

Pensioen *Plezier* - Met Zin in je Nieuwe Tijd!

Stap in een Nieuwe Fase van je Leven

Met trots presenteren wij het inspirerende trainingsprogramma “Pensioen Plezier”! Dit programma is speciaal ontworpen voor iedereen die recent met pensioen is gegaan of binnenkort met pensioen gaat. Het bied je de kans om stil te staan bij wat er verandert, wat waardevol blijft, en wat opnieuw betekenis kan krijgen. Het ontdekken, inspireren en uitwisselen staat centraal. Je gaat op zoek naar nieuwe perspectieven, deelt ervaringen met anderen en onderzoekt hoe je op jouw manier invulling kunt geven aan de fase na je pensionering. Uiteraard is er alle ruimte om te reflecteren op wat dit overgangsmoment voor je betekent. Ook is er aandacht aan de minder plezierige kanten van je pensionering.

Innovatie en Kennisdeling

Dit programma is onderdeel van een innovatief Europees project (**E-PAC**) dat in Nederland gecoördineerd wordt door het projectbureau AFEdemy uit Gouda. AFEdemy zet zich in voor slimme, gezonde en leeftijdsvriendelijke leefomgevingen, zodat jij het beste uit je pensioen kunt halen!

E-PAC
PASSAGES AS CHANCE

Medegefinancierd door de Europese Unie

Programma

Training in Uden

Data: **14 en 28 november** van 10-13 uur met aansluitend lunch
Locatie: De Ideeënfabriek, Liessentstraat 9a, Uden
Trainers: Folkert Soetenga en Roselinde van Ravestein
Registratie: https://ec.europa.eu/eusurvey/runner/TrainingUden

Samen verkennen we wat voor jou belangrijk is, wat je energie geeft en hoe je richting wilt geven aan de tijd die voor je ligt. Wat jou ook helpt om deze nieuwe fase prettig en betekenisvol vorm te geven. In Uden wordt daarnaast ook aandacht besteed aan gezond en aangenaam langer thuiswonen. Laat je inspireren door deskundigen en ga met gelijkgestemden in gesprek over het leven na betaald werk.

Training in Roosendaal

Data: **28 november en 11 december** van 10-13 uur met aansluitend lunch
Locatie: Humanitas, Badhuisstraat 18, Roosendaal
Trainer: Polleke Verhoeven
Registratie: https://ec.europa.eu/eusurvey/runner/TrainingRoosendaal

In Roosendaal richten we ons op positieve gezondheid. Wat betekent dat voor jou? Hoe houd je je gezondheid en welbevinden op peil? In deze training krijg je de tools aangereikt om je eigen welzijn makkelijker in eigen hand te nemen. Samen met de andere deelnemers verken je je mogelijkheden en onderzoek je wat bij je past, je nieuwe kansen en waar je afscheid van wilt nemen.

Aanmelden en nadere informatie

Wil je deelnemen aan één van deze inspirerende trainingen? Meld je dan snel aan via de genoemde registratieformulieren per locatie. Deelname is pas verzekerd na ontvangst van een bevestigingsmail door de projectleider van AFEdemy. Deelname is gratis. Van deelnemers wordt een actieve inbreng verwacht. Dit is jouw kans om deze nieuwe fase van je leven met plezier en zin te omarmen! Wij kijken ernaar uit je te ontmoeten!

Nadere informatie staat op:
https://www.afedemy.eu/afedemy-biedt-trainingsprogramma-pensioen-plezier/

AFEdemy
age-friendly environments academy