

Pressemeddelelse: Inspirationsdag for seniorer 27.10.2016

"Man bliver glad i låget af at være med"

Sådan lød det, da formanden for Dansk Vandrelaug Nordsjælland slog tonen an og fortalte om sit foreningsengagement til Inspirationsdag for seniorer den 27. oktober i Frivilligcenter Hillerød.

Til inspirationsdagen bød Frivilligcenter Hillerød, Hillerød Kommune og lokale foreninger godt og vel 50 nuværende og kommende pensionister indenfor til dialog om, hvor man kan engagere sig i Hillerød, samt hvorfor og hvad man kan gøre for at holde sig i gang som senior i Hillerød.

Om formiddagen var der oplæg fra Aske Juul Lassen, forsker og etnolog i Center for Sund Aldring på Københavns Universitet om aktivt seniorliv og om, hvordan alderdommen har udviklet sig fra at være en passiv og stillesiddende livsfase til en aktiv del af livet.

Ifølge Aske Juul Lassen får ældre flere sygdomme, og alligevel stiger lykkefølelsen også med alderen. Det skyldes bl.a., at mange oplever mindre stress i livet, når børnene er blevet voksne, mindre stress efter arbejdslivet og større personlig frihed til at gøre, hvad man har lyst til og brænder for.

"Pensionisttilværelsen er i dag for mange en fase, hvor man får mulighed for at dyrke sine egne interesser endnu mere og engagere sig i noget nyt", fortalte Aske Juul Lassen.

Formand for Seniorudvalget Bente Claudi opfordrede til, at vi skal stå sammen om at bryde ensomheden. "Byd din nye nabo velkommen – det gør jeg i hvert fald selv. Det betyder meget for den enkelte, at man føler sig taget godt imod", sagde Bente Claudi.

Meget andet end stavgang

Om eftermiddagen blev frivilligcentret omdannet til en markedsplads, som summede af snak, da lokale foreninger, kommunale medarbejdere og institutioner fortalte de deltagende seniorer om deres tilbud og muligheder for engagement. Flere af gæsterne greb chancen på stedet og meldte sig ind i lokale foreninger, eller fik en snak om, hvordan de kan være med til at gøre en forskel, f.eks. gennem Røde Kors eller i Din Lokale Bisidder i Hillerød. Flere deltagere fik "blod på tanden" og kunne se frem til en tilværelse på pension, med alle de mange tilbud og muligheder, der findes i Hillerød Kommune, for at gøre en forskel og være aktiv i lokale fællesskaber.

"Jeg troede kun, at man kunne gå til stavgang som pensioneret i Hillerød, men der sker jo så mange andre spændende ting her!" udbrød én af deltagerne efter en runde blandt foreningerne.

De 20 medvirkende foreninger var blot et lille udsnit af de muligheder, der er for foreningsengagement i Hillerød. På kommedhillerod.dk eller ved henvendelse i Frivilligcenter Hillerød kan man få mere viden om frivillige foreninger og tilbud, som er målrettet seniorer – og fællesskaber og frivilligt engagement generelt.

Inspirationsdagen for seniorer er en del af indsatsen 'Kom med!', hvor Frivilligcenter Hillerød, Hillerød Kommune og lokale foreninger samarbejder om at mindske ensomhed og støtte flere ældre i Hillerød til at deltage i aktive og sociale fællesskaber.



Vil du vide mere om inspirationsdagen eller 'Kom med!', så kontakt Frivilligcenter Hillerød, map@frivilligcenterhillerod.dk, tlf. 4824 1907.

