

# Het stimuleren van maatschappelijke inzet door vitale ouderen

## Verkenning

**Auteur(s)** Jan Willem van de Maat en Renske van der Zwet  
**Datum** Utrecht, februari 2009  
**© MOVISIE**



## **MOVISIE Kennis en advies voor maatschappelijke ontwikkeling**

MOVISIE is het landelijke kennisinstituut en adviesbureau voor maatschappelijke ontwikkeling. We bieden toepasbare kennis, adviezen en oplossingen bij de aanpak van sociale vraagstukken op het terrein van welzijn, participatie, zorg en sociale veiligheid. In ons werk staan vijf actuele thema's centraal: huiselijk & seksueel geweld, kwetsbare groepen, leefbaarheid, mantelzorg en vrijwillige inzet.

We investeren in de kracht en de onderlinge verbinding van burgers. We doen dit door maatschappelijke organisaties, overheden, maatschappelijk betrokken bedrijven en burgerinitiatieven te ondersteunen, te adviseren én met hen samen te werken. Lokaal of landelijk, toegesneden op het vraagstuk en de organisatie. Zo kunnen deze organisaties en hun professionals hun werk voor de samenleving zo goed mogelijk doen.

Kijk voor meer informatie op [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl).

## **COLOFON**

Auteur(s): Jan Willem van de Maat en Renske van der Zwet

Projectnummer: p1801

Datum: februari 2009

© MOVISIE

Bestellen: [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl)

Dit betreft een publicatie die uitkomt in het kader van het VWS-programma Beter in Meedoen. Dit meerjarige programma is gericht op de vernieuwing en kwaliteitsverbetering van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). Meer informatie over dit programma kunt u vinden op de website: [www.invoeringwmo.nl](http://www.invoeringwmo.nl)

## Voorwoord

De sociale sector besteedt veel tijd en energie aan het leveren van een positieve bijdrage aan de maatschappij. Sommige beroepen uit de sociale sector bestaan al meer dan honderd jaar. Maar wat zijn nu eigenlijk de resultaten van dit werk? Welke werkwijzen zijn het meest succesvol? Hierover is nog te weinig bekend, terwijl er vanuit de overheid een groeiende behoefte is aan meer inzicht op dit gebied. Vandaar dat het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) in het kader van haar programma *Beter in meedoen* voor vijf jaar middelen vrijmaakt voor het project *Effectieve interventies*.

*Effectieve interventies* is een onderdeel van het VWS-programma *Beter in Meedoen*. Na de invoering van de Wmo is het zaak om vooruit te kijken en te bezien welke inspanningen nodig zijn om van de Wmo een echte participatiewet te maken. *Beter in meedoen* richt zich op de vernieuwing en kwaliteitsverbetering van de Wet Maatschappelijke Ondersteuning (Wmo) die sinds januari 2007 van kracht is. Het programma ondersteunt gemeentes, uitvoerende instellingen, professionals, burgers en cliënten bij de innovatie van het beleid en bij een kwalitatief betere uitvoering van de Wmo. Welke methoden zijn er in de sociale sector en hoe effectief zijn ze? Deze vraag beantwoordt MOVISIE in het vijfjarige project *Effectieve interventies*. Dit gebeurt in samenwerking met gerenommeerde wetenschappers en deskundigen uit de praktijk. In 2008 heeft MOVISIE onderzoek verricht naar methoden op 4 thema's: Wonen met zorg en welzijn, sociale samenhang, mantelzorg en vrijwilligerswerk en activering, oftewel de samenhang tussen de Wet De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), de Wet werk en bijstand (Wwb) en de Wet sociale werkvoorziening (Wsw). Binnen deze thema's is gezocht naar methoden in twaalf subthema's:

### *Thema 1: Mantelzorg en vrijwilligerswerk:*

- Respijtzorg (tijdelijke opvang van mensen die normaal mantelzorg krijgen)
- Diversifiëren van het vrijwilligersbestand binnen vrijwilligersorganisaties
- Het ondersteunen van lokaal vrijwilligerswerk

### *Thema 2: Sociale samenhang:*

- Stimuleren van overbruggende contacten (klassen, etniciteit, generaties)
- Stimuleren van buurtgebonden actief burgerschap
- Stimuleren van maatschappelijke binding van jongeren (moslimradicalisme, links- en rechts-extremisme)

### *Thema 3: Wonen met zorg en welzijn:*

- Voorzieningen dichtbij
- Versterken van maatschappelijke participatie van oudere migranten
- Bevorderen van maatschappelijke inzet door vitale ouderen

### *Thema 4: De samenhang tussen de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo), de Wet werk en bijstand (Wwb) en de Wet sociale werkvoorziening (Wsw):*

- Individuele ondersteuning of activering gericht op maatschappelijke participatie
- Groepsgerichte activiteiten gericht op maatschappelijke participatie
- Toegankelijk maken van algemene voorzieningen gericht op maatschappelijke participatie voor kwetsbare mensen

De verkenning die hier voor u ligt is onderdeel van de 12 verkenningen op deze subthema's. De overige verkenningen kunt u vinden op de pagina van Effectieve Interventies op de website van MOVISIE: [www.movisie.nl](http://www.movisie.nl).

De verkenningen zijn geen volledig uitgewerkte rapportages over de subthema's. De verkenningen zijn werkdocumenten die de zoektocht naar methoden weergeven. Dit rapport bevat een groslijst van methoden, die in samenspraak met een groep experts is opgesteld. De verkenning vormt de basis voor ons verdere onderzoek. Het vervolgonderzoek zal zich richten op een selectie van methoden uit de groslijst. Nagegaan zal worden welke methoden voldoen aan een zekere mate van onderbouwing. Deze methoden worden nader beschreven en opgenomen in de databank Effectieve interventies. We zullen dit natuurlijk doen in overleg met direct betrokkenen. Mochten er nog methoden ontbreken op de groslijst, dan kunnen we deze in het vervolgonderzoek meenemen.

De onderzochte thema's dekken niet het gehele veld van de sociale sector en de Wmo. In het vervolgonderzoek gaan we verder op zoek naar methoden die binnen de grenzen van ons onderzoeksterrein, maar buiten de grenzen van de onderzochte subthema's vallen. Zo bouwen we onze kennis langzaam op, tot een representatief beeld van het veld ontstaat.

Voor alle verkenningen zijn we uitgegaan van een gelijkwaardige onderzoeksopzet. Tot deze opzet behoorde een – voorlopige – definitie van het begrip methode: 'Een systematische manier van handelen om een doel te bereiken'. Daarnaast is gekeken naar drie aanvullende eisen:

- De methode is beschreven, weldoordacht en onderbouwd;
- De methode wordt ten minste twee jaar in de praktijk toegepast;
- De methode wordt niet slechts op één plek en door één instelling ingezet.

De volgende stap is het voorleggen van deze aangevulde lijst met methoden aan de betrokken uitvoerende organisaties middels een enquête om zo de veelgebruikte methoden te selecteren. Op basis van het derde criterium gaan we de lijst beperken tot de in Nederland veelgebruikte methoden. De gegevens voor dit criterium (spreiding) worden verzameld op basis van een enquête onder verschillende uitvoerende organisaties. Zodoende zal dit verkennende onderzoek uiteindelijk leiden tot een overzichtslijst van methoden die veel worden toegepast door sociale professionals in Nederland. De groslijst is een brede inventarisatie. Wanneer er twijfel bestond of de methode aan de definitie en eisen voldeed, hebben we de methode wel opgenomen. Het vervolgonderzoek zal uitwijzen of de methode voldoet aan de criteria voor uitgebreide beschrijving en opname in de databank. In een aantal verkenningen naar subthema's beperken we ons niet tot methoden, maar wordt ook aandacht besteed aan diensten, projecten en activiteiten die daarbinnen geleverd, opgezet en geboden worden. Voor sommige subthema's bleken deze onderdelen onmisbaar om een adequaat beeld te schetsen van de activiteiten.

We zijn ons ervan bewust dat de invalshoek van methoden nooit een volledig beeld van het werk in de sector kan schetsen. Wanneer we één conclusie kunnen trekken uit de verkenningen is het dat in grote delen van de sociale sector nog maar weinig met methoden gewerkt wordt. Om een goed beeld te krijgen van wat wel of niet werkt binnen de sociale sector is het dus zaak om de methoden te zien binnen de context van het vele, nuttige werk dat er los van methoden verricht wordt. Ook hiervoor is ruimte binnen het project Effectieve interventies. Voor meer informatie en contactgegevens van ons projectteam kunt u terecht op onze website ([www.movisie.nl](http://www.movisie.nl)).

Wij willen tenslotte iedereen bedanken die aan de totstandkoming van deze en andere verkenningen heeft meegewerkt. In het bijzonder alle mensen uit de praktijk die ons ruimhartig van informatie hebben voorzien.

## Inhoudsopgave

1	Inleiding .....	4
1.1	De Wmo en Wonen met Zorg en Welzijn .....	4
1.2	Maatschappelijke inzet door vitale ouderen .....	4
1.3	Verkenkend onderzoek.....	5
1.4	Leeswijzer .....	6
2	Achtergrond .....	7
2.1	Doelgroep .....	7
2.2	Maatschappelijke ontwikkelingen in het veld .....	8
3	Interventies: methoden, projecten en burgerinitiatieven .....	10
3.1	Groslijst methoden .....	10
3.1.1	Vorbereiden.....	10
3.1.2	Werven en bemiddelen .....	16
3.1.3	Ondersteunen en begeleiden.....	19
3.2	Selectie van projecten, pilots en programma's.....	21
3.3	Burgerinitiatieven .....	24
4	Eerste bevindingen.....	27
5	Literatuur.....	30
6	Bijlage .....	32

## 1 Inleiding

### 1.1 De Wmo en Wonen met Zorg en Welzijn

Het doel van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) is het scheppen van een omgeving en het aanreiken van instrumenten en voorzieningen die ervoor zorgen dat kwetsbare mensen zoveel mogelijk zichzelf kunnen redden en aan de samenleving kunnen deelnemen. De Wmo is dus een participatiewet. De wet heeft als uitgangspunt dat mensen zoveel mogelijk zelf hun problemen oplossen en hulp organiseren, zo nodig met hulp van familie, vrienden of bekenden in de buurt. Als dit niet mogelijk is kan de hulp van de gemeente worden ingeroepen.

Kwetsbare ouderen en mensen met beperkingen een zo gewoon mogelijk leven laten leiden is de inzet van het recente actieplan *Beter (t)huis in de buurt*, waarin de ministeries van VROM/ WWI en VWS de doelstellingen voor Wonen met Zorg en Welzijn uit het coalitieakkoord uitwerken. De precieze doelstelling in dit plan op het gebied van Wonen met Zorg en Welzijn is: "Bevorderen dat ouderen en mensen met beperkingen zelfstandig in hun wijk kunnen (blijven) wonen, ondersteuning en zorg op maat thuis kunnen ontvangen en daardoor (langer) mee kunnen doen in de maatschappij. Ouderen en mensen met een beperking kunnen zoveel als mogelijk kiezen hoe zij willen wonen en hoe zij zo nodig zorg en ondersteuning ontvangen".

