



60-plus Brugge-Zuid 3 maart 2020

Als schaaapjes tellen niet meer werkt & Nostalgique

Volgens onderzoek blijkt dat maar liefst een derde van onze bevolking wel eens slaapproblemen heeft. Zo'n 6 tot 10% kampt zelfs met een chronisch slaapprobleem. Veelvuldige aanvallen van slaperigheid overdag vormen een duidelijke aanwijzing voor het bestaan van een slaapstoornis.

Waarom is een goede nachtrust zo belangrijk? En hoe voorkom je slapeloze nachten?

Een lesgeefster van Zorg-Saam geeft ons interessante tips!

Om wat stoom af te blazen, dompelt het 'Nostalgique' ons na de pauze onder in de jaren '50 tot '90. In hun uniek concept moedigen ze ons aan om een plaatje aan te vragen in hun 'Live Jukebox', met een aanbod van 280 klassevolle songs uit die jaren.

Je bent welkom op **dinsdag 3 maart 2020 om 14 uur in dienstencentrum De Braambeier in Zedelgem.**

Aandacht: maak gebruik van de ondergrondse parking die je aan de achterzijde van De Braambeier kan vinden, via Fazantenlaan 89.

Programma

14.00 Voordracht Als schaaapjes tellen niet meer werkt

15.00 Pauze met taart en koffie

15.30 Nostalgique

Kostprijs

10 euro, ter plaatse te betalen

Locatie

De Braambeier, Loppemsestraat 14a in Zedelgem

Inschrijvingen

Verplicht tegen 29 februari, en kan telefonisch bij:

- Aartrijke – Gabriël Lievens: 050/50 01 09
- Assebroek – Armand Van den Brande: 0497/53 77 35
- Beernem – Paul Vermeire: 0477/57 26 90
- Jabbeke – Marc Willem: 0485/14 49 72
- Loppem – Jozef Van Ryckeghem: 050/82 22 58
- Oedelem – Johan Vanlandschoot: 0479/39 47 73
- Oostveld – Luc Notteboom: 050/78 85 19
- Oostkamp – Roger Ballegeer: 050/35 71 55
- Ruddervoorde – Eric Lannoo: 050/27 62 53
- Sint-Joris – Yvan Claeys: 050/78 10 00
- Torhout – Gerard Naeyaert: 050/21 13 54
- Veldegem – Ernst Pröckl: 050/59 92 13
- Zedelgem – André De Klerck: 050/20 92 48
- Zerkegem – Omer Coudeville: 050/81 19 26

Met samenwerking van:

Zedelgem

