

Uitnodiging 'Krachtig ouder worden'

Wat vindt u belangrijk voor later? En hoe bereidt u zich daarop voor?

Kom naar de bijeenkomst 'Krachtig ouder worden – praat vandaag over morgen' op woensdag 13 november in Groningen. Een inspirerende en informatieve middag met gesprekken, kenniscafé, borrel en meer. Gratis deelname. Meld u snel aan!

Wat kunt u verwachten?

- Inspirerende presentaties van Pieter Hilhorst (o.a. Raad voor Volksgezondheid en Samenleving) en Jetty Mathurin (actrice, presentatrice, cabaretière).
- In kleine groepjes in gesprek met andere mensen van rond de 60 jaar en ouder. - Kenniscafé met organisaties uit de regio Baarn.
- Een gezellige borrel om de middag af te sluiten en elkaar beter te leren kennen.

Vragen die aan de orde kunnen komen zijn:

- Hoe wilt u in de toekomst wonen?
- Kunt u uw woning geschikt maken voor eventuele thuiszorg?
- Wat is handig om in de buurt te hebben?
- Wie in de buurt kan helpen als u steeds meer zorg nodig heeft?
- Wat kunt u nu al doen om eenzaamheid te voorkomen?
- Hoe blijft u fit?
- Hoe houdt u uw geheugen en denken actief?
- Wat wilt u graag nog doen in uw leven? Waar droomt u van?

Samen ontdekt u het belang van eigen regie en vitaliteit. Uw inzichten en ervaringen zijn van onschatbare waarde. We sluiten de middag af met een kenniscafé met organisaties uit de regio Groningen en een gezellige borrel om elkaar te ontmoeten.

 17 Bijeenkomst in Groningen – Martini Plaza - woensdag 13 november (13.00 – 17.00 uur)

Gratis deelname! Meld u snel aan. Googelen op deseniorencoalitie.nl

