

Beste Jongsenior, beste lezer,

Hierbij alweer de tweede nieuwsbrief van 2025!

U leest hierin over een aantal themabijeenkomsten die JSZ de komende maanden organiseert.

We blikken terug op de toneelvoorstelling 'Doem of Doen, na je pensioen'.

We doen verslag van de workshop die door JSZ is gegeven bij een netwerkconferentie van Samen Zoetermeer Gezond.

Tot slot praten we u bij over de themagroepen en de Pioniers van de derde levensfase. De Pioniers uit Seghwaert doen ook een oproep!

Veel leesplezier en schroom niet om ons te benaderen met vragen en opmerkingen. Uw reactie wordt gewaardeerd!

Mail: info@jongseniorenzm.nl

Themabijeenkomst 'Zorgen over de toekomst; hoe speel je in op een onzekere wereld'

Op dinsdagavond 22 april staat dit onderwerp centraal.

Het lijkt soms of we nergens meer zeker van kunnen zijn. Als je de nieuwsberichten leest, slaat de schrik je om het hart. Is er in de toekomst voldoende zorg, komt er oorlog, hoe gaat het met het klimaat, hoe moet het met onze kleinkinderen? Hoe voorkom je dat je hard, cynisch, gefrustreerd of moedeloos wordt?

De themagroep Zingeving wil graag met u in gesprek aan de hand van vier korte inleidingen. Wat kun je als jongsenior zelf doen?

Koert Vrijhof stelt voor om vanuit een vredelievende houding contact te zoeken met anderen, in je nabijheid, via maatschappelijke organisaties.

Helen de Roos doet suggesties hoe je je persoonlijk sterker/weerbaarder kan maken en beter in balans kan blijven.

Henriëtte Bots vraagt zich af wat voor- en nadelen van technologische ontwikkelingen zijn en stelt voor hoe je mee kan praten over wat wenselijk is, zodat er niet óver maar mét jongsenioren wordt gesproken.

Rob Oele vertelt over ontwikkelingen over het weer en klimaat in Zoetermeer en laat zien dat er juist in Zoetermeer ook positieve aanknopingspunten zijn.

Na de pauze gaan we in kleine groepjes met elkaar in gesprek.

Tijdens de inloop en de pauze zijn er informatietafels: Grootouders voor het klimaat, Klimaatburgemeester, Zoete Aarde, Hof van Seghwaert, Voedselbos, ILOZ, FNV, Samenhang voor vrede, Humanistisch verbond, Expobike met informatie over technologische hulpmiddelen.

Programma

19.15 tot 20.00 uur: Inloop met informatietafels

20.00 tot 22.00: Inleidingen en groeps gesprekken

Locatie: Club Entree, Boerhaavelaan 33, 2713 HA Zoetermeer

U kunt zich aanmelden door een mail te sturen naar:

info@jongseniorenzm.nl

Themabijeenkomst 'Huis en veiligheid, hoe dan...'

Op woensdagavond 18 juni organiseert de themagroep Wonen een avond over Veiligheid. Sprekers zullen onder meer ingaan op:

- Brandveiligheid in huis

- Cybercrime, wat is belangrijk om zo veilig mogelijk achter de computer te werken?

Het tweede deel van de avond wordt er in groepjes verder gepraat over het onderwerp.

Ook deze bijeenkomst vindt plaats in:

Club Entree, Boerhaavelaan 33

19.15 - 20.00 uur: Inloop met informatietafels

20.00 - 22.00 uur: Programma met sprekers en discussiegroepjes

In een volgende nieuwsbrief leest u wanneer u zich hiervoor kunt aanmelden.

Voorlichtingsbijeenkomst 'In gesprek over de dag van morgen'

Op vrijdagmiddag 16 mei organiseert JSZ samen met de drie ouderenbonden AOVZ, PCOB en KBOZ een zeer informatieve bijeenkomst rond het thema 'In gesprek over de dag van morgen - medische keuzes in de latere levensjaren'.

Dit onderwerp is een initiatief van het Ouderenberaad Zuid-Holland Noord. Mevrouw Dr. Dorothea Touwen, docent en onderzoeker medische ethiek aan het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC), is de spreker deze middag.

Onderwerpen die aan bod komen zijn: wilsverklaring, een ondergetuigenaanstellen die beslissingen neemt wanneer u dat niet meer zelf kunt, tips om bij familieleden de wensen in de laatste levensfase bespreekbaar te maken en informatie over medische zorg passend bij de laatste levensfase. Aansluitend zal een huisarts aanwezig zijn om vragen te beantwoorden.

Tijd: Inloop vanaf 13.30 uur. Programma van 14.00 tot 16.00 uur.

Locatie: Club Entree, Boerhaavelaan 33

Het aanmelden verloopt via een speciaal mailadres, die wij nog aan u laten weten.

Noteer de datum al in uw agenda. Het wordt een interessante bijeenkomst.

JongSenioren en toneel: 'DOEM OF DOEN na je pensioen'

Op dinsdagavond 28 januari kwam de toneelvoorstelling 'DOEM OF DOEN na je pensioen' op de planken. Getalenteerde jongsenioren speelden samen met acteurs van Theaterhart herkenbare verhalen met een vleugje humor over de vooruitzichten van het leven na het pensioen. Voor veel jongsenioren was dit het acteerdebuut. Wat natuurlijk heel spannend was, maar zeer geslaagd. Zodanig zelfs dat er al wordt nagedacht over een vervolg. Eén van de mogelijkheden is, om met sketches uit het stuk de wijk in te gaan met de Knussebus van Theaterhart. En op deze wijze het onderwerp samen met de Pioniers van de derde levensfase op een ongedwongen manier ter sprake te brengen.

Na de voorstelling waren er verdiepende tafelgesprekken onder begeleiding van een gespreksleider en inhoudelijk expert. Iedere tafel had een specifiek thema. Er kon gekozen worden uit: Positiviteit, Wonen, Pioniers van de derde levensfase, Zoetermeer voor Elkaar, Samen Zoetermeer en de Sport. Het verslag van deze gesprekken is te vinden op de [website JSZ](http://www.jsz.nl).

We houden u op de hoogte!



Na de voorstelling waren er verdiepende tafelgesprekken onder begeleiding van een gespreksleider en inhoudelijk expert. Iedere tafel had een specifiek thema. Er kon gekozen worden uit: Positiviteit, Wonen, Pioniers van de derde levensfase, Zoetermeer voor Elkaar, Samen Zoetermeer en de Sport. Het verslag van deze gesprekken is te vinden op de [website JSZ](http://www.jsz.nl).

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!

We houden u op de hoogte!



Alle bijeenkomsten van JSZ nog eens op een rij:

- Vrijdag 28 maart 15.00 tot 16.30: Een Zinvol Gesprek 'Contact(en) tussen oud en jong'
- Dinsdag 22 april 19.15 tot 22.00 uur: Thema-avond 'Zorgen over de toekomst, hoe speel je in op een onzekere wereld'
- Vrijdag 16 mei 13.30 tot 16.00 uur: Informatiebijeenkomst 'In gesprek over de dag van morgen'
- Woensdag 18 juni 19.15 tot 22.00 uur: Thema-avond 'Huis en veiligheid; hoe dan...'

De bijeenkomsten vinden plaats in Club Entree, Boerhaavelaan 33, 2713 HA Zoetermeer

Deze e-mail is verzonden aan {{email}}. • Als je geen e-mails meer wilt ontvangen dan kun je je [hier afmelden](#). • Voeg info@jongseniorenzm.nl toe aan je adresboek voor een betere ontvangst.