Hoewel ouderdom, kwetsbaarheid en afhankelijkheid vaak aan elkaar gekoppeld worden, is een verband niet vanzelfsprekend. Sterker nog, een groot deel van de burgers die we ouderen noemen is vitaal, onafhankelijk en volledig zelfredzaam. Binnen de beleidskaders van de Wmo wordt veel verwacht van de zelfredzaamheid en maatschappelijke participatie van de groep vitale ouderen. Deze senioren zijn binnen de Wmo geen object van zorg, maar actieve burgers die mede vormgeven aan (het verbeteren van) leefbaarheid, sociale samenhang en lokale betrokkenheid. Zij worden gezien als een groep met een groot potentieel aan menselijk kapitaal dat benut kan worden voor het oplossen van maatschappelijke vraagstukken. Op het gebied van wonen, zorg en welzijn wordt bijvoorbeeld verwacht dat vitale ouderen steeds vaker maatschappelijke initiatieven opzetten of vrijwilligerswerk verrichten waarbij zij hun opgebouwde kennis en levenservaring inzetten om maatschappelijke vraagstukken te verlichten of op te lossen. Te denken valt bijvoorbeeld aan het opzetten van een eigen woonvoorziening, een buurtkamer, een taalcursusaanbod voor nieuwkomers of een maatjesproject. Deze initiatieven en vormen van vrijwilligerswerk hebben echter wel ondersteuning en stimulering nodig vanuit de sociale sector.

### 1.2 Maatschappelijke inzet door vitale ouderen

Het is voor het eerst in de geschiedenis dat zoveel mensen zo gezond oud zullen worden. Bovendien zijn de ouderen van nu gemiddeld beter opgeleid, hebben ze meer te besteden en zijn zij zelfbewuster en zelfredzamer dan vorige generaties. Het beeld van de ouderdom als eenvormige fase van rust, reflectie en aftakeling komt niet langer overeen met de werkelijkheid. Daarom wordt tegenwoordig vaak een onderscheid gemaakt tussen de derde levensfase en de vierde levensfase. De derde levensfase is een nieuwe levensfase tussen de volwassenheid en 'werkelijke' ouderdom in. De mensen die zich in deze fase begeven, grofweg tussen de 60 en 75 jaar, hebben grote vrijheid hun leven naar eigen inzicht in te delen. Zij zijn in de meeste gevallen verzekerd van een inkomen, hoeven geen kinderen meer op te voeden of te werken en voelen zich nog gezond en vitaal. Omdat deze levensfase, door de snel gestegen levensverwachting, relatief nieuw is, zijn er nog geen duidelijke scripts of (rol)modellen beschikbaar (Marcoen, 2008). De vraag is dan ook welke vorm en inhoud mensen aan de nieuwe ouderdom zullen geven. Aan de ene kant ontstaat het beeld van het Zwitserleven waarin ouderen na

hun pensionering als grote genietters hun leven inrichten rondom vrijetijdsactiviteiten zoals reizen, sporten en consumeren. Daarnaast ontstaat een beeld van een betrokken senior die een volwaardig onderdeel van de samenleving wil blijven uitmaken en op zoek is naar bij de levensfase passende vormen van gewaardeerde inzet (Van de Maat, 2008). Duidelijk is in elk geval dat de ouderdom en de derde levensfase in het bijzonder, steeds meer een vitale fase wordt, waarin actieve mensen nog veel uit hun resterende jaren willen halen.

De omslag in het denken over ouderdom is de afgelopen decennia ook doorgedrongen in het ouderenbeleid. De nadruk ligt in toenemende mate op een competentiegerichte benadering en het stimuleren van de maatschappelijke inzet van ouderen. Ouderdom en vergrijzing wordt niet langer gezien als een probleem, maar als een mogelijkheid tot verrijking van de maatschappij (Lammerts et al. 2006). Daarbij is de veronderstelling dat ouderen veel kunnen bijdragen aan de kwaliteit van de samenleving. De maatschappelijke inzet van ouderen bevordert niet alleen hun eigen welzijn, deze komt ook ten goede aan de samenleving als geheel. Door hun levenservaring, kennis en vaardigheden in te zetten voor anderen en door hun herinneringen te delen met andere generaties, bevorderen ouderen de intergenerationele solidariteit en leveren ze tegelijkertijd een belangrijke maatschappelijke bijdrage waaraan zij erkenning en waardering kunnen ontleen.

De verwachtingsvolle benadering van het ouder worden stelt andere eisen aan de sociaal-maatschappelijke arrangementen van de sectoren wonen, zorg en welzijn (Lammerts et al., 2006). Naast de professionals die werkzaam zijn in deze sectoren moeten ook gemeenten, bedrijven, vrijwilligers- en ouderenorganisaties zich inzetten om de kennis en levenservaring van ouderen middels maatschappelijke inzet optimaal te benutten. Dit betekent dat zij zich meer moeten gaan richten op het stimuleren, werven, bemiddelen en ondersteunen en begeleiden van de ouderen. Daarom is het belangrijk dat zij weten welke methoden en aanpakken (interventies) ertoe doen als het gaat om het versterken van de maatschappelijke inzet door vitale ouderen.

### 1.3 Verkennend onderzoek

In deze verkenning beginnen we met het in kaart brengen van de methodieken en aanpakken (interventies) die in Nederland gebruikt worden om de maatschappelijke inzet door vitale ouderen te stimuleren. Deze eerste inventarisatie is gedaan op basis van literatuuronderzoek. Dit werkdocument, waarin voor het verkrijgen van een volledig beeld van de sector, naast methodieken ook andere interventies zoals burgerinitiatieven, pilots en projecten worden beschreven, is het resultaat hiervan. Tijdens een expertmeeting nodigen wij experts uit om onze eerste inventarisatie aan te vullen. Vervolgens leggen wij de aangevulde lijst met methodieken middels een enquête voor aan de betrokken uitvoerende organisaties om zo de veelgebruikte methodieken te selecteren. Wij hanteren in deze verkenning de volgende definities voor de termen maatschappelijke inzet en vitale ouderen.

De definitie van maatschappelijke inzet die we voor dit onderzoek gebruiken ontleen we aan het Sociaal en Cultureel Planbureau: 'Maatschappelijke inzet bestaat uit activiteiten die een bepaalde tijdsinzet vergen, die niet tegen betaling worden verricht (behoudens wellicht een onkostenvergoeding) en die in meer of mindere mate ten goede komen aan bepaalde maatschappelijke groeperingen, de leden van het eigen huishouden uitgezonderd' (Breedveld, De Klerk en De Hart, 2004, p. 11). Meer specifiek gaat het volgens het SCP om lokaal en politiek activisme, vrijwilligerswerk, informele hulp en zorg voor (klein)kinderen. In onze verkenning richten we ons op lokaal activisme (burgerinitiatieven), vrijwilligerswerk en informele hulp. De zorg voor kleinkinderen en politiek activisme laten we buiten beschouwing.

Met vitale ouderen doelen we in dit onderzoek op burgers van 55 en ouder met een relatief goede gezondheid (zonder matig of sterk belemmerende chronische beperkingen). De ondergrens hebben we

relatief laag gelegd op 55 jaar, omdat op deze leeftijd vaak al nagedacht wordt over het leven na het werk en het dus een goed (transitie)moment is om mensen voor te bereiden op, of te winnen voor mogelijke nieuwe vormen van inzet. Het is bovendien een goed moment omdat mensen die al voor hun pensionering inzet verrichten sterk geneigd zijn dat na hun pensionering te blijven doen. We maken geen gebruik van een bovengrens, omdat mensen tot op hoge leeftijd vitaal kunnen zijn. Daarbij maken we de aantekening dat boven het 75<sup>ste</sup> levensjaar fysieke beperkingen en ziekte snel toenemen.

De zoektocht naar de interventies is in databases uitgevoerd aan de hand van gerichte zoektermen. Wij hebben gebruik gemaakt van Nederlandse databestanden die direct toegankelijk zijn. Het gaat dan om: diverse themasites onder beheer van MOVISIE (zoals *Zilveren Kracht*), de QUI-databank, de website van het Verwey-Jonker Instituut, DARE-net, NARCIS, Dutch Cochrane, de Projectenbank Zorg en Welzijn (MOVISIE). Verder is de beschikbare overzichtsliteratuur geraadpleegd.

Wij hanteren de eerste twee criteria bij het samenstellen van de onderstaande lijst met methoden:

1. De methode is beschreven, weldoordacht en onderbouwd
2. De methode wordt ten minste twee jaar in de praktijk toegepast
3. De methode wordt niet slechts op één plek en door één instelling ingezet (spreidingscriterium)

Op basis van het derde criterium gaan we de lijst beperken tot de in Nederland veelgebruikte methoden. De gegevens voor dit criterium (spreiding) worden verzameld door middel van een enquête onder verschillende uitvoerende organisaties. Zodoende zal deze verkenning uiteindelijk leiden tot een overzichtslijst van methoden die veel worden toegepast door sociale professionals in Nederland.

Na dit verkennende onderzoek gaan we de effectiviteit van de gevonden methoden nauwkeurig onderzoeken in een studie. De centrale vragen daarbij zijn: welke methoden worden succesvol geacht en welke bewijsvoering kan daarvoor worden aangedragen? Dit doen we middels een tweede nationale en internationale literatuursearch en panels met ervaringsdeskundigen. Hierbij richten we ons niet alleen op de methoden die binnen het welzijnswerk en ouderenwerk worden gebruikt, maar zoeken we ook naar de methoden die bijvoorbeeld door zorginstellingen en woningbouwcorporaties worden ingezet om de maatschappelijke inzet van vitale ouderen te bevorderen.

#### 1.4 Leeswijzer

In hoofdstuk 2 schetsen we de achtergronden die als fundament dienen voor de zoektocht naar interventies die worden toegepast om de maatschappelijke inzet van vitale ouderen te bevorderen. Zo geven wij een beschrijving van de doelgroep vitale ouderen, gaan we in op de maatschappelijke problemen en ontwikkelingen op het gebied van ouderen. In hoofdstuk 3 geven we een overzicht van de methoden en interventies in Nederland die wij tot nu toe hebben gevonden. De aangetroffen methodieken zijn geordend op basis van drie verschillende subdoelen; 1. voorbereiden, 2. werven en bemiddelen en 3. ondersteunen en begeleiden.

Tot slot presenteren we in hoofdstuk 4 de voorlopige uitkomsten en bevindingen van dit eerste deel van de verkenning.



## 2 Achtergrond

### 2.1 Doelgroep

Op 1 januari 2007 waren er 4,4 miljoen mensen van 55 jaar of ouder in Nederland (CBS-statline). De komende decennia zal dit aantal sterk toenemen, tot bijna zes miljoen in 2035, van wie bijna vier miljoen 65-plussers. Een deel van de ouderen is kwetsbaar, met name wanneer de gezondheid het laat afweten, maar velen hebben nog een groot aantal gezonde jaren in het vooruitzicht. Ouderen zijn nog altijd grootleveranciers van vrijwilligerswerk, ondanks het feit dat zij meer en langer zijn gaan werken. Dit komt door hun relatief grote aantal; ouderen doen gemiddeld niet heel veel meer dan jongere generaties. Ouderen met een hoger opleidingsniveau, een hoger inkomen, een hogere beroepsstatus en een betere gezondheid en ouderen die regelmatig naar de kerk gaan zijn vaker vrijwilliger dan ouderen die deze kenmerken niet hebben. Ook ouderen die in eerdere levensfasen al vrijwilligerswerk deden, doen vaker vrijwilligerswerk dan ouderen die zich hierop na hun pensionering nog moeten oriënteren (Penninx et al. 2008).

De gemiddelde tijd die 65-plussers besteden aan vrijwilligerswerk is tussen 2000 en 2005 gedaald van 2,2 uur naar 1,8 uur per week. Bovendien is sinds 2002 het percentage 65-plussers dat vrijwilligerswerk verricht gedaald (Campen, 2008). Vrijwilligerswerk door ouderen heeft in toenemende mate te maken met concurrentie van andere vormen van tijdsbesteding zoals langer werken, oppassen op kleinkinderen, mantelzorg, mediagebruik (vooral televisie kijken), sociaal verkeer en solitaire hobby's. Blijkbaar is vrijwillige inzet niet voor alle ouderen vanzelfsprekend en stellen actieve ouderen steeds vaker andere prioriteiten. Toch is de verwachting voor de komende tien jaar dat het totale aantal uren vrijwilligerswerk door ouderen in de Nederlandse samenleving zal toenemen. Dit komt door het toenemende aantal ouderen: de eerste babyboomers bereiken al over twee jaar de officiële pensioengerechtigde leeftijd en gaan dan over meer vrij in te delen tijd beschikken (Penninx et al., 2008).

