

Donderdag 19 oktober, 19.30 uur

(onthaal vanaf 19.00 uur)



Stadscampus Universiteit Antwerpen

Lokaal C 002, Prinsstraat 13, 2000 Antwerpen

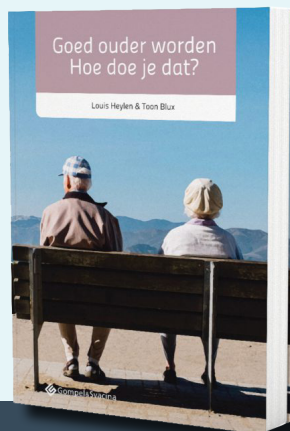
Goed ouder worden Hoe doe je dat?

BOEKVOORSTELLING EN GESPREKSAVOND

Met als sprekers:

- **Louis Heylen**, auteur
- **Christel Geerts**, gerontologe (VUB)
- **Jan Vranken**, socioloog (UAntwerpen)

Moderator: **Sara Van Boxstael** (VRT)



Goed ouder worden – Hoe doe je dat? behandelt diverse aspecten van het ouder worden op een wetenschappelijk onderbouwde maar vooral positieve manier. Vele vragen komen aan bod: Wat houdt ouder worden zoal in? Hoe geven ouderen betekenis aan hun leven en wat maakt hen gelukkig? Hoe kunnen ouderen zorgen voor zichzelf en voor intergenerationele verbinding? Hoe kun je vooruit blikken op een waardig levenseinde? Welke levenslessen, levenswijsheden en *Instagrannies* kunnen we meegeven?



Goed ouder worden – Hoe doe je dat?

‘Ouder worden. Het is een onvermijdelijk proces. Er zijn soms onbewust levende vooroordelen mee verbonden. En er komt ook veel bij kijken. **Louis Heylen** en **Toon Blux** schreven er een prachtig boek over. Het is eerst en vooral een optimistisch boek. Dat komt natuurlijk omdat het over leuke mensen gaat, over ouderen.

Sterk aan dit boek is dat de auteurs ouderen niet opsluiten in de groep waartoe ze behoren. Mensen verschillen van elkaar en dat doen ze op elke leeftijd.

In het heden leven: daarover hebben de schrijvers het ook. Blijven lezen raden ze ook aan. Dus door dit boek te lezen, blijft u mentaal fit en gezond. U zult dat merken.

Het boek is geen overdreven zware maaltijd – daar waarschuwt het trouwens voor, vooral het avondeten mag wat lichter zijn – maar geeft u een ontspannen, misschien wel bevrijdend gevoel.’

Uit het voorwoord van Rik Torfs

Louis Heylen is logopedist en doctor in de medische wetenschappen. Hij was gastprofessor aan de Universiteit Gent, postdoctoraal onderzoeker aan de Universiteit Antwerpen en directeur van de revalidatiecentra in Turnhout, Mechelen en de Zuiderkempen. Hij is voorzitter en/of bestuurder in diverse organisaties in de onderwijs-, sociale en culturele sector.

Toon Blux is logopedist en was verbonden aan het Meldaziekenhuis in Bonheiden. Hij is vrijwilliger bij de dienst Communicatie van dit ziekenhuis.

Info en inschrijvingen

Toegang gratis. Inschrijven via [deze link](#).

Meer info: secretariaat@humanistischverbond.be, T 03 233 70 32
(tijdens kantooruren), www.humanistischverbond.be

Organisatie: Humanistisch Verbond, Vrijzinnige Dienst Universiteit Antwerpen, Uitgeverij Gompel & Svacina