



# Program

# Vidensfestival

- om overgangen fra arbejdsliv til seniorliv



Fredag og lørdag  
d. 25. og 26. marts 2022  
kl. 9.30 - 17.00



# Hjerteligt velkommen til Vidensfestival!

**Vidensfestivalen åbnes fredag den 25. februar kl. 9.30 ved Christian Budde, Rådmand for Sundhed og Omsorg og politisk leder for Venstre i Aarhus Kommune.**

Vi glæder os over at kunne invitere dig inden for på Folkestedet til to dage med spændende oplæg, debatter og events med spot på den gode overgang fra arbejdsliv til seniorliv. Et emne, der er yderligere aktuelt i lyset af højere pensionsalder og et stigende antal seniorer på arbejdsmarkedet. Det kalder på nye perspektiver.

Festivalen vil give stof til eftertanke. Du kan blandt andet blive klogere på, hvad overgangen betyder for det fysiske og mentale helbred, høre om andres erfaringer, om hvad der kan være svært, og hvad der kan give energi. Du kan høre om, betydningen af frivillighed og fællesskaber for social trivsel og hverdagsliv. Og du kan få et indblik i udviklingen i forhold til at skabe attraktive arbejdspladser for seniorer. Du kan også møde vores seniorvejledere, forskellige netværk og en masse af byens foreninger.

Alt dette og meget mere kommer til at foregå i Folkestedets hyggelige rammer, hvor der samtidig er plads til en kaffepause og lidt mad i cafeen.

Vi håber, at festivalen vil inspirere dig og være med til at illustrere de mange muligheder, der er for et aktivt seniorliv i Aarhus. Hvad enten du har tænkt dig at bevare tilknytningen til arbejdsmarkedet eller er på vej på pension. Og vi glæder os til frugtbare debatter om rammerne for den gode tilbagetrækning anno 2022.

Ha' en rigtig dejlig festival!

Bedste hilsner  
'Fra arbejdsliv til seniorliv'

# Fredag d. 25. fra kl. 10.00 - 17.00

Fra kl. 10.00 – 14.00 i lokale 1.1

**Foredragsrække: De erfarne medarbejdere – vi vil så gerne have, I bliver noget længere!**



## **Alderssammensætningen på det danske arbejdsmarked i dag og i fremtiden**

Oplæg v./ Vibeke Jensen, beskæftigelseschef i Aarhus Kommune



## **Hvorfor går de erfarne på pension, og hvad kan få dem til at blive?**

Oplæg v./ Marie Gorm Larsen og Aske Juul Lassen, aldringsforskere, Københavns Universitet



## **Seniorer – fastholdelse og rekruttering i praksis**

Oplæg v./ Mette Bengaard, rådgiver, CABI



## **Seniorernes – og virksomhedernes syn på seniorstrategier**

Oplæg v./ Jens Kristian Kimper, Chefkonsulent i PFA Pension

### **Debatpanel**

Moderator: Per Jensen | HR chef i Aarhus Kommune

De 5 ovenstående foredragsholdere deltager i debatten sammen med:

Jette Ohlsen | FOA

Steen Lund Olsen | Finansforbundet

Charlotte Hougaard | Forsikringsforbundet

Daniel Dallerup | Dansk Metal

Bjarne Nielsen | Faglige seniorer

Dorte Zacho Martinsen | bestyrelsesmedlem i arbejdsgiverforeningen KA

Marie Jakobsen | faglig koordinator Ældresagen

**Fra kl. 14.30 – 17.00 i lokale 1.1**

**Foredragssække: Trivsel og livsglæde i næste livsfase**



**Forebyggelsesvinduet blandt seniorer**

Oplæg v./ Finn Breinholt, seniorforsker,  
Defactum



**Hvordan kan sundhedsvæsenet tage sig af  
fremtidens ældre?**

Oplæg v./ Astrid Jespersen, professor og  
aldringsforsker, Københavns Universitet



**Livets tredje akt**

Oplæg v./ Aske Juul Lassen, aldringsforsker,  
Københavns Universitet

**Debatpanel**

Moderator: Barbara Kjølbye Zinckernagel | Københavns Universitet

De 3 ovenstående foredragsholdere deltager i debatten sammen med:

Otto Ohrt | Sundhedschef for Sundhed og Forebyggelse i Aarhus Kommune



**Kl. 10.00 – 11.30 i lokale 0.3**

**Foredrag: Vær pilot i eget liv – og dans med din  
indre styrke**

Oplæg, dialog og workshop v./ Jytte Lund Larsen,  
forfatter, cand.pæd. og journalist

# Lørdag d. 26. fra kl. 10.00 - 16.00



**Kl. 10.00 – 11.00 i lokale 1.1**

**Foredrag: Mand på rejse - et humoristisk foredrag om mænd**

Oplæg v./ Henrik Kruse, tidligere præst, familierapeut og leder af Hejmdal, Kræftens Bekæmpelse

**Fra kl. 11.15 - 13.30 i lokale 1.1**

**Foredragssække: Fra arbejdsliv til hvad nu?**



**Skal du være selvstændig i dit seniorarbejdsliv?**

Oplæg v./ Abelone Glahn, selvstændig forfatter og kommunikationsrådgiver



**Farvel Arbejdsliv – Goddag til en ny begyndelse 65+**

Oplæg v./ Poul Erik Tindbæk, iværksætter, En3karriere



**Frivilligt arbejde – meningsfuldt for den enkelte og værdifuld for alle**

Oplæg v./ Preben Astrup, filosof og ekspert i frivillighed, Aarhus Universitet

## **Debatpanel**

Moderator: Marie Gorm Larsen | aldringsforsker, Københavns Universitet  
De 3 ovenstående foredragsholdere delstager i debatten sammen med:

Mathilde Gade Schaumburg-Müller | projektleder – Frivilligjob.dk

Keld Skaaning | lokalformand i Ældresagen

Carsten Borup | formand for foreningen den 3. Alder



**Kl. 11.00 - 12.00 i lokale 0.3**

**Foredrag: Glem alt om den 3. alder – Du har 10 liv**

Oplæg v./ Knud Ramian, psykolog og medlem af Foreningen til Udvikling af Alderens Muligheder.



