

Pensioen *Plezier*
Met Zin in je Nieuwe Tijd!

Trainers / coaches / facilitators gezocht!

We nodigen **trainers, coaches** en **begeleiders** uit om het inspirerende trainingsprogramma **"Pensioen Plezier" te geven**, waar je een groep van 5-15 deelnemers begeleidt. Je kunt contact met ons opnemen als je trainer bent, maar ook als je trainer wilt worden!

Het programma is ontworpen voor mensen die recent met pensioen zijn of bijna met pensioen gaan. Het ondersteunt hen bij het navigeren van deze belangrijke levensovergang op een betekenisvolle en reflectieve manier. Trainers spelen een sleutelrol in het begeleiden van deelnemers om te onderzoeken wat er verandert, wat waardevol blijft en wat nieuwe betekenis kan krijgen in deze volgende levensfase. Het programma richt zich op reflectie, inspiratie en het uitwisselen van ervaringen. Deelnemers worden aangemoedigd nieuwe perspectieven te ontdekken, inzichten te delen en te onderzoeken hoe zij hun leven na hun pensioen kunnen vormgeven op manieren die aansluiten bij hun waarden en ambities. Er wordt ook aandacht besteed aan de meer uitdagende en minder plezierige aspecten van met pensioen gaan.

Wie kunnen zich aanmelden als trainer of coach?

Idealiter hebben trainers al een persoonlijke band met het onderwerp pensioen — bijvoorbeeld omdat ze op het punt staan deze levensfase in te gaan of dat al zijn geweest. Persoonlijke ervaringen of een bewuste betrokkenheid bij kwesties rond transitie, heroriëntatie en het vinden van betekenis vormen een waardevolle basis voor het werken met de groep.

Tegelijkertijd is eerdere ervaring als trainer geen vereiste. Deelname aan het programma is ook mogelijk zonder formele trainingservaring. Wat cruciaal is dat je het vermogen hebt om mensen te motiveren, discussies te leiden en een vertrouwensvolle ruimte te creëren voor uitwisseling en reflectie. Openheid, de bereidheid om te leren en een oprechte interesse in het onderwerp pensioen zijn belangrijk, evenals de motivatie voor persoonlijke ontwikkeling en het samen ontdekken van nieuwe perspectieven met de deelnemers.

Wat krijg je ervoor terug?

Deelnemende trainers profiteren van wetenschappelijk onderbouwde inzichten en theorieën over pensioen, veroudering, levensveranderingen en welzijn. Daarnaast is het programma gebaseerd op duidelijke didactische en pedagogische principes die reflectief, participatiegericht en praktijkgericht leren ondersteunen.

Alle deelnemende trainers krijgen een overzicht van het programma in een speciale **train-de-trainer** sessie. Bovendien ontvangen alle trainers een uitgebreide **trainingshandleiding** waarin de inhoud, structuur en methodologie van het programma worden beschreven. De handleiding biedt een solide basis en blijft flexibel en aanpasbaar. Trainers kunnen actief bijdragen aan het verbeteren van het programma door het delen van hun expertise en ideeën.

De totale tijdsinvestering per trainer is ongeveer 20 uur. Dit bestaat uit een 6-uur durende train-the-trainer-sessie, 6 uur voor de voorbereiding van de workshops en 8 uur voor het begeleiden van workshops met de deelnemers. De vergoeding is 500€.

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 pensioenfase kunt halen!

E-PAC
PASSAGES AS CHANCE
Medegefinancierd door de Europese Unie

Aanmelden

Geïnteresseerd? Als je wilt deelnemen, stuur dan een e-mail naar danielle@afedemy.eu met daarin je expertise en je motivatie om trainer te worden.

AFEdemy
age-friendly environments academy