læge med speciale i aldring, sundhed og helbred.
- Jurist om arv og testamente.
- Lukket Facebookgruppe til deltagernes forberedelse og efterfølgende fortsatte diskussion og individuelle planlægning.

Alle foredrag, seminarer og kurser skræddersys efter ønsker og behov.



Energien følger tanken
Mening og betydning

LIVSFASECOACH
MUELLER