**Kl. 13.00 - 14.00 i lokale 0.3**

**Foredrag: Det vi ikke taler om...**

Samtale med Bjarke Oxlund, Center for Sund Aldring, Københavns Universitet, tre seniorer og publikum



**Kl. 14.00 - 15.00 i lokale 1.1**

**Foredrag: Den aldrende hjerne**

Oplæg v./ Albert Gjedde, professor emeritus, Københavns Universitet



**Kl. 15.00 - 16.00 i lokale 0.3**

**Sex i seniorlivet: facts og myter**

Oplæg v./ Bjarke Oxlund, Center for Sund Aldring, Københavns Universitet

OBS: Vi tager forbehold for eventuelle ændringer i fredagens og lørdagens program.

# Udstillinger og aktiviteter

**Du kan opleve masser af aktiviteter og se spændende udstillinger under hele Vidensfestivalen fx:**

Billedudstilling af 100 årige, Pensionsfortællinger, Tidslinje med forskellige aldringsopfattelser, Puslespil, hvor du kan lægge dit eget seniorliv, Fysiske alderstests, Seniorresorts / fremtidens senior boliger, Guidet fælleslæsning, Livet på spil, SeniorLaboratorier, Bogudgivelse "Seniorbogen med 30 fortællinger"+ event med oplæsning, Teater indslag med fokus på fortællinger og sang, debat om alder; Workshop og indlæg.  
(Se mere på vores hjemmeside.)



Billedudstilling: "Jamen det er jo 100 år siden"



Senior Laboratorier | A3 - Foreningen Den 3. alder



Teater Turbo | A3 - Foreningen Den 3. alder



Livet på spil – et brætspil om aldring |  
Københavns Universitet

# Stand

**Både fredag og lørdag kan du møde foreninger, fonde, interesse-organisationer - få boliginspiration og blive klogere på de mange tilbud, der er i kommunen.**

- Center for Sund Aldring, Københavns Universitet
- Ældresagen
- Faglige seniorer
- Nordea-fonden: Hurtig vurdering af ansøgning til støtte - se side 8
- Højbjerg Gymnastikforening
- Frivilligjob
- Dansk flygtningehjælp
- Røde Kors
- Re-thinkers
- Seniorvejledningen
- Holmsø
- Genlyd
- Folkestedets venner
- DokkX
- Aarhus Kommunes Bibliotek
- Arkitektskolen
- Generationernes Hus
- Frivilligkonsulenterne
- Foreningen til Udvikling af Alderens Muligheder
- Frivillig center Aarhus
- Folkenetværket
- Folkesundhed Aarhus
- Sundhedsstyrelsen
- Læseforeningen
- FO - Aarhus
- Knivklubben
- Værkstedet
- Under Solen
- SOS børnebyerne



# Praktisk info

## **Gratis entré:**

Der er gratis entré til hele festivalen - men vil du være sikker på en plads til vores foredrag, kan du booke din gratis billet via hjemmesiden: [billet.aarhus.dk/MSO/Vidensfestival](http://billet.aarhus.dk/MSO/Vidensfestival)

## **Søg støtte til din forening ved Nordea-fonden**

Fredag deltager Nordea-fonden, hvor foreninger kan høre mere om støttemuligheder – heriblandt deres lokalpulje, som frivillige foreninger kan søge til fællesskabende aktiviteter: [nordeafonden.dk/det-stoetter-vi/liv-i-det-lokale](http://nordeafonden.dk/det-stoetter-vi/liv-i-det-lokale)

**Nordea-fonden kan træffes til hurtig vurdering af projekter fredag fra 11.00 - 12.00 samt 14.00 - 15.00.**

Fredag den 25. marts fra kl. 13.00 kan du i øvrigt opleve:

## **Den blå time bluesband:**

- Søren Kirkeman Git | Sang
- Kell Jarsbo | Bas
- Hp Stenbæk | Slidegit
- Lillian Overmark | Sav instrument
- Gert Zickert | Trommer

OBS: Bluesbandet spiller flere gange i løbet af eftermiddagen.



# Mad og drikke

Både fredag og lørdag er der mulighed for at købe lækker mad og drikke i Café Folkestedet samt ved Folkestedets Venner.

## **Café Folkestedets menu er en lækker platte bestående af:**

- hjemmelavet tunsalat
- rosastegt kalvekød med hjemmelavet remoulade, ristede løg, sylt og peberrod
- gammel knas og brie med hjemmelavet kompot
- hjemmelavet lyst brød/rugbrød og smør

**Pris: kr. 75,-**

## **Drikke:**

Filterkaffe pr. kop | kr. 15,-

Økologisk te pr. kop | kr. 20,-

Sodavand/vand/økovand | fra kr. 15,-

Øl | kr. 30,-

Vin | kr. 170,- pr. flaske og kr. 35,- pr. glas

## **Sødt:**

Nøddekage med orangechokoladecreme | kr. 15,-

Vi ses til

# Vidensfestival 2022



[www.arbejdsliv-seniorliv.dk](http://www.arbejdsliv-seniorliv.dk)



[facebook.com/Seniorvejledning Aarhus](https://facebook.com/SeniorvejledningAarhus)



24 27 23 11

**Fra arbejdsliv  
til seniorliv**



AARHUS  
KOMMUNE