

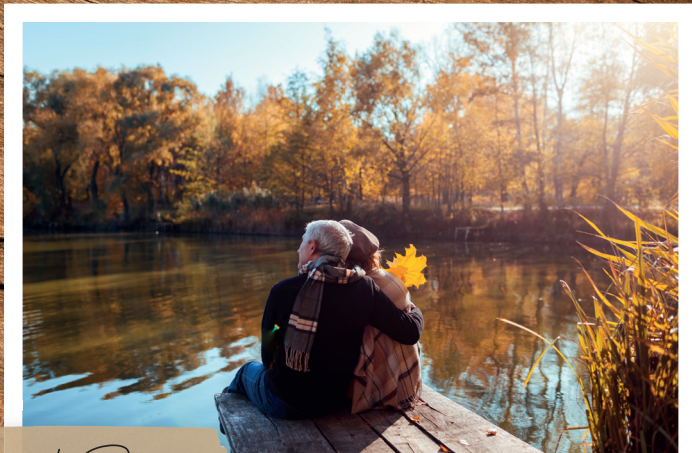
Geniet van je **PENSIOEN**

Hoera, je mag met pensioen. Misschien kijk je al een paar jaar uit naar deze nieuwe levensfase. Of misschien zie je er juist enorm tegen op. In beide gevallen geldt: je kunt er maar het best iets leuks van maken. Zelf de slingers ophangen, zullen we maar zeggen. In dit boekje vind je een aantal suggesties en weetjes waar je wellicht profijt van kunt hebben, maar ook tips over gezond ouder worden en een aantal toepasselijke citaten.

Nog vele mooie jaren gewenst!



OUDER WORDEN IS EEN
fantastisch proces
WAARBIJ JE DE PERSOON WORDT
DIE JE ALTIJD AL HAD MOETEN ZIJN.



David Bowie



Vrijwilligerswerk

Stel je eens voor hoe onze samenleving eruit zou zien zonder al die duizenden vrijwilligers die dagelijks klaarstaan voor een ander bij sportverenigingen, in buurthuizen en verpleeghuizen, bij natuurverenigingen, in zorginstellingen en in musea.

Ook jij kunt een steentje bijdragen. En het is nog leuk ook. Mogelijkheden zat: klussen in de natuur, kantediensten draaien bij de voetbalclub, een bestuursfunctie vervullen of taallessen geven.

ANDERE TIJDEN

Ik ben zo oud dat ik

- ... nog een telefoonnummer heb gekozen met een draaischijf
- ... muziek geluisterd heb van een cassettebandje
- ... zwart-wittelevisie heb gekeken met behulp van een antenne
- ... en de hele dag ben doorgekomen zonder een foto van mezelf te maken :)

The background features a dense pattern of large, teal-colored leaves with prominent veins, set against a dark background. A large, white, abstract, organic shape is positioned on the right side, serving as a container for the text. In the lower-left corner, there is a white line drawing of a ginkgo fan leaf.

DE OUDE MAN IS JONG
GEWEEST, MAAR HET IS
ONZEKER OF EEN JONGE
MAN DE OUDERDOM ZAL
HALEN: HET GOED DAT
MEN BEREIKT HEEFT, IS DUS
BETER DAN HET GOEDE
DAT NOG MOET KOMEN
EN ONZEKER IS.

Democritus