De diversiteit onder de grote groep senioren is groot. Niet alleen zijn de huidige 55-plussers in te delen naar verschillende generaties met verschillende referentiepatronen (vooroorlogse, stille en protestgeneratie), ook zijn er binnen de generaties duidelijke verschillen te herkennen met betrekking tot levensstijl en waardenoriëntaties. Dat betekent dan ook dat bij het stimuleren van maatschappelijke inzet rekening gehouden moet worden met deze verschillen. Verschillende personen laten zich immers op verschillende manieren aanspreken en verleiden. Het onderzoeksbureau Motivaction presenteerde in 2006 op basis van haar 'Mentality'-onderzoek en de generatie-indeling van Becker (1992) een aantal gegevens over de houding van verschillende generaties senioren ten opzichte van (vrijwilligers)werk (Vergouw et al. 2006). Hoewel er dus ook grote verschillen binnen generaties zijn, geeft Tabel 1 een goed inzicht in de verschillen tussen senioren van de vooroorlogse en stille generatie enerzijds en (toekomstige) senioren uit de protestgeneratie (babyboomers) anderzijds als het gaat om de beleving van (vrijwilligers)werk. De status van het 'in vaste dienst zijn' bij een grote vrijwilligersorganisatie is voor babyboomers minder van belang dan voor de oudere generaties. In plaats daarvan zoeken zij meer afwisseling en uitdaging. Bovendien zijn zij meer op zoek naar autonomie, zelfregie en ontplooiingskansen dan hun voorgangers (Penninx et al., 2008).

Tabel 1. Enkele verschillen in werkbeleving tussen de 'huidige' senioren en Babyboomers

<b>Vooroorlogse en Stille Generatie, geboren tussen 1910 en 1945</b>	<b>Protestgeneratie/ Babyboomers, geboren tussen 1945 en 1955</b>
Zekerheid, orde en regelmaat	Afwisseling, uitdaging
Intrinsiek gemotiveerd: zinvol werk, 'goed' product maken	Meer carrièregericht: eigen 'Ik' is belangrijk, deels: zinvol werk
Groot plichtsbefef: doen wat de baas zegt (hoog arbeidsethos)	Assertief: inbreng hebben in resultaat, eigen baas zijn
Hard werken	Hard werken én veel vrije tijd
Werken bij een bedrijf met 'reputatie'	Werken bij een bedrijf dat uitdaging biedt
Vroeg met pensioen	Doorwerken, tweede carrière!
Werken = inkomen, deels verwerven van status	Werken = inkomen maar ook zelfontplooiing

Bron: Motivaction 2006

Er bestaan ook culturele verschillen onder de Nederlandse ouderen. Zo zijn er steeds meer ouderen van buitenlandse afkomst. Tot 2020 zal het absolute aantal allochtone ouderen zelfs verdriedubbelen tot zo'n 350.000. Er is nog maar weinig bekend over hun maatschappelijke inzet. Duidelijk is wel dat voor sommige groepen, met name Turkse en Marokkaanse vrouwen, de mogelijkheden voor inzet beperkt zijn, omdat zij de Nederlandse taal vaak slecht beheersen en weinig contacten hebben buiten de eigen etnische groep. Maar de beperkte sociaalculturele integratie van sommige groepen is slechts een deel van het verhaal. Ook oudere migranten hebben veel kennis en levenservaring die zij voor anderen willen inzetten. Het stimuleren van de inzet onder hen kan in sommige gevallen echter meer aandacht vereisen. De methoden die specifiek zijn gericht op het stimuleren van de maatschappelijke participatie van oudere migranten worden door MOVISIE dan ook in een aparte verkenning (Maatschappelijke participatie oudere migranten) onderzocht.

## 2.2 Maatschappelijke ontwikkelingen in het veld

De groeiende belangstelling voor een competentiegerichte benadering van het ouder worden moet gezien worden tegen de achtergrond van ontgroening en vergrijzing, extramuralisering en de roep om versterking van de civil society (in het kader van de Wmo) ([www.lesi.nl](http://www.lesi.nl) geraadpleegd op 20-11-2008). De vergrijzing en ontgroening zullen in de toekomst tot grote problemen in de zorgvoorziening gaan leiden, stelt Riet Hammen-Poldermans in haar proefschrift (Hammen-Poldermans, 2008). Burgers staan er nu nog niet bij stil dat zij daardoor zelf de handen uit de mouwen zullen moeten gaan steken als ze ouder zijn. Zij vertrouwen er ten onrechte op dat zij thuiszorg zullen krijgen. De indicaties worden steeds strenger, het aantal zorgvragers stijgt explosief, terwijl het aantal beschikbare werknemers in de zorg dreigt af te nemen. De ouderenzorg zal als gevolg hiervan steeds meer moeten leunen op informele hulp en zorg van bewoners in de wijk. Volgens dr. Riet Hammen-Poldermans wordt het hoog tijd dat de fitte senior afdaalt uit de roze wolk van het Zwitserlevengevoel en de handen uit de mouwen steekt. Nederland zal een omslag moeten maken van een verzorgingsstaat, waarin mensen veel te

vroeg 'achter de geraniums' worden gezet, naar een participatiestaat die mensen tot op hoge leeftijd stimuleert hun talenten te blijven ontwikkelen en in te zetten voor anderen.

De Wmo is de participatiewet die inzet op toenemende onderlinge betrokkenheid van burgers. De wet moet er voor zorgen dat mensen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen en mee kunnen doen in de samenleving, al of niet geholpen door vrienden, familie of bekenden. Dat is de onderlinge betrokkenheid tussen mensen (Zie [www.invoeringwmo.nl](http://www.invoeringwmo.nl) geraadpleegd op 2-12-2008). Dit gaat echter in tegen het maatschappelijke proces van individualisering: een toenemende gerichtheid op het individu en de privacy en het in maatschappelijk opzicht steeds lossere opzichten van elkaar komen staan. Onder invloed van toegenomen mobiliteit, toegenomen vermaak op televisie, tijdgebrek en vooral de komst van een nieuwe generaties met nieuwe (meer individualistische) waarden en behoeften zijn bijna alle vormen van maatschappelijke participatie binnen gemeenschappen aan erosie onderhevig (Putnam, 1995). Lokale verenigingen en (vrijwilligers)organisaties zien hun ledenbestand dalen en hun ledenbestand vergrijzen. Traditionele vormen van georganiseerd vrijwilligerswerk spreken steeds minder tot de verbeelding. Nieuwe generaties senioren zoeken vrijheid en autonomie en neigen meer naar korte afgebakende klussen die zij kunnen verrichten wanneer het hen uitkomt (Van de Maat, 2008).

Bovendien maken jonge senioren een scherper onderscheid tussen het privé en maatschappelijk leven. Tot de pensionering zetten zij het maatschappelijk leven in het teken van een betaalde baan en dat gaat vaak ten koste van deelname aan het verenigingsleven en vrijwillige activiteiten. Wanneer zij stoppen met werken kan dat gemakkelijk leiden tot het zich in de privésfeer terugtrekken, met een toegenomen risico op marginalisering als gevolg (Geeroms, 2004).

De overheid stimuleert zowel de betaalde als onbetaalde maatschappelijke participatie van ouderen. Langer doorwerken wordt gestimuleerd door het bieden van bonussen en het afschaffen van regelingen die gebruikt werden om vervroegd uit te treden. De arbeidsdeelname van 55- tot 64-jarigen is tussen 2003 en 2006 gestegen van ruim 43% naar bijna 47% (Campen 2008). Verwacht wordt dat deze participatie verder zal stijgen. Dit leidt er echter toe dat jonge vitale ouderen minder tijd overhouden voor onbetaalde vormen van maatschappelijke participatie. De vraag is in welke mate dit een rem zal zetten op de maatschappelijke inzet door senioren. In een studie van het SCP (2004) is berekend dat als de arbeidsparticipatie van 55- tot 64-jarigen verder stijgt tot 60%, dit zal leiden tot een daling van 12% van de (onbetaalde) maatschappelijke inzet.

Hoewel een deel van de vitale ouderen zich na het werkende bestaan liever niet maatschappelijk wil inzetten en zich bewust terugtrekt in de familie- en privésfeer, geldt dat zeker niet voor de hele groep. Een groot deel van de vitale senioren wil graag, zij het onder voorwaarden en met een beperkt aantal uren, zijn kennis en ervaring blijven inzetten. Velen onder hen verrichten ook al vormen van maatschappelijke inzet en ontlenen daar erkenning en waardering aan. Voor een deel van de senioren die bereid zijn tot (meer) inzet, geldt echter dat zij niet gevraagd worden, geen geschikte inzetmogelijkheden herkennen of niet goed de weg weten te vinden naar passende vormen van maatschappelijke inzet (Penninx en Alblas, 2007). Hier ligt dan ook een schone taak voor de verantwoordelijke en betrokken organisaties om methoden te gebruiken en te ontwikkelen die vitale ouderen niet alleen effectief voorbereiden en werven voor maatschappelijke inzet, maar ook effectief zijn als het gaat om het bemiddelen en ondersteunen van hun inzet.

### 3 Interventies: methoden, projecten en burgerinitiatieven

#### 3.1 Groslijst methoden

##### 3.1.1 Voorbereiden

###### **Het persoonsgerichte tweegesprek: P-2G**

###### *Korte beschrijving*

Het *Persoonsgerichte Tweegesprek* (P-2G) is een dialoog tussen een oudere en een professional. Samen zoeken zij naar een oplossing voor een probleem dat de oudere in het heden parten speelt.

###### *Doelgroep*

Ouderen met verlieservaringen

###### *Doel*

Aanleren om vanuit eigen kracht te zoeken naar oplossingen voor problemen waar een oudere mee worstelt.

###### *Aanpak*

Om tot de oplossing voor het probleem te komen kijken de professional en de oudere eerst terug: hoe heeft de oudere in het verleden problemen het hoofd geboden, over welke krachtbronnen, intern en extern, beschikt de oudere? En hoe kunnen die geactiveerd worden om hun invloed op het huidige probleem aan te wenden? Hiermee wordt het patroon doorbroken waarin de oudere vraagt en de hulpverlener het antwoord zoekt. De methodiek maakt gebruik van inzichten van R.P. Hortulanus (over groei- en krimpscenario's) en P. Houben.

###### *Ontwikkelaar en materiaal*

Vrije Levensloopacademie. Er is een werkcahier (stappenplan) te bestellen: 'Werken aan welbevinden. Het persoonsgerichte tweegesprek stap voor stap'.

<http://www.vilans.nl/smartsite.dws?id=67996>

###### *Onderzoek*

Een onderzoek is nog niet uitgevoerd. Wel zijn de eerste ervaringen gebundeld.

###### **ZelfReflector Ouderen**

###### *Korte beschrijving*

De *ZelfReflector® Ouderen* is een door de Universiteit voor Humanistiek (Utrecht) en Medina ontwikkelde methode voor zelfonderzoek, die mensen op een relatief eenvoudige manier in staat stelt tot systematische reflectie op hun leven, werk en andere relevante thema's. Door deze zelfreflectie krijgt men meer zicht op zijn motieven, handelwijze en ambities voor de toekomst.

###### *Doelgroep*

Ouderen

###### *Doel*

Door deze zelfreflectie krijgen deelnemers beter zicht op hun motieven, handelwijzen en ambities voor de toekomst.

