



Aleneforældre kursus på Diakonhøjskolen i Aarhus

# MENING, SELVVÆRD OG KOMMUNIKATION

13. til 15. april 2022



KFUM  
KFUK

# PROGRAM

## ONSDAG DEN 13. APRIL

- 19.00 Ankomst, indkvartering og pålægsbord
- 20.00 Velkomst
  - Præsentation
  - Hvad skal vi være sammen om de næste dage?
  - Andagt
- 21.30 Gruppesnak m/kaffe
- 23.00 Programmet slutter for denne dag

## TORS DAG DEN 14. APRIL

- 07.00 Find-selv-morgenmad og lav-selv-kaffe til de morgenfriske
- 08.00 Morgenmad for alle
- 09.00 Morgenandagt v/*Elisabeth Rokkjær Hammer*
- 09.15 Mening, selvværd og kommunikation?  
v/*Elisabeth Rokkjær Hammer*
- 11.00 Formiddagskaffe
- 13.00 Frokost
- 14.30 Eftermiddagskaffe i grupper
- 16.30 Mulighed for en tur ud i det blå
  - på gåben eller i bil
  - eller snakke videre i grupperne
- 18.00 Festaften
- 22.00 Aftengudstjeneste v/*Elisabeth Rokkjær Hammer*  
For natteravne: Chips-, hygge- og spillecafé

MULIGHED FOR  
SAMTALER MED  
ELISABETH HAMMER  
I LØBET AF DAGEN

## FREDAG DEN 15. APRIL

- 07.00 Find-selv-morgenmad og lav-selv-kaffe til de morgenfriske
- 09.00 Morgenmad for alle
- 09.30 Rengøring
- 10.15 Sangtime med Anker Olsen
- 11.30 Frokost
- 12.30 Afrunding, farvel og på gensyn



## Glæde, livsmod og selvværd

Oplæg fra foredragsholder  
**Elisabeth Rokkjær Hammer**

Hvordan holder vi fast i glæden og selvværdet, når vi rammes af livets hårde vinde? I den folkekære sang: Du, kom med alt, hvad der var dig, skriver forfatteren Jens Rosendal i sidste vers om udfordringen ved at holde fast i glæden og meningen i livet, når vi rammes af modgang. I perioder med store forandringer i vores liv kan vi erfare, at vi nemt mister fodfæstet. Vi kan også opleve at vi mister troen på os selv og vores eget værd.

Dette oplæg ønsker med udgangspunkt i musik, billeder, og litteratur at drøfte, hvordan vi med Jens Rosendals ord kan holde fast i glæden, livsmødet og selvværdet på trods af tvivl og stort besvær. Der vil være god tid til både refleksion og dialog ud fra den tanke at det er igennem samtale og fællesskab med andre at vi bliver klogere på os selv, hinanden og på livet.

Jeg har været sognepræst gennem 18 år og i de seneste år har jeg været hospitalspræst i palliation på Odense Universitets Hospital. Jeg har ligeledes en Masteruddannelse i Sjælesorg og en sorggruppeleder uddannelse og har haft sorggrupper for voksne og børn gennem flere år. Desuden er jeg underviser og foredragsholder.

AT LIVET DET ER LIVET VÆRD  
PÅ TRODS AF TVIVL OG STORT BESVÆR  
PÅ TRODS AF DET, DER SMERTER,  
OG KÆRLIGHEDER ER OG BLI'R,  
OG HVAD END HELE VERDEN SI'R,  
SÅ HAR DEN VORE HJERTER

*Jens Rosendal 1981*



# PRAKTISK

## ADRESSE

Diakonhøjskolen • Lyseng Allé 15 • 8270 Højbjerg • Aarhus

## PRIS

600 kr. for medlemmer af KFUM OG KFUK

775 kr. for ikke medlemmer

Deltagelse kun torsdag: 425 kr./600 kr.

Tillæg for enkeltværelse: 300 kr.

## INDKVARTERING

Indkvartering i fine dobbeltværelser.

## MEDBRING

Almindeligt weekend-udstyr, sengelinned og tøj til festaftenen.

Konterter til køb af sodavand og vin.

## TILMELDING

Du kan tilmelde dig på [www.kfum-kfuk.dk/events](http://www.kfum-kfuk.dk/events)

# KONTAKT

Ellen Staal • Aulum • 24 21 06 35

Finn Horshauge • Sørvad • 30 52 11 52

Karin Kallesø • Ringkøbing • 25 85 02 55

Birthe Skov • Vinderup • 28 52 02 42

Hanne Madsen • Aulum • 40 33 52 11

Fælles mail til hele udvalget: [alf@kfum-kfuk.dk](mailto:alf@kfum-kfuk.dk)

[www.kfum-kfuk.dk/aleneforaeldre](http://www.kfum-kfuk.dk/aleneforaeldre)

[facebook.com/KFUMogKFUKaleneforaeldre](https://facebook.com/KFUMogKFUKaleneforaeldre)



**KFUM**  
**KFUK**