

NIEUWSBRIEF



JAARGANG 3

JULI 2024

Beste Jongsenioren, beste lezer,

Bij deze nieuwsbrief treft u in een aparte bijlage het verslag en evaluatie van de themabijeenkomst Wonen van 29 mei. Door problemen met onze website kunnen wij u helaas niet doorlinken naar het verslag. Er wordt hard gewerkt om de website weer op orde te krijgen.

In deze nieuwsbrief geven we een update over de eerste informatiebijeenkomsten 'Pioniers van de derde levensfase'. En u leest over de laatste ontwikkelingen in de themagroepen, waaronder de aankondiging van een themabijeenkomst in oktober en informatie over 'een Zinvol gesprek' op 26 juli.

Verder doen wij verslag van ontwikkelingen waar het bestuur van JSZ zich zoal mee bezig houdt.

Wij wensen u een hele fijne zomerperiode!



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

Mail: info@jongseniorenzm.nl

Informatiebijeenkomsten 'Pioniers van de derde levensfase'

In juni vonden de eerste informatiebijeenkomsten plaats met de geïnteresseerde 'Pioniers van de derde levensfase'. Op 17 juli gaan wij met 11 enthousiaste pioniers nu echt van start met de cursus!

Wat gaan we leren?

We gaan ons verdiepen in de derde levensfase aan de hand van een aantal thema's. Vervolgens gaan we op onderzoek uit wat er al bekend is in de wijk, welke initiatieven zijn er? Waar liggen de behoeften van mensen in de derde levensfase, hoe komen we daar achter en met wie gaan we daarin samenwerken? Worden er dingen gemist? En hoe gaan we elkaar informeren, inspireren en verbinden rondom onderwerpen?

Daarbij gaan we uit van behoeften en vragen die leven zonder dat er een direct probleem is. We noemen dit leef-vragen in plaats van hulp/zorg-vragen.

In de loop van de cursus leren we een jaarplan te maken en hoe we het pionieren kunnen borgen in de wijk.

Kortom: het PIONIEREN is begonnen. We houden u op de hoogte!

WIST U DAT?

- * Samen Zoetermeer Gezond op 12 juli een denkbijeenkomst Samen (G)Oud met bewoners houdt over prettig ouder worden?
- * U zich daarvoor [hier](#) kunt opgeven?
- * Er recentelijk 2 interessante rapporten zijn uitgebracht?
- * Het Sociaal Cultureel Planbureau [daarin](#) pleit voor investeren in vitale ouderen? Als de smeerolie voor de samenleving!
- * VWS het belang van een sociaal netwerk benadrukt en [suggesties](#) bevat om dit te versterken?
- * Er een interessante podcastserie bestaat '[Ouderen spreken zich uit](#)'?
- * Dit een initiatief is van de landelijke Raad van Ouderen en relevante thema's m.b.t. het ouder worden naar voren brengt?
- * De Raad van Ouderen een adviesfunctie heeft naar VWS?
- * Het bestuur JSZ onlangs een mooi gesprek had met Hans van Hezewijk?
- * Hans vanuit zijn eigen ervaring mensen wil inspireren in een positieve levenshouding, ook met beperkingen?
- * Hij daarover lezingen geeft en een gratis te [downloaden boek](#) heeft geschreven?
- * Enkele leden van de themagroep Zingeving voor Zoetermeer Actief in columns 'stof tot nadenken' geven onder de titel '[Zin in 't alledaagse](#)'?

Nieuws uit de themagroepen

Themagroep Vitaliteit & Mobiliteit

De themagroep is sinds kort versterkt met 4 nieuwe leden en we zijn nu met ons 7'en. Daar zijn we heel blij mee! De groep is al flink aan de slag gegaan en bereiden een thema-avond voor die in oktober zal plaatsvinden. Het onderwerp is bepaald en heeft als titel: 'Een positieve kijk op het ouder worden; hoe dan?!'. Daarin zal 'beeldvorming' terugkomen, de invloed die de samenleving daarop heeft, en vooral welke invloed je daar zelf op hebt. Een positieve kijk op het ouder worden is een belangrijke basis voor het vitaal ouder worden!



Themagroep Wonen



De themagroep heeft naast het organiseren van de laatste thema-avond Wonen op 29 mei zich intensief bezig gehouden met het oprichten van een Initiatiefgroep Knarrenhof in Zoetermeer. Deze initiatiefgroep gaat onafhankelijk van JSZ verder, maar er blijft een sterke verbinding omdat leden van de initiatiefgroep betrokken blijven bij de themagroep Wonen. We zullen dan ook met regelmaat verslag doen van de ontwikkelingen. Zo is bijvoorbeeld onlangs wethouder Weerwag, raadsleden en bestuursambtenaren op uitnodiging van de Initiatiefgroep naar Knarrenhof Gouda geweest voor een informatiebijeenkomst door Knarrenhof Nederland. Op 2 juli heeft één van de leden van de initiatiefgroep tijdens de raadsvergadering van de gemeente ingesproken en zich hard gemaakt voor het realiseren van een Knarrenhof.

Themagroep Zingeving

De themagroep organiseert ca. één keer per 6 weken een gespreksbijeenkomst onder de naam 'een Zinvol gesprek'.

Op vrijdag 26 juli van 16.00 uur tot 17.30 uur vindt het volgende 'een Zinvol gesprek' plaats. Het gespreksthema is 'Troost'. Dit gebeurt in buurttuin De Zoete Aarde, Broekwegzijde 195. Hieraan kunnen 12 mensen deelnemen. Opgeven is nodig en kan via de mail: info@jongseniorenzm.nl. Bij verhindering graag afmelden zodat de plaats door een ander ingenomen kan worden.



Nieuws uit het bestuur

We willen u een indruk geven waar JSZ zoal bij betrokken is. In de afgelopen periode sluiten wij bij steeds meer netwerken aan en zijn we gesprekspartner bij onderwerpen over: vitaal ouder worden en het bevorderen van een zo lang mogelijke prettige derde levensfase.

Daarbij richten wij ons op onze 3 hoofdthema's: Vitaliteit & Mobiliteit, Wonen en Zingeving.

Daarnaast benadrukken wij dat we als burgerinitiatief uitgaan van de vragen en behoeften van de burger en dat onze insteek 'preventie' is. Dit alles heeft te maken met het feit dat we elkaar bewust willen maken en stimuleren om na te denken over het ouder worden zonder dat er zich al een specifieke situatie of probleem voordoet.

Ons motto is: Wie prettig oud wil worden, begint op tijd!

Een greep uit enkele netwerken waar wij aan deelnemen:

- [Empowerment voor een Zorgeloze Toekomst](#) van Samen ZoeterMeer Gezond
- [Dialogsessies Samen \(G\)Oud](#) van Samen ZoeterMeer Gezond
- [Kamer van Inwoners](#) van Samen ZoeterMeer Gezond
- [BRAVO \(BRede Activiteiten Voor Ouderen\)](#) van de gemeente Zoetermeer
- [Zoetermeer 2040](#)