###### *Aanpak*

De *ZelfReflector* is gebaseerd op de door prof. dr. H.J.M. Hermans en drs. E. Hermans-Jansen ontwikkelde Zelfkonfrontatiemethode (ZKM). De *ZelfReflector Ouderen* is een hulpmiddel dat ouderen helpt de balans op te maken en zodoende een overzicht te krijgen van hun leven. Door middel van de *ZelfReflector* bekijken ouderen terug op hoe zij dit leven hebben beleefd. Er wordt gezocht naar herinneringen die iets vertellen over hun leven. Hoe is het geweest? Hoe tevreden blik ik terug? Hoe heeft mijn levensloop mij gemaakt tot wie ik nu ben?

De *ZelfReflector* biedt niet alleen de mogelijkheid tot een gestructureerde overdenking van iemands

leven, maar helpt ook om alle ervaringen een plekje te geven in het eigen levensverhaal. Bovendien zet het zelfonderzoek aan tot verandering en geeft het middels enkele concrete actiepunten, zaken die iemand wil aanpakken, richting aan de toekomst.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Medina, Universiteit voor Humanistiek (Utrecht)

*Onderzoek*

Naar aanleiding van de eerste ervaringen is een vereenvoudigde versie ontwikkeld: 'Reflect-on Ouderen'.

### **Workshop Inspirerend Toekomstbeeld**

*Korte beschrijving*

De workshop *Inspirerend Toekomstbeeld* richt zich op zelfstandig wonende 45-plussers. In een achttal bijeenkomsten wordt de balans van het leven opgemaakt, elkaars eigen kwaliteiten versterkt, om zo te komen tot levensthema's die leidend zijn voor het ontwerpen van een inspirerend toekomstbeeld, dat een betekenisvolle richting geeft aan de komende jaren.

*Doelgroep*

Zelfstandig wonende 45-plussers, die hun eigen toekomstbeeld willen ontdekken en ontwerpen.

*Doel*

Het helpen ontwikkelen van een toekomstbeeld dat inspiratie geeft, waardoor 45-plussers hun groeicompententies ervaren en vitaler in het leven staan.

*Aanpak*

De workshop bestaat uit een achttal bijeenkomsten. Hierin komen de volgende thema's aan de orde: momenten van inspiratie herkennen; balans opmaken; exploreren van het zelfbeeld en de eigen identiteit; in contact met anderen de eigen kwaliteiten versterken en een eerste verkenning van de nieuwe richting.

*Ontwikkelaar en Materiaal*

SVLA

[www.vrijelevensloopacademie.nl](http://www.vrijelevensloopacademie.nl)

*Onderzoek*

Onbekend

### **Wat ga ik doen met mijn pensioen?**

*Beschrijving*

De methode *Wat ga ik doen met mijn pensioen?* is een workshop die zich richt op mensen die maximaal twee jaar geleden afscheid hebben genomen van het werk, waarbij de primaire doelgroep gepensioneerden is. Middels een driedaagse workshop wordt de deelnemer geholpen bij het inrichten van de derde levensfase. De deelnemer gaat in de workshop aan het werk om gericht een nieuwe invulling van het leven te vinden, aan de hand van de vragen: Hoe is het met mij? Wat kan ik en wat wil ik? en Dit is mijn plan!

*Doelgroep*

Gepensioneerden; maar ook anderen die maximaal twee jaar geleden afscheid hebben genomen van het werk kunnen deelnemen.

*Doel*

Helpen bij het invullen van de derde levensfase.

*Aanpak*

De inleider legt aan de deelnemers vragen voor die gezamenlijk worden besproken. Deelnemers helpen ook elkaar door mee te denken, mee te leven en elkaar te herinneren aan plannen en voornemens. Na iedere dag krijgt de deelnemer een huiswerkopdracht mee waar de volgende keer

mee gewerkt wordt. Aan het eind van de workshop is het dan duidelijk hoe de deelnemer zijn of haar huidige pensioenleven ervaart, wat hij of zij daarin mist, hoeveel tijd hij of zij wil gaan besteden en welke stappen de deelnemer moet zetten om dit te realiseren.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Ontwikkelaar is Stichting Ravelijn, Vrijwilligersbemiddeling en advisering

[www.ravelijn-amersfoort.nl](http://www.ravelijn-amersfoort.nl)

*Onderzoek*

Onbekend

## **Studiekringen**

*Korte beschrijving*

De studiekkring richt zich op ouderen die ook na het arbeidsproces op eigen wijze aan de slag willen gaan met actuele onderwerpen. De studiekkring is een educatieve groep van ouderen die elkaar ontmoeten en met elkaar van gedachten wisselen over actuele onderwerpen. Een studiekkring wordt in het leven geroepen om naast structurele ontmoeting ook de kennis van ouderen op peil te houden en te vergroten; zo blijven ouderen actief meedoen in de maatschappij.

*Doelgroep*

55-plussers

*Doel*

Voorkomen van sociaal isolement, tegengaan van eenzaamheidsgevoelens en het vinden van een zinvolle vrijetijdsbesteding.

*Aanpak*

Aan de hand van gekozen (sub)thema's gaat elke deelnemer zelf aan de slag en verzorgt tijdens een bijeenkomst van de studiekkring een 'voordracht' van de opgedane kennis. Naast presentaties kunnen ook andere werkvormen gebruikt worden zoals excursies of gastsprekers. De werkwijze verschilt per studiekkring, maar de grondgedachte is hetzelfde: zelfwerkzaamheid en na zelfstudie de anderen in de groep tijdens een presentatie met de opgedane kennis verrijken. Voor het vergaren van de kennis moet de oudere daadwerkelijk op pad; dit vergroot sociale zelfredzaamheid en het sociaal netwerk.

*Ontwikkelaar en materiaal*

De studiekkring kent wereldwijd veel deelnemers onder andere benamingen zoals: 'University of Third Age' en 'Association Internationale des Universités du Troisième Age'.

[http://www.jeugdenveiligheid.nl/site/spectrum\\_gelderland/publicaties/ouderen](http://www.jeugdenveiligheid.nl/site/spectrum_gelderland/publicaties/ouderen)

*Onderzoek*

Onbekend

## **Tijdreizen**

*Korte beschrijving*

Door het vertellen van verhalen over het eigen leven nemen jong en oud elkaar mee op reis door de tijd. Ouderen nemen jongeren mee naar vroeger, de tijd dat ze zelf jong waren. Jongeren nemen ouderen mee naar de huidige tijd, die zo verschilt van de tijd waarin de ouderen jong waren. Dit kan voor beide groepen nieuwe perspectieven voor de toekomst geven.

*Doelgroep*

Jongeren en ouderen

*Doel*

*Tijdreizen* draagt eraan bij dat jongeren de belevingswereld van ouderen beter leren kennen. Voor ouderen draagt de cursus bij aan een beter contact met de jongere generatie en aan het vinden van een balans tussen het goede van vroeger en het goede van nu.

*Aanpak*

*Tijdreizen* is een methodiek op basis van een hand- en werkboek met cd-rom om jongeren en ouderen met elkaars belevingswereld in contact te brengen. Het werkboek biedt veertien thema's voor intergenerationale gesprekken, waaronder huidige levensfase, tradities en taboes, opvoeding, levensovertuiging en zingeving. Elk thema bevat een inleidende tekst, thuisopdrachten en vragen, opdrachten en stellingen voor het groepsgesprek.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Radboud Universiteit

'Tijdreizen: Een handleiding en werkboek voor intergenerationale gesprekken', Uitgave Centrum voor Psychogerontologie, Radboud Universiteit Nijmegen, 2007, 96 pagina's, plus CD-ROM. ISBN: 978-90-9021796-3.

*Onderzoek*

Onbekend

### **Levenskunst spel**

*Korte beschrijving*

*Levenskunst* is een gezelschapsspel, waarbij deelnemers met anderen in gesprek kunnen gaan over hoe je als (aankomend) senior je leven voor je kunt zien. In het spel staan de behoeften van ouderen zelf centraal.

*Doelgroep*

(Aankomende) senioren

*Doel*

Het doel is om deelnemers te stimuleren zich bewuster voor te bereiden op het ouder worden vanuit een meer positieve beeldvorming van ouder worden.

*Aanpak*

Aan de hand van kaarten die verschillende levensdomeinen beschrijven gaan kleine groepjes tot zes personen met elkaar in gesprek over de mogelijkheden van het ouder worden. Dat gebeurt door mensen meer aan te spreken op hun capaciteiten en hun kracht en door mensen te leren zich sterker op doelen en eigen mogelijkheden te richten en die te verwezenlijken. Voor professionals worden workshops gegeven gericht op begeleiding van het spel.

*Ontwikkelaar en materiaal*

COSBO Amsterdam

<http://www.cosbo-amsterdam.nl/levenskunst/levenskunst.htm>

*Onderzoek*

In 2006 is het *Levenskunst* spel door het Trimbos Instituut (positief) geëvalueerd. Hiervan is een verslag opvraagbaar.

### **Oriëntatiecursus 'Zó wil ik oud worden'**

*Korte beschrijving*

In het kader van het programma *Systematische Preventie* van de COSBO is deze cursus ontwikkeld voor Amsterdamse ouderen, die graag de regie over hun eigen leven willen (be)houden, hierover willen nadenken met en leren van anderen. De deelnemers hebben na afloop van de cursus inzicht in waar ze op dat moment in hun leven staan, wat ze nog willen en welke mogelijkheden ze hebben om dat wat ze willen te bereiken. Dat geeft hen de mogelijkheid om de regie in eigen hand te nemen en te houden.

*Doelgroep*

Ouderen



### *Doel*

Het bewust worden van de eigen kracht en competenties door in dialoog met anderen zelf sturing te geven aan het bestaan op latere leeftijd.

### *Aanpak*

De cursus bestaat uit acht bijeenkomsten, waarin thema's zoals gezondheid, wonen, sociale contacten, intimiteit, vrije tijd en ontspanning aan bod komen. Het idee is dat cursisten van elkaars ervaringen leren en onderlinge steun aan elkaar verlenen bij het verkennen van de mogelijkheden. Zo wordt men zich bewust van de eigen kracht en competenties en kunnen de cursisten in dialoog met anderen zelf sturing geven aan het bestaan op latere leeftijd. In de cursus wordt gebruik gemaakt van de film 'De kunst van het ouder worden' van het Trimbos Instituut.

### *Ontwikkelaar en materiaal*

COSBO Amsterdam

Voor de methodiek is een uitgebreide handleiding beschikbaar via internet: [http://www.cosbo-amsterdam.nl/doc-tussenweb/cosbo-projectSP\\_Materialen-1.Orientatiecursus.pdf](http://www.cosbo-amsterdam.nl/doc-tussenweb/cosbo-projectSP_Materialen-1.Orientatiecursus.pdf)

### *Onderzoek*

In 2006 is de cursus redelijk positief geëvalueerd door de GG&GD. Hiervan is een rapport beschikbaar.

## **Methodiek individuele coaching**

### *Korte beschrijving*

De Methodiek *individuele coaching* is een gesprekstraject gericht op het ontwikkelen van zelfsturing bij ouderen, zodat zij in staat zijn regie over hun eigen leven te (blijven) voeren.

### *Doelgroep*

Ouderen

### *Doel*

Door het op gang brengen van denkprocessen over het eigen ouder worden, de competenties en de belemmeringen, kan inzicht ontstaan in de eigen kracht.

### *Aanpak*

Dit ontwikkelen van zelfsturing vindt plaats tijdens individuele gesprekken met een ouderencoach. Ouderen worden vanaf het begin van het traject geprikkeld om zelf aan de slag te gaan met een plan voor de toekomst en wat nodig is om dat uit te voeren. Het traject is ontwikkeld in het kader van het project *Systematische Preventie* van COSBO. Het is de bedoeling dat de consultatiefunctie als nieuwe werkvorm onderdeel wordt van het reguliere werken met ouderen. De te gebruiken methodieken zijn in eerste instantie ontwikkeld voor ouderen van autochtone afkomst.

