

KBO-PCOB Inspiratietour: Programma Soest - donderdag 31 maart

Ochtendprogramma

Tijdstip	Programma
9.30 uur	Inloop
10.00 – 10.30 uur	Eerste spreker – Jaap Jongbloed
10.45 – 11.00 uur	Pauze
11.00 - 11.30 uur	Tweede spreker – Lisette de Groot
11.30 – 11.45 uur	Pauze
11.45 – 12.15 uur	Derde spreker – Marinus van den Berg
12.15 – 13.00 uur (=doorlopend)	Beurs

Locatie: Cultuurcentrum de Rank, Soesterbergsestraat 18, 3768 EJ Soest

Toegang: gratis, **aanmelden is verplicht** in verband met de huidige coronamaatregelen! Omdat het een evenement is zijn wij verplicht te vragen naar uw coronatoegangsbewijs, neem ook uw legitimatiebewijs mee!

Spreker 1: Jaap Jongbloed

Jaap Jongbloed kent u waarschijnlijk als presentator van het televisieprogramma ‘Het Mooiste Meisje van de Klas’ of ‘EenVandaag’, maar wist u dat Jaap Jongbloed ook grote interesse heeft in het thema gezond ouder worden? Samen met gezondheidsjournalist Wies Verbeek onderzoekt hij in zijn podcastreeks “Jong Bloed” hoe je gezond, gelukkig en lang kunt leven. Wat kun je bijvoorbeeld het beste doen om sterke botten te houden en hoe pak je een beweegplan aan? Of hoe blijf je productief in je werk? Jaap neemt het publiek mee in bestaande wetenschappelijke onderzoeken en geeft zijn persoonlijke tips. Voor iedereen die lang gezond wil leven.

Spreker 2: Lisette de Groot

Hoe kan je gezond blijven eten als je ouder wordt? En hoe blijf je dan fit? Professor Lisette de Groot kan ons alles vertellen over ouder worden en voeding, dit is namelijk haar vakgebied op de universiteit van Wageningen.

Spreker 3: Marinus van den Berg

Met de jarenlange kennis die hij als priester en verpleeghuispastor heeft verzamelt heeft hij meerdere boeken over uiteenlopende onderwerpen geschreven. Een veelvoorkomend onderwerp hierin is toch wel dat saamhorigheid belangrijk is voor de meeste mensen. Hij vertelt ons graag waarom.

Beurs

De beurs bestaat uit een aantal tafels waar de verenigingen KBO en PCOB zich presenteren en waar u onder andere uitleg krijgt over de Academie (<https://academie.kbo-pcob.nl/>).

Middagprogramma

Tijdstip	Programma
12.30 - 13.30 uur	lunch
13.30 – 14.30 uur	Workshop Academie óf Het nieuwe besturen
14.30 – 14.45 uur	Pauze
14.45 - 15.45 uur	Workshop Belangenbehartiging óf Ledenwerving
16.00 uur	Einde

Workshop Academie

[De Academie](#) is het online kennisplatform voor vrijwilligers. Hier vindt u veel informatie die u in de afdeling helpt voor bijvoorbeeld ledenwerving, belangenbehartiging en het organiseren van activiteiten. Maar ook informatie voor vrijwilligers die zich inzetten als bijvoorbeeld ouderenadviseur is hier te vinden. Daarnaast is er een interessant cursusaanbod rond diverse thema's zoals bijvoorbeeld zingeving. Deze informatie is toegankelijk als u een profiel aanmaakt. U kunt met dat profiel ook zelf activiteiten aanmaken én in contact komen met collega leden die zich actief inzetten.

Workshop Het nieuwe besturen

Veel afdelingen staan voor uitdagingen als het gaat om het vinden van nieuwe bestuursleden. Hoe kunnen bestuurstaken aantrekkelijk worden voor de senior van nu? Hoe word je als bestuur een team dat flexibel inspeelt op de situatie? Wat houdt dit in voor het werven van nieuwe vrijwilligers? Wat betekent dit voor de organisatie van activiteiten voor de senior van nu? In de workshop 'het nieuwe besturen' hoort u hoe u aan de slag kunt gaan!

Workshop Ledenwerving

Elke afdeling verwelkomt graag nieuwe leden. Hoe vindt u die en wat kan u doen om hen te binden?

Workshop Belangenbehartiging

De gemeenteraadsverkiezingen zijn net geweest. Er worden coalitieonderhandelingen gevoerd, een coalitie gevormd en er komt een nieuw college van burgemeester en wethouders. Hoe zorgt u er voor dat bij deze twee fases de belangen van senioren wordt meegenomen?

Voor wie en wat kost het?

Het evenement is gratis en toegankelijk voor alle senioren, de workshops voor leden zich actief inzetten voor de vereniging of dat willen gaan doen dus kom alleen of kom samen met een vriend of familielid. Koffie, thee en lunch zijn inbegrepen.

Aanmelden

Aanmelden voor deze bijeenkomst kan via onze website, www.kbo-pcob.nl/tour, of telefonisch via 030 -340 0655 (bereikbaar van maandag t/m donderdag van 10.00 – 13.00 uur)