rksk.dk

NATURENS RIGE

SENIORMØDER

2026

# Seniormøde om Det gode ældreliv

Det gode ældreliv handler om mere end bare alder. Det handler om livskvalitet, tryghed og muligheden for fortsat at leve et meningsfuldt liv. Mange oplever at få tid til fordybelse, fællesskab og nye interesser.

For at være forberedt på de udfordringer seniorlivet kan bringe, er det vigtigt at vide lidt om, hvordan systemet fungerer, hvordan man kan få hjælp, og hvem man kan tale med om forskellige problematikker. Kom og bliv klogere på, hvilke muligheder der er, og hvad du selv kan gøre for at få et meningsfuldt ældreliv

## Onsdag d. 7. oktober 2026 kl. 13.30 - 15.30

## AktivitetsCenter Videbæk,
Centerparken 1, Videbæk

**Tilmelding:** Senest fredag d. 2. oktober til AktivitetsCenter Videbæk tlf. 23 35 23 84

Arrangementet er åbent for alle (medlemskort er ikke påkrævet)

OBS: Max 60 deltagere. Ved færre end 10 tilmeldte, aflyses arrangementet.

## Plan for dagen

- Velkomst og sang
- Oplæg ved Myndighedsafdelingen: Information om mulighed for bevilling af hjælp og hjælpemidler mm.
- Kaffe m. brød
- Oplæg ved Sundhedscenter Vest om livsstilsfaktorer og deres indflydelse på det gode ældreliv.
- Farvel og Tak for i dag.

**Arrangører:** Sundhedscenter Vest og Aktivitetscentrene i Sundhed og Omsorg

Ringkøbing-Skjern Kommune