### *Ontwikkelaar en materiaal*

COSBO Amsterdam

Een handleiding voor het gesprekstraject is beschikbaar via de website van COSBO.

### *Onderzoek*

In 2006 heeft de GG&GD het traject geëvalueerd. Er bleek weinig animo voor de gesprekken. Een van de conclusies van de evaluatie is dat niet iedereen in staat is tot deze vorm van reflectie.



### **Talent Ontdek Plan voor vijftigplussers (TOP 50+)**

#### *Korte beschrijving*

TOP 50+ is een cursus waarin deelnemers worden gestimuleerd eigen talenten te ontdekken of al bekende talenten in nieuwe situaties in te zetten. Tijdens de cursus stimuleren de cursisten elkaar persoonlijke projecten op eigen kracht uit te voeren.

#### *Doelgroep*

Vijftigplussers

#### *Doel*

Het doel van het *Talent Ontdek Plan* is zowel het bevorderen en benutten van het human capital van ouderen als het bevorderen van de zelfredzaamheid van ouderen en het verbeteren van hun persoonlijk netwerk om zodoende makkelijker een zorgfase door te komen.

#### *Aanpak*

De aanpak speelt in op de maatschappelijke trend van individualisering, waardoor (jonge) senioren minder geneigd zijn zich structureel te verbinden aan vrijwilligersorganisaties. De methode is gebaseerd op het Britse 'Dark Horse Venture' waarin ouderen op eigen kracht hun verborgen talenten ontdekken en door een begeleider gestimuleerd worden op eigen kracht een eigen project of activiteit op te zetten of op te pakken.

#### *Ontwikkelaar en materiaal*

NPOE

Deelnemers kunnen gebruik maken van een handleiding en een logboek met stappenplan. Voor begeleiders is een gids beschikbaar.

Zie: [http://www.projectenzorgenwelzijn.nl/ZilverenKracht/epr.nizw?Event=11,4&pj\\_id=57818](http://www.projectenzorgenwelzijn.nl/ZilverenKracht/epr.nizw?Event=11,4&pj_id=57818)

#### *Onderzoek*

Wegens gebrek aan deelnemers kon een geplande evaluatie door het Trimbos Instituut niet plaatsvinden.

### **Anders Ouder Worden**

#### *Korte beschrijving*

In deze aanpak organiseren senioren informatiebijeenkomsten in de eigen wijk voor andere senioren. Deze formule 'voor en door senioren' in Rotterdam bestaat al meer dan 25 jaar. *Anders Ouder Worden* (AOW) bestaat uit ongeveer 23 werkgroepen van senioren die actief zijn in Rotterdamse wijken. Daarnaast zijn er werkgroepen, die gericht zijn op een speciale categorie senioren, bijvoorbeeld homoseksuele ouderen, dove en slechthorende ouderen, maar ook Surinaamse, Antilliaanse, Kaapverdische, Turkse en Marokkaanse senioren.

#### *Doelgroep*

Ouderen

#### *Doel*

Doel van *Anders Ouder Worden* is senioren de mogelijkheid te geven met elkaar ervaringen uit te wisselen en hun stem te laten horen.

#### *Aanpak*

Iedere AOW-werkgroep bestaat uit zelfstandige vrijwilligers, eventueel ondersteund door een wijkberoepskracht. De werkgroepen bepalen zelf de thema's en regelen deskundige inleiders of gespreksleiding. Het gaat over thema's die voor senioren van belang zijn, bijvoorbeeld Persoons Gebonden Budget (PGB) of symptomen en behandeling van depressies. Pluspunt ondersteunt de werkgroepleden. Op stedelijk niveau komen iedere zes weken de werkgroepleden bij elkaar voor uitwisseling en deskundigheidsbevordering.

Een werkgroep bestaat uit vijf of zes senioren die regelmatig themabijeenkomsten organiseren voor de senioren in de wijk of in de stad. De bijeenkomsten gaan altijd over actuele thema's. Afgevaardigden

van de werkgroepen komen eens in de zes weken bij elkaar om ervaringen uit te wisselen en op de hoogte te blijven van nieuwe ontwikkelingen. Pluspunt verzorgt deze gezamenlijke bijeenkomsten en zorgt voor scholing en andere ondersteuning.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Pluspunt Rotterdam.

*Onderzoek*

Onbekend

### ***Een nieuwe toekomst/ Pensioen in Zicht®***

*Korte beschrijving*

De vijfdaagse cursus *Pensioen in Zicht* biedt de gelegenheid aan cursisten om het (arbeids)verleden in perspectief te plaatsen en om stil te staan bij de veranderingen die zich aandienen en keuzes te maken voor de toekomst.

*Doelgroep*

Mensen die met pensioen gaan

*Doel*

Het doel van de cursus is om deelnemers met behulp van zelfreflectie zich te laten oriënteren op nieuwe perspectieven en mogelijkheden voor na de pensionering.

*Aanpak*

Het betreft een vijfdaagse cursus in een rustige omgeving, waarin met behulp van inleidingen, discussies, gesprekken, workshops en excursies een aantal levensthema's (zoals zingeving, tijdsbesteding, gezondheid) met elkaar besproken wordt.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Stavor, Odyssee, Blooming, Essenburgh en SBI

*Onderzoek*

Onbekend

### ***3.1.2 Werven en bemiddelen***

#### ***Senioren voor ... uw gemeente***

*Korte beschrijving*

De gemeente nodigt jaarlijks, samen met een lokale organisatie, 63-jarigen uit voor een conferentie met workshops over vrijwilligerswerk.

*Doelgroep*

63-jarigen

*Doel*

Het doel is om vraag (van vrijwilligersorganisaties) en aanbod (van senioren) te koppelen en zodoende een actieve maatschappelijke rol van senioren te bevorderen.

*Aanpak*

Onlangs gepensioneerden worden door middel van een brief van de gemeente voor een bijeenkomst uitgenodigd, waarin zij meer informatie krijgen over de mogelijkheden om zich vrijwillig in te zetten. Tijdens de bijeenkomsten worden de aanwezigen door een afgevaardigde van de gemeente verwelkomd en vinden workshops plaats. Tijdens de bijeenkomst zijn ook organisaties aanwezig die op zoek zijn naar vrijwilligers. Deze organisaties krijgen ondersteuning over hoe zij vrijwilligers het beste aan zich kunnen binden. Het eerste jaar staat onder begeleiding van Bureau Senia.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Bureau Senia

Voor de organisatie van de conferentie zijn een handboek, documenten en presentaties beschikbaar.  
Zie ook: <http://www.seniorenvooruwgemeente.nl/>

#### *Onderzoek*

In het kader van het project *Actief Oud Worden* wordt momenteel de methodiek verfijnd en geëvalueerd op effectiviteit.

### ***Vliegwielmethode***

#### *Korte beschrijving*

Deze werkwijze voor ouderenorganisaties beoogt een toename van vrijwilligers en leden. De methode is gericht op vernieuwing en verjonging van ouderenorganisaties. Op lokaal niveau kan de methode ingezet worden om slapende afdelingen tot leven te wekken, of om afdelingen waarvan het kader vergrijsd is, te vernieuwen.

#### *Doelgroep*

Ouderenbonden

#### *Doel*

De *Vliegwielmethode* beoogt een toename van (jongere) vrijwilligers en leden bij ouderenbonden.

#### *Aanpak*

Er wordt met behulp van een enquête in beeld gebracht wie van de leden van ouderenbonden 'iets' wil doen. Vervolgens wordt een bijeenkomst georganiseerd, waarin besproken wordt welke activiteiten georganiseerd kunnen worden en welke activiteiten men zelf zou willen bezoeken. Tenslotte worden de ideeën voor activiteiten in werkgroepen uitgewerkt.

#### *Ontwikkelaar en materiaal*

Bureau Senia

Zie ook: <http://www.vliegwiel-anbonh.nl/>

#### *Onderzoek*

Onbekend

### ***Verzilver je club***

#### *Korte beschrijving*

Het project *Verzilver je club!* ondersteunt sportverenigingen bij het ontwikkelen en uitvoeren van seniorenbeleid en bestaat uit een cursus en ondersteuning van de verenigingen.

#### *Doelgroep*

Ouderen

#### *Doel*

De hoofddoelstelling van deze aanpak is het seniorvriendelijk maken van sportverenigingen. Subdoelstellingen zijn de toename van het aantal lidmaatschappen van ouderen bij sportverenigingen en toename van het aantal ouderen dat vrijwilligerswerk verricht binnen sportverenigingen.

#### *Aanpak*

De cursus bestaat uit drie bijeenkomsten en een terugkombijeenkomst. De eerste drie bijeenkomsten vinden met een interval van twee à drie weken plaats. Tussen de eerste drie bijeenkomsten en de terugkombijeenkomst zit een periode van acht tot tien weken. Het project *Verzilver je club!* maakt gebruik van de doorbraakmethode. Dit is een methode op het gebied van projectmanagement die

binnen de gezondheidszorg reeds tot uitstekende resultaten heeft geleid. In drie tot acht gemeenten werken evenzoveel projectteams aan de verwezenlijking van de hoofddoelstelling en één of twee van de subdoelstellingen, daarbij ondersteund door een kernteam en experts. Daarnaast vormen het van elkaar leren en het meten van resultaten belangrijke onderdelen van het project. Hiervoor worden werkconferenties voor alle deelnemende teams georganiseerd.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Nederlandse Sport Alliantie

zie ook: <http://www.sportalliantie.nl/produktdetails2.asp?ProduktID=12&DoelgroepID=3>

*Onderzoek*

Onbekend

### ***Bijspringermethode***

*Korte beschrijving*

Deze methode is ook beschreven in de verkenning 'Ondersteuning vrijwilligerswerk op lokaal niveau'. De essentie van deze methode is het versterken van het lokale vrijwilligerswerk door het koppelen van mensen die bereid zijn in te zetten aan organisaties die behoefte hebben aan vrijwilligers.

*Doelgroep*

De methode kan zo aangepast worden dat deze speciaal gericht is op ouderen.

*Doel*

Versterken van lokaal en regionaal vrijwilligerswerk en het betrekken van bijzondere groepen.

*Aanpak*

Alle volwassen inwoners van een dorp worden door een dorpsgenoot gevraagd naar hun mogelijkheden, wensen en bereidheid om waar nodig bij te springen in het vrijwilligerswerk. In het bijbehorende handboek wordt ingegaan op het betrekken van specifieke groepen zoals ouderen. Daarnaast worden alle lokaal actieve organisaties die gebruik (kunnen) maken van vrijwilligers door een dorpsgenoot gevraagd naar hun mogelijkheden, wensen en vacatures voor vrijwilligerswerk. Wie via de Bijspringer aan het werk wil, gaat samen met een begeleider op zoek naar een geschikte vrijwilligersbaan; de vrijwilliger staat hierbij centraal.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Stichting Scala

[http://www.scala-welzijn.nl/page-item-vrijwilligerswerk%2Cbij%2Cbij.handboeken\\_bijspr\\_meth.html](http://www.scala-welzijn.nl/page-item-vrijwilligerswerk%2Cbij%2Cbij.handboeken_bijspr_meth.html)

*Onderzoek*

Onbekend

### ***Grip op Vergrijzing***

*Korte beschrijving*

De aanpak *Grip op vergrijzing* helpt vrijwilligers hun eigen organisatie te analyseren en "levensfasebewuste" keuzes te maken.

*Doelgroep*

Vrijwilligersorganisaties

*Doel*

Het levensfasebewust maken van vrijwilligersorganisaties.

