

POWER wordt een begrip

Op 27 september jl. werd weer een informatiebijeenkomst gehouden over de nieuwe workshop-cyclus POWER, Veerkracht op Leeftijd. Opnieuw was er verheugend veel belangstelling.

De gezellige ruimte van het Pakhuis Noorderhaven (achter het station) was ditmaal - vanwege de in aanbouw zijnde parkeergarage - wat moeilijker dan anders te bereiken, maar dit belette (evenmin als het stralende herfstweer) de belangstellende senioren niet om zich door Cees de Boer te laten informeren over POWER. Daarnaast werd door Stip ter Laan een kleine 'proeverij' gegeven zodat men een indruk kon krijgen van de manier waarop en de sfeer waarin POWER gegeven wordt.

De nieuwe cyclus van 6 POWER-workshops start op 25^e oktober. Elke workshop behandelt een specifiek onderwerp dat belangrijk is in het senioren-leven (gezondheid, waarden, wonen, inspiratiebronnen en activiteiten). POWER is bedoeld voor mensen vanaf circa 55+. Als de kinderen de deur uit zijn en/of het werk is gestopt, wordt het belangrijk isolement te voorkomen, anderen te ontmoeten en elkaar te stimuleren. Samen in actie! Uit de voorgaande workshops, die enthousiast werden beoordeeld, zijn kringen gevormd: men onderneemt met elkaar allerlei activiteiten (lezen, koken, gespreksgroep, museum-/theaterbezoek). In het door de deelnemers opgerichte POWER-café houdt men contact en kan men 'proeven' aan elkaars talenten (deelnemers brengen een onderwerp ter tafel of geven een voordracht).

POWER is een project van Stichting Gilde Zutphen. Voor meer informatie: project-coördinator Cees de Boer: info@orweb.nl of 06-51112960 (of Stip ter Laan: 0575-543075) en www.gilde-zutphen.nl