

Jong en Oud samen Goud

Bij Hogeschool Rotterdam is het project 'Jong en Oud samen Goud' gestart. Ouderen en studenten zetten hierbij hun krachten en kennis in voor elkaar. Leden van het GENERO Ouderen- en mantelzorgforum nemen deel aan activiteiten van het project.

Samenwerkingspartners

Samenwerkingspartners zijn: gemeente Rotterdam, OSO-Rotterdam (samenwerkende ouderenbonden), Hogeschool Rotterdam (lvG, ISO, Instituut voor de Gebouwde Omgeving en de opleiding Leisure Management), GENERO en het Ouderen- en mantelzorgforum en Woningcorporatie Wooncompas.

Kracht en kennis inzetten

In 'Jong en Oud samen Goud' maken ouderen en studenten samen een infrastructuur en organisatie ter ondersteuning van het duurzaam en substantieel werken aan het vergroten van het sociale netwerk en de sociale activiteiten van alleenstaande zelfstandig wonende ouderen in Rotterdam. Kern is ieders kracht en kennis in te zetten voor elkaar. Iedereen heeft talenten en mogelijkheden om iets (terug) te doen voor een ander (wederkerigheid). Cruciaal is de match te vinden tussen behoeften van ouderen en van jongeren. Ontmoeting is hierbij het sleutelwoord. In de ontmoeting ontstaat interactie en ook activiteiten die het sociale netwerk vergroten en/of sociale activiteiten van ouderen doen toenemen. Het idee is dat het concept na ontwikkeling ook toepasbaar is op andere groepen ouderen, zoals zelfstandig wonende ouderen met dementie.

Studenten zijn enthousiast over contact met ouderen

Het afgelopen jaar is een aantal kleine deelprojecten opgezet. Er is een keuzevak ontwikkeld waarbij studenten gekoppeld werden aan ouderen met wie ze wekelijks activiteiten ondernemen die beiden leuk vonden, vooral om te leren van elkaar. Dit keuzevak wordt samen met een aantal ouderen gegeven. Ieder kwartaal zijn minimaal 25 studenten gekoppeld aan ouderen bij zorgorganisatie Laurens. Ook zijn 100 eerstejaarsstudenten van het Instituut voor Sociale Opleidingen (ISO) gekoppeld aan ouderen in Rotterdam. Zij hebben 4 uur per week besteed aan het ondernemen van activiteiten met de ouderen.

De studenten zijn enthousiast over het contact met ouderen. In hun verslagen schrijven ze dat het keuzevak leuk en leerzaam was. De studenten hebben ge-



noten van de verhalen die ouderen vertellen en beseffen door de verhalen dat iedere oudere een eigen verhaal heeft. Een van de studenten schrijft dat het project heeft laten zien dat je met weinig moeite al iets voor iemand kan betekenen. Een andere student vond de uitwisseling tussen jong en oud erg leuk en leerde de oudere man om foto's van zichzelf te maken (selfies).

Ook is in april 2017 het symposium 'Wat als langer thuis niet langer gaat' georganiseerd samen met OSO-Rotterdam en studenten van het Instituut voor Gezondheidszorg (IvG). Ook deze bijeenkomst stond in het teken van de interactie tussen ouderen en studenten. In werkgroepen werd gediscussieerd over ontwikkelingen die langer thuis wonen mogelijk maken. Met een aantal onderwerpen die naar voren kwamen gaan de studenten dit jaar aan de slag.

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met projectleider Elin Koppelaar, Hogeschool Rotterdam: e.koppelaar@hr.nl.

'Hoestienouw?'

Veel alleenstaande thuiswonende 75-plussers voelen zich eenzaam, bijvoorbeeld nadat zij hun partner verloren hebben. Sociale relaties kunnen daardoor minder worden en het weer aangaan van nieuwe sociale relaties kan moeilijk zijn.

Een manier om eenzaamheid te verminderen is door 75-plussers te helpen een netwerk op te bouwen met burens en kennissen (De Jong-Gierveld en van Tilburg, 2007). Uit het onderzoek (observaties, interviews en enquêtes) van student Daisy van Tussenbroek van Hogeschool Rotterdam bleek dat juist contact met de directe omgeving essentieel is. De 75-plussers in het onderzoek gaven aan dat ze veel contact met familie hebben, maar daarnaast vrij weinig met anderen en zich toch eenzaam voelden. Dit was de aanleiding om, samen met de ouderen, een interactief concept te ontwerpen dat de sociale relaties vergroot in de directe omgeving.

Op basis van meerdere ontwerpiteraties (herhalend proces met ontwerpversies) heeft Daisy samen met de ouderen het concept 'Hoestienouw?' ontwikkeld: een digitaal prikbord waarin de 75-plusser een activiteit kan kiezen met daaraan gekoppeld een maatje. De focus ligt op het vergroten van de sociale relaties waarbij het woord eenzaamheid niet genoemd wordt. Het digitale prikbord wordt geplaatst naast het al aanwezige prikbord (met de lokale advertenties) in de wijksupermarkt, om zo 75-plussers goed te bereiken.



Via het digitale prikbord kan de 75-plusser een activiteit (zie stap 2) en daarna een maatje (zie stap 3) kiezen. Als zij (of hij) een persoon heeft gevonden waar zij/hij de activiteit mee wil ondernemen, dan kan de 75-plusser ervoor kiezen om de gegevens van het maatje en de activiteit uit te printen. 75-minners kunnen juist activiteiten aanmaken via het digitale prikbord door een formulier in te vullen en een foto van zichzelf te maken.

Met dit concept kunnen 75-plussers op een laagdrempelige manier gekoppeld worden aan een activiteit en aan een maatje, zodat ze weer actiever worden. Daisy en haar begeleider Linda Wauben zijn op zoek naar samenwerkingspartners om het concept te realiseren tot product.

Neem contact op met: Daisy van Tussenbroek & Linda Wauben, lector:

l.s.g.l.wauben@hr.nl.