*Aanpak*

De aanpak *Grip op vergrijzing* helpt vrijwilligers hun eigen organisatie te analyseren en "levensfasebewuste" keuzes te maken. Er wordt gewerkt vanuit de generatie-leefstijlmethodiek die gebaseerd is op het Mentality-model van marketingbureau Motivaction. In werksessies verkent de organisatie wat de stand van zaken is met betrekking tot de vergrijzing van het ledenbestand en vormt

de organisatie zich een visie van de toekomst. Daarna worden de kansen en bedreigingen van vergrijzing in uw organisatie in beeld gebracht. Er wordt een diagnose van het huidige vrijwilligersbestand gemaakt en van het organisatieaanbod. Vervolgens wordt bekeken wat de organisatie wil: is het gewenst meer jongeren te werven of zoekt men jonge senioren? Welke veranderingen zijn gewenst? Wat is de haalbaarheid? De elementen voor een plan van aanpak worden uitgewerkt en in gang gezet.

*Ontwikkelaar en materiaal*

MOVISIE

*Onderzoek*

Geen onderzoek verricht

### **Senioren Talentenbanken**

*Korte beschrijving*

Veel vrijwilligersorganisaties hebben behoefte aan extra vrijwilligers, vaak om een tijdelijke klus te klaren. Een *Talentenbank* van senioren kan dan een uitkomst bieden: senioren met ervaring bieden tijdelijk ondersteuning aan een vrijwilligersorganisatie. Dat kan zijn bij het op orde krijgen van de financiën, bij het aanvragen van subsidie, maar ook bij het schrijven van een communicatieplan of de opzet van pr-activiteiten.

*Doelgroep*

55-plussers

*Doel*

Bemiddelen tussen vrijwilligersorganisaties en individuele senioren

*Aanpak*

De beschikbare talenten van senioren zijn per gemeente met behulp van een vragenlijst in kaart gebracht. Ook de vraag naar ondersteuning van een aantal organisaties is in kaart gebracht.

Vervolgens is geprobeerd vraag en aanbod te 'matchen' (Ommen).

In Zwolle is voor een andere aanpak gekozen. Hier zijn profielen opgesteld voor oudere contactpersonen, die namens de Vrijwilligerscentrale Zwolle contact onderhouden met vrijwilligersorganisaties. Deze contactpersonen worden geacht een actieve rol te spelen bij de ondersteuning van vrijwilligersorganisaties door of zelf activiteiten uit te voeren of hiervoor geschikte vrijwilligers te vinden.

*Ontwikkelaar en materiaal*

SVWO (Servicecentrum Vrijwilligerswerk Overijssel)

Zie: <http://www.vrijwilligersoverijssel.nl/PrimoSite/show.do?ctx=145793,262343>

*Onderzoek*

De ervaringen in de eerste twee gemeenten zijn beschreven.

#### *3.1.3 Ondersteunen en begeleiden*

### **Het Eemlands Model**

*Korte beschrijving*

Inspelend op het idee dat het stimuleren van de maatschappelijke inzet van ouderen een oplossing kan zijn voor de verwachte toenemende vraag van ouderen naar hulp en ondersteuning is in 2006 in het Gewest Eemland het pilotproject *Wel-doen met overtuiging* opgezet. Het was één van de Wmo-pilots die het ministerie van VWS financierde om ervaring op te doen met de nieuwe verantwoordelijkheden van gemeenten in het kader van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

*Doelgroep*

Lokale welzijnsorganisaties, ouderenorganisaties, vrijwilligerscentrales en gemeenten.

*Doel*

Het bieden van inspiratie en een handleiding voor organisaties en gemeenten die de maatschappelijke inzet van vitale ouderen aan kwetsbare ouderen willen bevorderen.

*Aanpak*

De belangrijkste lessen en ervaring van de pilots zijn verwerkt in een handleiding met praktijkvoorbeelden, uitleg over de werkwijze en praktische tips. De uitgave over het Eemlands model is bedoeld als handreiking voor lokale welzijnsorganisaties, ouderenorganisaties, vrijwilligerscentrales en gemeenten.

*Ontwikkelaar en materiaal*

Ravelijn, MOVISIE

<http://www.zilverenkracht.nl/Zilverenkracht/Docs/Eemlands%20model-brochure.pdf>

*Onderzoek*

n.v.t.

***Van Droom naar Initiatief***

*Korte beschrijving*

Om senioren te stimuleren en te ondersteunen bij het opzetten van een burgerinitiatief heeft *Zilveren Kracht* (project van MOVISIE) een brochure geschreven.

*Doelgroep*

Senioren

*Doel*

Inspiratie en ondersteuning bieden aan senioren bij het opzetten van een burgerinitiatief.

*Aanpak*

In de brochure staan voorbeelden ter inspiratie, een stappenplan, tips en handige adressen die burgers kunnen helpen bij het opzetten van een initiatief.

*Ontwikkelaar en materiaal*

MOVISIE

[http://www.zilverenkracht.nl/Zilverenkracht/Docs/ZK\\_dromen-initiatief%20def.pdf](http://www.zilverenkracht.nl/Zilverenkracht/Docs/ZK_dromen-initiatief%20def.pdf)

*Onderzoek*

n.v.t.

***Ondernemende Dorpen***

*Korte beschrijving*

De laatste jaren zijn op het Nederlandse platteland veel voorzieningen verdwenen. Toch ziet de situatie voor dorpen met weinig voorzieningen er niet hopeloos uit. Het dorp dat met enthousiasme de ervaring en expertise van oudere inwoners weet te bundelen, kan ook zélf haar voorzieningen opzetten. In het project *Ouderencoöperaties op het Platteland* van het NPOE zijn oudere bewoners van vijf plattelandsdorpen zelf aan de slag gegaan om samen voorzieningen op te zetten.

*Doelgroep*

55-plussers

*Doel*

Het benutten van ervaring en expertise van oudere inwoners bij het opzetten van voorzieningen in kleine kernen op het platteland.

*Aanpak*

Het betreft een projectmatige aanpak, naar aanleiding waarvan een handleiding is opgesteld (zie onder).

*Ontwikkelaar en materiaal*

NPOE

[http://www.npoe.nl/npoe\\_projecten/platteland/ondernemende\\_dorpen](http://www.npoe.nl/npoe_projecten/platteland/ondernemende_dorpen)

handleiding: [http://www.npoe.nl/doc/Eindversie\\_cooperatieboekversie\\_22\\_feb1.pdf](http://www.npoe.nl/doc/Eindversie_cooperatieboekversie_22_feb1.pdf)

*Onderzoek*

De ervaringen zijn in een handleiding verwerkt. Over een effectiviteitsonderzoek is niets bekend.

### 3.2 Selectie van projecten, pilots en programma's

#### **LACE-project** (NPOE)

LACE is een Europees programma dat zich richt op de transitie die oudere burgers maken als zij stoppen met werken en een nieuwe rol voor henzelf bepalen. Een nieuwe benadering van volwasseneneducatie kan oudere burgers in staat stellen kennis en ervaring die zij in hun werkende bestaan en daarbuiten hebben opgedaan in te zetten. Op deze manier kan de samenleving haar voordeel doen met de beschikbare kennis die aanwezig is onder oudere burgers.

Het LACE-project is van start gegaan in oktober 2005 en wordt gesubsidieerd door het Grundtvig I programma van de Europese Commissie. Het is een samenwerkingsverband van zowel formele als informele educatieve organisaties van zeven verschillende Europese landen.

LACE vergelijkt drie bestaande educatieve programma's die rusten op vrijwillige betrokkenheid van oudere burgers. Het kijkt naar de mogelijkheden om bestaande programma's te verbeteren en om deze programma's te kopiëren naar andere Europese landen. Dit wordt gedaan door projectpartners te helpen met het ontwikkelen van hun eigen pilotprojecten op nationaal niveau.

De samenwerkende organisaties hebben zich toegelegd op het ontwikkelen van nieuwe betekenisvolle rollen voor oudere burgers. Zij hopen dat hun betrokkenheid bij dit project zal leiden tot een positiever beeld van oudere mensen (<http://www.lace-project.net/lace/default.aspx>, website geraadpleegd op 4 december 2008).

#### **Nestor project**, Amersfoort e.o. (Stichting Ravelijn)

Het *Nestorproject* (actief sinds 2001) fungeert als een makelaar tussen oudere burgers die hun kennis en ervaring vrijwillig willen inzetten en organisaties die van die kennis en ervaring gebruik willen maken. Het project heeft dan ook als doel het benutten van kennis en ervaring van senioren ten behoeve van maatschappelijke activiteiten. Bovendien wil het project senioren de mogelijkheid bieden om aan maatschappelijke activiteiten deel te (blijven) nemen. Ook is het een doel van het *Nestorproject* de maatschappij er bewust van te maken dat er verborgen en/of onbenutte kwaliteiten en talenten bij senioren aanwezig zijn. Tenslotte wil het project bijdragen aan het verkleinen van de kans op sociaal isolement van senioren.

De werkwijze binnen het *Nestorproject* wordt weergegeven aan de hand van de kernactiviteiten. Allereerst worden senioren actief benaderd en worden zij geïnformeerd dat er behoefte is aan hun kennis, kwaliteiten en ervaring. Zij worden uitgenodigd om hun kwaliteiten in te zetten ten behoeve van het vrijwilligerswerk. Daarnaast worden maatschappelijke activiteiten in kaart gebracht die geschikt zijn om als vrijwilligerswerk te dienen. Ook worden maatschappelijke organisaties bewust gemaakt van de kwaliteiten van senioren die voor hun organisatie van belang kunnen zijn. Tenslotte worden vrijwilligers aan de gevraagde activiteiten en organisaties gekoppeld.



**Inburgercoach** (Den Haag en Rotterdam)

Het leer-werktraject *Inburgercoach* stelt zich ten doel een bijdrage te leveren aan de blijvende inzetbaarheid van 50-plussers op de veranderende arbeidsmarkt. Zodoende wordt aanspraak gemaakt op het menselijk kapitaal van oudere burgers en kunnen zij een gewaardeerde en actieve rol in de samenleving blijven vervullen.

In aanmerking voor het traject komen 50-plussers die een financiële voorziening hebben zoals prepensioen, 50-plussers zonder werk met toestemming van instanties, medewerkers van bedrijven die in het kader van *Business in Community* coach willen worden of zich willen heroriënteren op de loopbaan. Deelnemers krijgen de mogelijkheid een cursus te volgen om vervolgens als inburgeringscoach aan de slag te gaan. Vrijwilligers worden gekoppeld aan een of meerdere 'inburgeraars' voor een traject waarin zij ongeveer 1 à 2 dagen per week bezig zijn. Zie ook [www.gitp.nl/life](http://www.gitp.nl/life).

**Ouderenproof** (PON Brabant)

*Ouderenproof* is een methodisch traject met als doel zoveel mogelijk ouderen te stimuleren om mee te denken en te praten over het huidige en toekomstige gemeentelijke ouderenbeleid en de vormgeving van hun eigen woon- en leefomgeving. Enerzijds staan de ouderen en hun wensen met betrekking tot wonen, zorg en welzijn centraal. Anderzijds kunnen provincies gemeenten motiveren en stimuleren om hun rol, positie en taken verder in te vullen zodat een integraal lokaal ouderenbeleid kan ontstaan. Dit alles gebeurt aan de hand van een vaste methodiek van werken (via ouderenwerkgroepen/ panels) en via een vooraf vastgestelde structuur en met vooraf gemaakte afspraken. Onderdeel van deze aanpak is de ondersteuning, monitoring en begeleiding door een stuurgroep en regionale ambassadeurs. Uiteindelijk resulteert de aanpak in een adviesrapport gericht aan de gemeenten en opgesteld door ouderen (zie ook: <http://www.ouderenproof.nl/index2.htm>). Er is in verschillende provincies veel ervaring opgedaan met de methode. Tips, valkuilen, voorwaarden en aanbevelingen zijn beschreven.

