



**Kolding
Kommune**
en del af trekantområdet

Sammen designer vi livet



Seniorliv - i dag og i fremtiden

Seniorfestival 2023

Torsdag den 14/9 i Cuben i Christiansfeld kl. 10.00-14.00

Torsdag den 14/9 i Cuben i Christiansfeld kl. 19.00-21.00

Fredag den 6/10 ved Midtgaarden i Kolding kl. 10.00-14.00

Torsdag den 14. september kl. 10.00-14.00 i Cuben, Christiansfeld Østprøven 1, 6070 Christiansfeld

I Cuben byder vi indenfor til en dag med mange former for idrætsaktiviteter, sang, foredrag og stande med foreninger. Kom og vær med til en både aktiv, hyggelig og oplysende dag i samvær med en masse lokale fra dit nærområde.

Tag gerne tøj med, du kan bevæge dig i, hvis du vil være med til aktiviteterne.

PROGRAM

- 10.00-10.15** Velkomst ved Seniorudvalget.
10.15-10.30 Fællessang med Tyrstrup Kirke.
10.30-12.30 "Dialoghjørnet" med politikere fra Seniorudvalget.
10.30-14.00 Besøg de mange stande og få en god snak om, hvad de kan tilbyde.
10.30-14.00 Deltag i alle de forskellige aktiviteter, der forgår i Cuben - et detaljeret program kan fås på dagen.
11.00-13.00 Pølsevognen er åben. Det koster 40 kr. for pølser ad libitum inklusive 1 sodavand.
12.30-13.15 Foredrag "Christiansfeld gennem 250 år" ved Museum Kolding.
14.00 Tak for i dag.

Her kan du se en oversigt over de foreninger og tilbud, som du kan møde i løbet af dagen

Pensionistforeningen Christiansfeld • Røde Kors Strikke/Nørkleklubben
Aktiviteter under Christiansfeld Idrætsforening • Christiansfeld Kegleklub
Christiansfeld CykelMotion • Cykling Uden Alder • Museum Kolding
Tyrstrup Kirke • Lokalhistorisk Arkiv • Genforeningsmuseet • Ergopro med
SANS træning • Ældre Sagen • FOF Kolding • Idræt for alle • Røde Kors
Kolding Selvhjælp • Røde Kors • Menighedsplejen • Christiansfeld Billardklub

Aktivitetshusene: Seniorhuset • Stepping Midtpunkt • Lærkebo
Lokalcenter Taps • Hejls Gl. Skole • Bjert aktivitetshus.

Fra Kolding Kommune kan du møde: Ælderådet
De forebyggende medarbejdere • Pårørendeguiden
Demenskonsulenterne • Forebyggelsesteamet fra
Sundhedscenter Kolding • Politikere fra Senior-
udvalget.



Torsdag den 14. september kl. 19.00-21.00
i Cuben, Christiansfeld
Østprøven 1, 6070 Christiansfeld

”Seenager”

- du topper livet efter de 60!

Kom og oplev et underholdende foredrag med John Hansen, som er forfatter og tidligere Kulturdirektør i Vejle Kommune. John Hansen kommer omkring mange forskellige emner, som relaterer sig til seniorlivet. Han vil blandt andet komme med gode råd til, hvordan man til fulde udnytter at være i sin 'bedste alder', og hvorfor det er vigtigt at bruge kroppen og hjernen hver dag.

Foredraget er gratis og kræver tilmelding. Det er muligt at købe kaffe og kage i pausen.

Så har du lyst til en hyggelig og lærerig aften i godt selskab, kan du booke din billet på senioraktiviteter.kolding.dk/seniorfestival

Det er muligt at booke billetter fra 7. august til 7. september.



Fredag den 6. oktober kl. 10.00-14.00 ved Midtgaarden, Kolding

Nicolai Plads 10, 6000 Kolding

Ældrerådet og Seniorområdet inviterer sammen med lokale foreninger og klubber indenfor til en spændende dag, der byder på sang, oplæg, byvandring, musik, foreningsstande, aktiviteter og kreative grupper. Der vil også være åbent hus i de omkringliggende foreninger. Der er gratis kaffe, bobler og kransekage, mulighed for at købe lun mad i cafeteriet og i Floraklubben, og så giver Cykling uden alder et lift rundt i området til dem, som har brug for det.

Vi tyvstarter med **morgenandagt i Sankt Nicolai Kirken med strygere kl. 09.15-09.45.**

PROGRAM

- 10.00-10.15** Officiel åbning i Rød Sal ved Seniorudvalget.
10.00-14.00 Åbent hus hos: Floraklubben, OK-klubben, Sankt Nicolai Kirken, Café Paraplyen og Stadsarkivet.
10.15-10.45 Fællessang med "Syng dig glad" koret fra Midtgaarden.
10.30-12.30 "Dialoghjørnet" med politikere fra Seniorudvalget.
11.00-11.20 Stolegymnastik i Rød Sal.
11.00-11.30 Byvandring med Gunnar Storm Thomsen fra Floraklubben.
11.30-12.00 Stolegymnastik i Rød Sal.
11.30-13.00 Mulighed for at købe frokost eller dagens lune ret i Floraklubben eller Midtgaardens cafeteria.
12.30-13.15 Foredrag i OK-klubben: "Hvordan kan Trapholt åbne kunsten op og gøre den tilgængelig for alle?" ved Karen Bech, formidlingsansvarlig på Trapholt.
13.00-13.30 Byvandring med Gunnar Storm Thomsen fra Floraklubben.
13.00-14.00 Kolding Harmonikaklub underholder i cafeteriet i Midtgaarden.
14.00 Tak for i dag.

Her kan du se en oversigt over de foreninger og tilbud, som du kan møde i løbet af dagen

Floraklubben • Café Paraplyen • Cykling Uden Alder • Idræt For Alle • FOF Kolding
Koldinghus Slægtsforskere • Kolding Husflid • Kolding Fotoklub • Stadsarkivet
Kolding Selvhjælp • Røde Kors • Ældre Sagen • Menighedsplejen.
Aktivitetshusene Midtgaarden, Toften, Olivenhaven og Paletten viser deres forskellige tilbud frem inden for det kreative og aktive område samt deres IT-tilbud.
Fra Kolding Kommune kan du møde: Ældrerådet • Demenskonsulenterne
Forebyggelsesteamet fra Sundhedscenter Kolding • Pårørende-guiden
De forebyggende medarbejdere.

Senior-, Sundheds- og Fritidsforvaltningen

Ålegården 2-4
6000 Kolding
kolding.dk



Sammen designer vi livet