JongSeniorenZM



WIE PRETTIG OUD WIL WORDEN, BEGINT OP TIJD!

Ontdek wat je nu al kunt doen voor later

Hoe wil jij later leven?
Blijf ik in mijn huis wonen? Hoe blijf ik fit en actief? Wat geeft mijn leven betekenis? En hoe houd ik contact met anderen?

De derde levensfase begint rond de pensioenleeftijd en duurt zolang je vitaal en zelfstandig bent. In deze periode kunnen vragen ontstaan over wonen, vitaliteit, vrije tijd en contact met anderen. Het helpt om op tijd stil te staan bij wat je belangrijk vindt en wat er mogelijk is.

JongSenioren Zoetermeer helpt je daarbij.
We zijn een stichting van actieve jongsenioren uit Zoetermeer. We willen jongsenioren inspireren om na te denken over hun toekomst en laten zien welke mogelijkheden er zijn om zo gezond en zelfstandig mogelijk te blijven leven in hun eigen omgeving.

Dat doen we met themabijeenkomsten en wijkinitiatieven. We delen kennis, brengen mensen met elkaar in contact en inspireren jongsenioren om zelf stappen te zetten voor een prettige en vitale derde levensfase.

Waar draait het om?



Vitaal en mobiel blijven
Ontdek wat je kunt doen om actief te blijven en je goed te voelen.



Prettig wonen
Denk op tijd na over hoe en waar je wilt wonen, nu en in de toekomst.



Zingeving
Wat geeft je leven betekenis? Ontdek wat bij je past en wat je energie geeft.



Omzien naar elkaar
Een fijne buurt begint met elkaar kennen en naar elkaar omkijken. Met een Aandachtscirkel spreken buurtbewoners af hoe ze elkaar kunnen helpen als dat nodig is.

Pioniers in de wijk
De pioniers zijn jongsenioren die in gesprek gaan met buurtbewoners over wat er leeft in de wijk. Samen zoeken ze naar ideeën en initiatieven die bijdragen aan een prettige derde levensfase.

Denk mee. Doe mee!
Wil je meer weten over onze thema's, een bijeenkomst bezoeken of de nieuwsbrief ontvangen? Of heb je zelf een idee voor jouw wijk?

Je bent welkom om mee te denken en mee te doen.

Meer weten?

info@jongseniorenzm.nl

www.jongseniorenzm.nl

JongSeniorenZM