**Pilotcursus Een Nieuwe Levensfase**, in ontwikkeling, Maassluis en Oldenzaal, (Stavoor)

Deze cursus wordt opgezet vanuit de gedachte dat de samenleving de komende jaren steeds meer een beroep zal doen op de kwaliteiten en ervaring van vijftigplussers. *Een Nieuwe Levensfase* combineert een maatschappelijk en een persoonlijk belang: het maakt de deelnemers bewust van hun eigen mogelijkheden (persoonlijk belang) en heeft ten doel mensen te stimuleren tot een actieve en betrokken opstelling in de eigen omgeving (maatschappelijk belang).

*Een Nieuwe Levensfase* is een cursus van acht dagdelen. Vier dagdelen zijn naar binnen gericht: aan de hand van de vijf levensdomeinen (lichaam en geest, sociale contacten, materiële wereld, werk en presteren, zingeving en inspiratie) onderzoeken deelnemers hun eigen wensen, kwaliteiten en valkuilen. De vier overige dagdelen zijn naar buiten gericht: welke mogelijkheden biedt je eigen omgeving op het gebied van vrijwilligerswerk, vrije tijd, educatie, wonen en gezondheid? Welke mogelijkheden sluiten aan bij de wensen van de cursist?

De cursus wordt georganiseerd door een platform met lokaal draagvlak vanuit ouderenorganisaties, welzijnsorganisaties, bedrijfsleven en overheid. Een deskundige trainer van Stavoor zal, samen met lokale vrijwilligers, de cursus verzorgen. Momenteel is de pilot stopgezet.

**Ongekend Talent**

Het doel van *Ongekend Talent* is de eigen mogelijkheden en competenties van jonge senioren en van senioren met diverse etnische achtergronden in kaart te brengen en hen te stimuleren deze in te zetten door maatschappelijk actief te worden. Daarnaast worden ook organisaties geprikkeld, door negatieve beeldvorming rondom senioren te doorbreken en de competenties van allochtone en autochtone



senioren meer in te zetten. Hierdoor kan de inzet van "ongekend talent" gecontinueerd worden en krijgen senioren mogelijkheden aangereikt om zinvolle activiteiten te ontplooiën.

De aanpak bestaat uit een training van de trainers (senioren) die de cursus *Ongekend Talent* aan andere senioren geven. De cursus bestaat uit vijf bijeenkomsten waarin de eigen mogelijkheden, kwaliteiten en wensen van senioren in kaart worden gebracht. Ook wordt een eigen persoonlijk actieplan opgesteld met realiseerbare doelen. Op de laatste bijeenkomst worden maatjesgroepen gevormd die elkaar blijven stimuleren om de gestelde doelen tot uitvoering te brengen. Ook wordt een bijeenkomst georganiseerd voor lokale organisaties die met vrijwilligers willen werken. Deze bijeenkomst is bedoeld om in kaart te brengen naar welke ongekende talenten de organisaties precies op zoek zijn.

De gehanteerde methode uit het project wordt overdraagbaar gemaakt naar vrijwilligersorganisaties, zodat de cursusmethode ook elders ingezet kan worden.

*Ongekend Talent* is een project dat nog in ontwikkeling door Pluspunt Rotterdam en wordt ondersteund door het meerjarenprogramma *Actief Ouder Worden* (samenwerking MOVISIE en Oranjefonds). Onderdeel van *Actief Ouder Worden* is een effectmeting.

#### **Verrijkt Doorwerken**, Utrecht (Stichting Viatore)

De stichting Viatore en het Nederlands Interdisciplinair Demografisch Instituut (Nidi) hebben het initiatief genomen tot een pilotproject met een praktijkexperiment en met onderzoek naar *Verrijkt Doorwerken*. In schril contrast met de verborgen en onbenutte waarde van oudere werknemers staat de grote behoefte aan maatschappelijke inzet van oudere mensen. Een breder perspectief op de waarde van ouderen, waarbij ouderen via maatschappelijke inzet de mogelijkheid wordt geboden om hun arbeidsloopbaan "te herijken en te verrijken", kan winst opleveren voor de medewerkers zelf, de bedrijven en de samenleving. Nieuwe werkarrangementen met dit bredere perspectief richten zich op blijvende inzetbaarheid van mensen in werk of maatschappij; de basisgedachte achter het project is dat tegenover betaling door overheid of bedrijf maatschappelijke tegenprestaties mogen staan. Het pilotproject *Verrijkt Doorwerken* richt zich op de volgende resultaten: 1. Verkennen van mogelijke nieuwe werkarrangementen voor oudere werknemers; 2. Via een praktijkexperiment verkennen wat nodig is bij (oudere) werknemers, werkgevers en maatschappelijke organisaties om deze nieuwe werkarrangementen te realiseren; 3. Onderzoeken van het maatschappelijk draagvlak voor deze arrangementen.

Het project is afgerond. Over het project is een artikel geschreven: Henkens, K., J. Neuteboom, R. Schepers & H. van Solinge (2005), *Verrijkt doorwerken: maatschappelijke detachering als alternatief voor vervroegd uittreden*. *Gids voor Personeelsmanagement* 84 (5): 28-31.

#### **Wmo Pilot Schoonhoven**

In de gemeente Schoonhoven is in 2006 een Wmo-pilot *Vitale Ouderen* van start gegaan. Deze pilot heeft als doel om te komen tot lokale projecten voor het ondersteunen en werven van vrijwilligers onder de doelgroep vitale ouderen en het ontwikkelen van activiteiten waarbij deze vrijwilligers worden ingezet om mantelzorgers te ondersteunen. De pilot is eind 2007 afgerond.

De pilot heeft geleid tot drie lokale projecten. Het eerste project is gericht op vrijwillige ambassadeurs: het gaat hier om een wervingstechniek waarbij enthousiaste bestaande vrijwilligers potentiële vrijwilligers proberen te motiveren om ook vrijwilligerswerk te gaan doen. Dit project is uitgevoerd door de Stichting Welzijn Ouderen Schoonhoven (SWOS) en de Zonnebloem met ondersteuning van het toenmalige CIVIQ. Het tweede project betreft deskundigheidsbevordering voor vrijwilligers én mantelzorgers. Vrijwilligers worden opgeleid en ondersteund en mantelzorgers leren hoe ze de zorg wat los kunnen laten en hoe ze zich kunnen laten ondersteunen. Het project wordt uitgevoerd door Bureau Informele Zorg en de Stichting Kwadraad (AMW). Het derde project is gericht op praktische

ondersteuning. Vrijwilligers kunnen mantelzorgers ondersteunen door praktische hulp te geven, bijvoorbeeld door een klussendienst of hand- en spandienst. Dit project is uitgevoerd door de SWOS met ondersteuning van het Zorgberaad ([http://seniorenmaastricht.web-log.nl/seniorenmaastricht/ouderen\\_actief\\_ouderenparticipatie/index.html](http://seniorenmaastricht.web-log.nl/seniorenmaastricht/ouderen_actief_ouderenparticipatie/index.html), website geraadpleegd op 5 december 2008).

### **Systematische Preventie** meerjarig stimuleringsprogramma (COSBO Amsterdam)

Van 2002 tot 2006 heeft COSBO Amsterdam (in opdracht van ANBO Amsterdam) samen met een groot aantal Amsterdamse organisaties in de stuurgroep *Systematische Preventie* een visie en instrumenten ontwikkeld, die ouderen stimuleren om bij het ouder worden hun eigen verantwoordelijkheid gestalte te geven: het heft in eigen hand blijven houden en uitgaan van het eigen potentieel. Doel is het voorkómen van terugval van de levenskwaliteit bij het ouder worden. De gezondheid speelt daarbij een rol, maar ook de woonsituatie, de sociale contacten en de positie van ouderen in de samenleving.

Het project heeft een aantal instrumenten en aanpakken opgeleverd: Het *Levenskunst* spel, oriëntatiecursus *Zó wil ik oud worden*, methodiek individuele coaching, zelforganiserende leesgroepen en themakaarten als hulpmiddel bij de verkenning van levensthema's. In de paragraaf 'methodieken' van deze verkenning zijn de meest methodische instrumenten beschreven.

### **50plusnet** internetcommunity (NIGZ en Omroep MAX)

*50plusnet* is een internetcommunity voor ouderen. Het doel is voorkomen van sociaal isolement, het stimuleren van zelfmanagement en participatie. Door deel te nemen aan *50plusnet* worden ouderen gestimuleerd en gemotiveerd tot (fysieke) activiteiten, die het proces van vereenzaming voorkomen en/of ombuigen. Met *50plusnet* worden ouderen in staat gesteld hun sociale netwerk op peil te houden of juist aan te vullen. De community is een laagdrempelige voorziening: een virtuele plek op het internet waar ouderen elkaar ontmoeten. Begin 2007 is de community geëvalueerd, met een positief rapport als resultaat. Met het Trimbos Instituut wordt gezocht naar financiering voor effectonderzoek.

## **3.3 Burgerinitiatieven**

### **Gilde Nederland**

*Gilde Nederland* is een koepelorganisatie van ongeveer 65 gilden die verspreid zijn in heel Nederland. Gilden zijn vrijwilligersorganisaties van 50-plussers die hun kennis, kunde en ervaring belangeloos en informeel willen overdragen aan anderen. Particulieren, non-profitorganisaties en beginnende ondernemers kunnen gratis gebruik maken van hun diensten. Een formule met voordelen voor de samenleving en de vrijwilligers. Enerzijds krijgen Nederlandse burgers de beschikking over beschikbare kennis en ervaring, anderzijds vinden de vrijwilligers een informele manier om maatschappelijk actief en betrokken te zijn.

De vrijwilligers adviseren op allerlei gebied, geven lezingen, organiseren stadswandelingen, tolken en vertalen, converseren met anderstaligen in het Nederlands (*SamenSpraak*) en begeleiden leerlingen met de stap naar het voortgezet onderwijs (*Coach4you*). Er zijn ongeveer 7000 ouderen actief in de gilden.

### **SESAM Academie**

De Stichting *SESAM Academie* (Academie voor Senioren en Samenleving) is opgezet naar voorbeeld van het Amerikaanse project *Leadership Institute for Active Aging* dat in 1999 is ontwikkeld door de Universiteit van Maryland in Washington. Door middel van het verlenen van advies en coaching

ondersteunt de stichting maatschappelijke organisaties bij het realiseren van kwaliteitsverbeteringen en professionalisering. Zij zet daarvoor gemotiveerde gepensioneerde vrijwillige adviseurs en coaches uit het bedrijfsleven en de non-profit sector in. Senioren die jarenlang leidinggevende functies hebben bekleed in het bedrijfsleven en in de non-profit sector hebben zo de mogelijkheid hun kennis en ervaring op zinvolle wijze aan te wenden voor de samenleving. Vraagstukken waar de *SESAM Academie* zich mee bezig houdt variëren van het realiseren van de groei van een (vrijwilligers) organisatie, het begeleiden bij het oplossen van conflicten, het ontwikkelen van nieuwe wervingstechnieken voor vrijwilligers, het opzetten van een vrijwilligersbeleid tot het in kaart brengen van de financiële situatie en het implementeren van een gedegen financieel beheer. Ook voor vragen over fondsenwerving, reorganisaties of het schrijven van een beleidsplan kan men bij de *SESAM Academie* terecht. De *SESAM Academie* vraagt, voor de vergoeding van een vaste betaalde administratief medewerker, een tarief van € 75,00 per dagdeel.

