

Gezinsbond GOSA Waasland

Gezinsbond GOSA Stekene

GEWESTFEEST

Voordracht “ Slaapproblemen bij Senioren” door Sandra Pirrera

Ontspanning door Geeno

Op woensdag 14 oktober 2020 om 14.00 uur

In Taverne “ De Graanmaat” Markt 24 te Sint- Niklaas

Programma

Welkom door de voorzitter

Lezing door klinisch psychologe Sandra Pirrera over slaapproblemen bij Senioren. Als zelfstandige psychologe geeft ze ondersteuning aan mensen met slaapproblemen. In deze lezing bespreekt ze de slaaploosheid van de 65 + als één van de meest voorkomende klachten. Ze geeft een overzicht van wat slaap is, hoe het doorheen de jaren evolueert en welke de meest voorkomende slaapproblemen op oudere leeftijd zijn, samen met de verschillende behandelingsmethodes.

Gebak met koffie

Ontspanning door zanger “ Geeno” die Engelstalige en Nederlandstalige nummers brengt van vroeger en nu. Hij deed mee aan de Soundmixshowwedstrijd in 1996 op VTM en behaalde de 2^{de} plaats. Hij trad ook op in hotels in Mallorca en Tenerife. Momenteel zingt hij op allerhande festiviteiten en voor verschillende verenigingen. Hij brengt liedjes die iedereen kan meezingen en die vele mooie herinneringen oproepen.

Gratis geschenk voor iedereen.

Praktische regeling

Prijs 13 euro voor leden Gezinsbond- 15 euro voor niet- leden

Inschrijven + betalen voor 5 oktober bij Ludwine Rutsaert Tel. 03/779 91 02 of ludwine.rutsaert@telenet.be (de zaal is beperkt tot 60 personen)

