

# Program

## RoSa-konferencen 'Det gode hverdagsliv'

### Dag 1

---

08:00 - 08:30 **Ankomst og morgenmad**

---

08:30 - 08:50 **Velkomst, program og indflyvning v. RoSa Enheden**

---

08:50 - 09:30



#### Lysten til et godt hverdagsliv v. erfaringsekspert Jasper Neves

Det meste af mit liv har jeg levet med psykisk sårbarhed, og jeg har oplevet at blive opgivet af systemet. I forbindelse med min diagnosticering blev jeg fortalt, at jeg ikke skulle regne med at komme til at leve et normalt liv, men skulle tage til takke med det der kom. I mit oplæg vil jeg forsøge at give et indblik i, hvad der har givet mig en god og meningsfuld hverdag, for det har jeg. Jeg vil også pege på noget af det, jeg selv manglede i mødet med hjælpesystemer.

---

09:30 - 09:40 **Pause**

---

09:40 - 10:40



#### Magi i hverdagslivets gøremål v. ergoterapeut Mette Søndergaard

Et oplæg med fokus på at være menneske hele vejen – også når skrøbeligheden banker på. Med mine mange års erfaring som underviser og udvikler begejstres jeg til stadighed af det magiske i et menneskes liv: At grine, sansе, bruge egne ressourcer og opleve sig værdifuld sammen med andre mennesker. Oplægget sætter fokus på hverdagens mange gøremål som indeholder en skattekasse af muligheder for meningsskabende indhold i tiden.

---

10:40 - 10:55 **Pause**

---

10:55 - 11:55



#### Bevægelse i hverdagen v. lektor og kroppsykoterapeut Jim Toft

Livet leves, mærkes og sidder i kroppen. Det gælder både vores sejre, potentialer, nederlag og traumer. Når vi er pressede eller har stærke psykiske udfordringer forsvinder den levede og levende krop – vi tumler og får tankemylder. Det at bevæge sig betyder, at kroppen fylder subjektet op på en livgivende måde, hvis bevægelsen vel at mærke giver mening for den enkelte. Gamle potentialer sidder i den levede krop. Når de findes frem, opstår der empowerment og glæde, og traumer falder i baggrunden. Bevægelse og sanselighed er undervurderet som rehabilitering. Det koster ikke noget og ligger lige til højrebænet. Det, der mangler, er viden og vilje, professionelt og organisatorisk.

---

11:55 - 13:05 **Frokost og mulighed for gåtur v. Musholm**

Tid til en god frokost sammen med kolleger og mulighed for frisk forårsluft

---

13:05 - 14:20



#### Et meningsfuldt hverdagsliv v. professor Svend Brinkmann

Uanset ens forudsætninger og udfordringer gælder det for alle mennesker, at de ønsker et meningsfuldt liv. Formentlig er mennesket det eneste væsen, der kan blive sygt af at mangle mening. Men hvad er mening? I sit oplæg udfolder Svend Brinkmann sit syn på livsmening, og han beskriver, hvordan det gode hverdagsliv er meningsfuldt i kraft af forbindelser til andre mennesker, til steder og til verden. Derfor må vi interessere os for livstråde som noget, der knytter individet til noget uden for det selv, der er psykologisk og eksistentielt betydningsfuldt. I oplægget berøres også, hvordan denne opfattelse af mening kan indgå i hjælpekunsten eller arbejdet med andre mennesker.

---

14:20 - 14:35 **Pause m. kaffe og kage**

---

14:35 - 15:05 **Et meningsfuldt hverdagsliv - refleksioner i salen**

---

15:05 - 15:25 **Et meningsfuldt hverdagsliv - Svend Brinkmann i dialog med erfaringseksperterne Jasper Neves, Christina Blom og Amanda Christophersen**

---

15:25 - 15:40 **Et meningsfuldt hverdagsliv - Svend Brinkmann i dialog med salen**

---

