

KRACHTIG OUDER WORDEN

praat vandaag over morgen



Hoe bereidt u zich voor op ouder worden?

In Nederland komen steeds meer senioren, maar minder voorzieningen. Hoe bereidt u zich voor op het ouder worden? Wat kunt u zelf doen en waar heeft u anderen bij nodig? Daarover gaat het buurtgesprek 'Krachtig ouder worden'

U bent van harte welkom om mee te praten over wonen, zorg, sociaal contact en vitaliteit.

We ontmoeten u graag!

Waar?

Theater Geert Teis,
Geert Teisplein 2 Stadskanaal

Wanneer?

Donderdag 6 februari 2025 van
13.00 tot 17.00 uur

U kunt zich aanmelden via

info@welstad.nl of
06-13926880

Welstad i.s.m. met BCM, de
gemeente Stadskanaal en
de seniorencoalitie.nl

“Krachtig Ouder worden” op 6 februari in Geert Teis

In Nederland komen steeds meer senioren, maar minder voorzieningen. We moeten dus anders nadenken over het ouder worden. Hoe bereidt u zich voor op morgen? Wat kunt u zelf doen en waar heeft u anderen bij nodig? Daarover gaat het buurtgesprek ‘Krachtig ouder worden - praat vandaag over morgen’. Welstad organiseert dit samen met BCM en de gemeente Stadskanaal met ondersteuning van de landelijke Seniorencoalitie. U bent van harte welkom op donderdag 6 februari om 13.00 uur in Geert Teis. Deelname is gratis. Graag wel aanmelden. De deuren zijn open vanaf 12.30 uur. Het programma duurt tot 17.00 uur.

Samen met andere senioren tussen de 65 jaar en 75 jaar gaat u in dialoog over concrete onderwerpen waarmee u en andere senioren morgen en in de nabije toekomst te maken kunnen krijgen. Hoe blijft u langer vitaal? Hoe kunt u blijven wonen op een plek waar u zich zo thuis voelt? Hoe kunt u uw woning geschikt maken voor als u minder mobiel wordt? Hoe kunt u zichzelf redden en blijft u zelfstandig in een toekomst met minder zorg?

We praten over sociale contacten, leefstijl en activiteiten met anderen. Krachtig ouder worden is ook: kwetsbaarheid durven tonen en hulp durven vragen. Als senior heeft u ook veel te geven met uw levenservaring en wijsheid. En wat wilt u graag nog doen of bereiken? Een getrainde gespreksbegeleider begeleidt de dialoog. Tevens is er een kenniscafé aanwezig. U gaat naar huis met nieuwe inspiratie, concrete ideeën of zelfs praktische oplossingen. Ook helpt u anderen verder.

De uitkomsten van het buurtgesprek zijn niet alleen waardevol voor uzelf en voor de andere senioren, maar ook voor onze organisatie. Want het geeft ons nog beter inzicht in wat er leeft onder senioren. Samen zorgen we ervoor dat er niet óver u wordt gepraat, maar mét u.

‘Krachtig ouder worden - praat vandaag over morgen’ wordt uitgevoerd door de Seniorencoalitie (ANBO-PCOB, Koepel Gepensioneerden, NOOM en SOMNL). De komende jaren organiseert de Seniorencoalitie door heel Nederland regiobijeenkomsten en buurtgesprekken voor mensen van rond de 60 jaar en ouder. Ze doet dit samen met betrokken organisaties, waaronder Welstad en BCM.

Wilt u samen met anderen naar de toekomst kijken? En wilt u zichzelf én anderen inspireren en motiveren? Meld u dan uiterlijk op 31 januari aan voor deze bijeenkomst. Dit kan via info@welstad.nl of via telefoon: 06-13926880. Onder vermelding van uw naam en adres, telefoon of email. In verband met beperkte ruimte zal deelname op volgorde van aanmelding zijn. We zien u graag!