

Dienstencentra Mintus lanceren cursus “Met pensioen”

Datum

13/09/2018

‘Met pensioen’: dat is de naam van een nieuwe cursus van de lokale dienstencentra van Mintus. In zes lessen worden cursisten op een aangename en inspirerende manier voorbereid op hun pensioen.

Mintus-voorzitter Dirk De fauw: “Tijdens een loopbaan hoor je geregeld dat er iemand met pensioen gaat. Meestal hoort daar een afscheidsspeech, een boeket bloemen of een feestje bij. In het begin wordt een collega gemist, maar het leven van elke dag gaat verder. Als je eigen pensioen nadert, liggen de kaarten anders. De vraag “Hoe lang moet je nog?” klinkt een beetje alsof je een gevangenisstraf uitzit. Daarna moet je de dagen zelf invullen en zinvol maken. Da’s een hele klus, en met deze nieuwe cursus willen wij het verschil maken.”

‘Met pensioen’ is een reeks van zes lessen, die plaatsvinden op donderdagavond. “We geven het startschot op 8 november”, verduidelijkt Bart Lambrecht, coördinator van de Mintus-dienstencentra. “Zelfreflectie, zelfevaluatie en toekomstplanning staan centraal. We bespreken de sociale en financiële veranderingen voor wie met pensioen gaat. We belichten de uitdagingen en valkuilen en hoe je de vrije tijd die voor je ligt, zinvol en op maat kunt invullen. Daarbij hebben we onder andere aandacht voor vrijwilligerswerk, sportactiviteiten, gezond koken en gezonde voeding. Het is vooral de bedoeling dat een pensioen cursisten inspireert en zin geeft om van nieuwe dingen te genieten.”

Om de cursus ‘Met pensioen’ vorm te geven en te stofferen, doen de dienstencentra onder andere een beroep op Nin Raeymaekers (ex-diensthoud dienstencentra), Bart Van Troye (budgetcoach OCMW Brugge) en psychologe Astrid De Meester.

“Deze cursus ligt helemaal in het verlengde van de opdracht van de lokale dienstencentra. We zoeken voortdurend naar nieuwe, gevarieerde activiteiten die Bruggelingen en senioren ontspanning en energie bieden. Wie in spanning aftelt naar het pensioen, heeft nu iets extra’s om naar uit te kijken. Wie een beetje tegen dat pensioen opziet, krijgt de kans om nieuwe uitdagingen aan te gaan. We hopen dat we zo een breed publiek in de regio bereiken”, aldus nog Mintus-voorzitter Dirk De fauw.

Een digitale versie van deze tekst is verkrijgbaar via:

communicatie@mintus.be

Cel Communicatie OCMW Brugge – tel. 050 32 73 09

Mintus (Zorgvereniging Brugge) - Ruddershove 4 - 8000 Brugge
t 050 32 70 00 - mintus.be
BTW (BE) 0682.844.465 - IBAN BE22 0910 2169 1047

Mintus is een welzijnsvereniging van



BRU
GGE

“Mintus hecht veel belang aan de bescherming van uw privacy. De manier waarop we gegevens verzamelen en bewaren gebeurt volgens onze privacyverklaring. Die kunt u vinden op www.mintus.be/privacy”

INFO & INSCHRIJVINGEN

‘Met pensioen’

Wekelijkse cursus in 6 delen, telkens van 18:30 u tot 20 u

Paviljoen Den Breydel, Kennedypark, 8200 Sint-Andries

Data: 8-15-22-29 november / 6-13 december

Inschrijven via: meulewech@mintus.be

denbreydel@mintus.be

T 050 32 70 91

Prijs: € 10

www.dienstencentra-brugge.be

Een digitale versie van deze tekst is verkrijgbaar via:

communicatie@mintus.be

Cel Communicatie OCMW Brugge – tel. 050 32 73 09

Mintus (Zorgvereniging Brugge) - Ruddershove 4 - 8000 Brugge

t 050 32 70 00 - mintus.be

BTW (BE) 0682.844.465 - IBAN BE22 0910 2169 1047

Mintus is een welzijnsvereniging van



**BRU
GGE**

“Mintus hecht veel belang aan de bescherming van uw privacy. De manier waarop we gegevens verzamelen en bewaren gebeurt volgens onze privacyverklaring. Die kunt u vinden op www.mintus.be/privacy”