

DE KUNST VAN HET OUDER WORDEN

Oud worden is een route die als wij die gaan, mogen gaan en soms ook moeten gaan. Het is een route met verlies van mogelijkheden. Maar het is ook een route met andere mogelijkheden. Tijd om er belangeloos te zijn. Rust om wat we doen met aandacht te doen. Het ontwikkelen van nieuwe interesses. Het ontdekken van de waarde van het kleine en het 'gewone'.

Ons project richt zich op dat tweede: de kennismaking met andere mogelijkheden en het ontdekken van de waarde daarvan. En daar hebben we een heel mooi programma voor.

donderdag 28 november 2019, Het Dok, 20.00 uur - toneel

toneelavond "het onderzoek", geschreven en geregisseerd door Roelof Jonker; toneelgroep Plus

Dit stuk gaat over een oude man die thuis zijn leven zit te overdenken.

Op zoek naar de zin van een voorbij bestaan, bladert hij in oude fotoalbums. Dan dringt zijn buurvrouw bij hem naar binnen. Ze maakt zich zorgen, zegt ze. Ze heeft de gemeente al gebeld.

Vervolgens wordt de oude man geconfronteerd met twee professionele mensenhelpers, die de opdracht hebben zijn hulpbehoevendheid te onderzoeken en in kaart te brengen.

De man vraagt zich af wat hun motivatie is, waarom hij zich weer met het hier en nu moet bezighouden.

Keuzes maakt hij zelf, hij laat zich niet zo gauw in een afhankelijk maken.

dinsdag 14 januari 2020, Het Dok, 10.00 uur - lezing Douwe Draaisma

Herinneren en vergeten bij het ouder worden. Wat verandert er in je geheugen als je ouder wordt?

Professor. Dr. Douwe Draaisma (1953) vertelt wat de geheugenpsychologie daarover te melden heeft.

dinsdag 11 februari, Het Dok, 10.00 uur - workshop Wycher van den Bremen

'Hoe blijf je fris en fruitig tussen de oren? Wat kun je zelf doen?'

Wycher van den Bremen wordt gevoed vanuit de positieve psychologie.

dinsdag 17 maart, Het Dok 10.00 uur, poëzie, Jean Pierre Rawie

Rense Sinkgraven spreekt met *Jean Pierre Rawie* over diens leven als dichter en schrijver. Jean Pierre Rawie is één van de meest geliefde dichters van Nederland. *Rense Sinkgraven* is een veelzijdig kunstenaar. Hij is o.a. dichter, voormalig stadsdichter en interviewer.

donderdag 16 april, Het Dok, 20.00 uur, film Young@Heart

Film van Stephen Walker uit 2007. Het waargebeurde verhaal volgt het 'Young at Heart' koor bij hun repetities (gemiddelde leeftijd koorleden 81 jaar).

Hun muziek is onverwacht en druist in tegen het stereotype van de leeftijdsgroep.

De toegang bedraagt elke keer € 1,- ; dit is inclusief de koffie. Omdat dit een bewonersinitiatief is, kan het project mee gefinancierd worden door Golvend Lewenborg.