#### **Waterlijn** (Amersfoort)

Stichting *Waterlijn* noemt zichzelf 'een niet-commercieel vrijwilligersbedrijf, dat op professionele wijze wordt gerund door ongeveer 100 vrijwilligers van 50 jaar en ouder'. Het doel van *Waterlijn* is tweeledig: Amersfoort promoten door passagiers een informatieve en leerzame rondleiding per boot te geven en het verschaffen van zinvol en leuk (vrijwilligers)werk voor 50-plussers in Amersfoort. Tijdens de rondvaarten vertellen de vrijwilligers over de geschiedenis, monumenten, archeologie en natuur in Amersfoort. De vrijwilligers investeren 's zomers minimaal twee dagdelen per week in *Waterlijn*. Nieuwe vrijwilligers volgen een introductie cursus over de stadsgeschiedenis, monumenten, Joods Amersfoort, de natuur in de stad en stadsarcheologie. Aankomende schippers krijgen een vaardigheidstraining in het vertellen van het verhaal en een vaartraining.

#### **Nestorkring**

De *Nestorkring* is een onafhankelijke adviesorganisatie zonder winstoogmerk die zich richt op non-profitorganisaties. Het doel van de *Nestorkring* is om de ervaring en deskundigheid van senior managers en specialisten niet verloren te laten gaan. Maatschappelijke instellingen kunnen er hun voordeel mee doen. De 'nestoren' zijn mannen en vrouwen van 55 jaar en ouder, die hun actieve carrière hebben afgerond en minstens twintig jaar ervaring hebben in management en bestuur. De nestor kan verschillende rollen vervullen binnen organisaties. Op grond van ervaring en interesse wordt hij ingezet als persoonlijke coach, communicatie- of organisatieadviseur of als adviseur bij beleidsontwikkeling, fusies en reorganisaties. De *Nestorkring* brengt de vraag van non-profitorganisaties en het aanbod van de nestoren op een betrokken manier bij elkaar. Sinds de oprichting in 1990 is de *Nestorkring* uitgegroeid tot een landelijk netwerk van ongeveer vijftig senioren.

#### **SeniorWeb**

Vereniging *SeniorWeb* is een organisatie van vrijwilligers met als doel 55-plussers de mogelijkheden van de computer en internet te laten ervaren. Uitgangspunt is dat dit voor én door ouderen gebeurt. *Seniorweb* beheert een website (met o.a. tips, spelletjes, mailgroepen, hobbyclubs) en organiseert (in samenwerking met partners) door het hele land toegankelijke cursussen en workshops over computer- en internetgebruik. Deze worden door enkele honderden vrijwilligers georganiseerd en gegeven. Voor een kleine vergoeding kunnen mensen lid worden van de vereniging en onder meer aanspraak maken op elektronische PCHulp, een helpdesk en hulp aan huis. Momenteel zijn 95.000 mensen lid van *Seniorweb*.

**Stichting Samen Verder** (Culemborg)

De *Stichting Samen Verder* te Culemborg is een vrijwilligersorganisatie die in zijn geheel wordt gerund door senioren. Het doel van de stichting is het bevorderen en onderhouden van contacten van ouderen en gehandicapten met hun omgeving. Daartoe heeft de stichting een aantal projecten opgezet. Het project *Klaartje* biedt vervoer voor ouderen en gehandicapten van deur tot deur. Het project *Floortje* is er voor begeleiding naar ziekenhuis of dokter, sociaal contact, bezoek, samen wandelen. Het project *Dientje* biedt een vorm van individuele hulpverlening zoals huisbezoek en klusjes in en om het huis. De *Luisterlijn* biedt een luisterend oor aan mensen die om een praatje verlegen zitten. Het meest omvangrijke project is *Bartjes Kringloopwinkel*, een bloeiend bedrijf waar vanalles te koop is. De opbrengst gaat rechtstreeks naar de projecten en soms naar goede doelen. De stichting draait geheel zonder subsidie van de gemeente. Alleen de ruimte wordt voor een symbolisch bedrag van de gemeente gehuurd (zie ook: [www.stichtingsamenverder.com](http://www.stichtingsamenverder.com)).

## 4 Eerste bevindingen

Wat zowel tijdens de verkenning als tijdens de expertmeeting (16 december 2008) duidelijk naar voren kwam is, dat er twee benaderingen gehanteerd kunnen worden als het gaat om het in kaart brengen van methodieken gericht op het bevorderen van maatschappelijke inzet door vitale ouderen. Allereerst kun je de nadruk leggen op hoe je oudere burgers maatschappelijk kunt activeren vanuit een preventief standpunt. In deze optiek speelt het bevorderen van zelfredzaamheid en het voorkomen van eenzaamheid en ziekte een centrale rol. Daarnaast kan de focus gericht zijn op het benutten van het menselijk kapitaal (kennis, kunde en ervaring) van de groeiende groep vitale ouderen. Dit vanuit de optiek dat niet alleen de samenleving daarbij gebaat is, maar in de eerste plaats de oudere burgers zelf. Door kennis en ervaring in te blijven zetten kunnen zij voor zichzelf een gewaardeerde en volwaardige rol in de samenleving afdwingen. In deze verkenning hebben wij voor de laatste, meer competentiegerichte, benadering gekozen. Daardoor zijn enkele methodieken die zich op het grensvlak van de benaderingen begeven, zoals bijvoorbeeld het 'Activerend huisbezoek', niet opgenomen in de verkenning.

Wat na het categoriseren van de methodieken opvalt, is dat de meeste van de aangetroffen methodieken gericht zijn op het voorbereiden van jonge ouderen op een nieuwe levensfase, waarin maatschappelijke inzet tot één van de mogelijkheden behoort. Blijkbaar is dit deelgebied van het stimuleren van maatschappelijke inzet relatief goed ontwikkeld in de sociale sector. Daarnaast zijn methodieken aangetroffen die gericht zijn op het werven en bemiddelen van de inzet. Hoewel het aantal methodieken dat zich op dit deelgebied bevindt kleiner is, lijken de aangetroffen methodieken al redelijk doorontwikkeld. Op het deelgebied dat gericht is op het ondersteunen en begeleiden van maatschappelijke inzet zijn echter slechts twee methodische aanpakken (brochures) en een handleiding aangetroffen. Hier lijkt dan ook sprake van een lacune. Dit gebrek is wellicht een gevolg van de recente nadruk op het competentiegerichte beleid, waardoor mogelijk verhoudingsgewijs teveel de nadruk is gelegd op het stimuleren van zelfontplooiing, terwijl methodiekontwikkeling gericht op ondersteuning en begeleiding van inzet enigszins verwaarloosd werd.

Zoals gezegd is er een relatief groot aantal methodieken aangetroffen dat zich richt op het voorbereiden van vitale ouderen op maatschappelijke inzet. Veel van deze methodieken lijken op elkaar en hebben vaak overeenkomstige elementen. Het lijkt daarom logisch deze methodieken naast elkaar te leggen om te onderzoeken wat de werkzame onderdelen zijn. Vervolgens zou geprobeerd kunnen worden de elementen die werkzaam zijn te verwerken in één sterke methodiek, die het beste van de verschillende methoden in zich herbergt. Tijdens de expertmeeting werd hier echter tegenin gebracht dat het belangrijker is te bepalen wat de werkzame bestanddelen zijn, zodat het mogelijk is verschillende accenten te leggen. Ook werd gewaarschuwd voor een 'overdreven protocollisering': methoden moeten kunnen worden bijgesteld op basis van voortschrijdend inzicht.

Veel van de methodieken gericht op voorbereiding op maatschappelijke inzet zijn gebaseerd op zelfreflectie. Zoals uit de evaluatie van de Methodiek *individuele coaching* blijkt, is echter niet iedereen daar even goed toe in staat. Aan de voorbereidingsmethodieken ligt vaak een beeld van ouderen ten grondslag dat gebaseerd is op beelden van senioren als actieve, ondernemende en zelfbewuste burgers, die boven alles op zoek zijn naar zelfontplooiing. De vraag is echter of dit beeld, van de hoogopgeleide oudere, de diversiteit onder ouderen op waarde schat. Praktische of concretere interventies, zoals bijvoorbeeld het aanbieden van snuffelstages, zijn in de verkenning niet aangetroffen, maar zouden in kunnen spelen op een onvervulde vraag.

Omdat het onderscheid tussen een methode, een project of burgerinitiatief niet altijd evident is, hebben we in deze verkenning voor de volledigheid ook een selectie van de belangrijkste projecten, pilots en burgerinitiatieven beschreven. Hierdoor ontstaat een breed beeld van de interventies in de sociale

sector. De projecten en pilots laten een diverse focus zien: terwijl het ene project zich richt op het ontwikkelen van nieuwe maatschappelijke rollen, richt een ander zich op informele hulp, het ontdekken van talenten, het bemiddelen tussen vraag en aanbod of op de combinatie van betaald werk en maatschappelijke inzet.

De beschreven (en succesvolle) burgerinitiatieven zoals het *Gilde*, de *Nestorkring* en de *SESAM academie* bewijzen dat veel ouderen hun opgedane kennis, kunde en levenservaring (op vrijwillige basis) willen blijven inzetten. Het projectmatige en professionele karakter van deze initiatieven lijkt veel jonge ouderen aan te spreken en kan ook voor toekomstige ouderen aantrekkelijk zijn. Het valt overigens wel op dat deze initiatieven zich vooral richten op de hoogopgeleiden die als coach, adviseur of leidinggevende hebben gewerkt. Omdat ook onder mensen met lagere opleidingen een groot potentieel aan kennis en ervaring beschikbaar is, kan hier sprake zijn van een tekort aan (geïnstitutionaliseerde) mogelijkheden. Wellicht dat de goede voorbeelden mensen inspireren nieuwe burgerinitiatieven op te zetten die inspelen op de inzet van andere, meer praktische, vaardigheden.

Tijdens de expertmeeting werd erop gewezen dat burgerinitiatieven weliswaar niet volgens de gehanteerde definitie als methodiek zijn aan te merken, maar dat zij wel succesvol zijn als het gaat om het verleiden van senioren tot maatschappelijke inzet. In het kader van methodiekontwikkeling voor vitale ouderen is het van belang te onderzoeken welke factoren bij burgerinitiatieven tot succes hebben geleid.

In de sociale sector wordt vaak projectmatig gewerkt. Deze vorm van werken leidt vaak tot kortlopende projecten die, succesvol of niet, in de loop der tijd niet verankerd worden en uit beeld verdwijnen. Het verdient daarom aanbeveling bij succesvolle projecten en pilots te bestuderen of daar bruikbare methodieken of elementen uit te destilleren zijn. Ook kan in zo'n geval bestudeerd worden of de pilot of het project vertaald (of overgenomen) kan worden als burgerinitiatief dat op den duur een geïnstitutionaliseerd en onafhankelijk karakter kan krijgen (zoals bijvoorbeeld de *SESAM academie*).

Over de effectiviteit van de aangetroffen methoden is in zijn algemeenheid weinig bekend, al zijn enkelen geëvalueerd door de GG&GD en het Trimbos Instituut. Dat er weinig bekend is over de effectiviteit komt overigens niet als een verrassing. Allereerst is het gebied van het stimuleren van inzet onder vitale ouderen een relatief jong werkveld dat sterk in ontwikkeling is en waar dan ook de opgedane kennis en ervaring nog relatief beperkt is. Daarnaast is er in tegenstelling tot in de medische wetenschappen in dit werkveld geen sprake van een patiënt (individuele vrijwilliger of organisatie) met een ziekte (problemen rond individuele zingeving, vergrijzing of dalend vrijwilligersbestand, verloren gaan van opgebouwde ervaring en kennis en voorkomen van fysieke of psychische problemen) die in een laboratoriumomgeving behandeld kan worden (zie ook: Bridges Karr, 2008). Gedegen effectmetingen zijn hierdoor tijdrovend en complex in de uitvoering. Bovendien speelt ook de financiering van het ontwikkelen van methoden, pilots en projecten een rol bij het gebrek aan beschikbare effectstudies. Overheidssubsidies en gelden van particuliere fondsen laten eenvoudigweg weinig financiële ruimte voor uitgebreide evaluatiestudies.

Tijdens de expertmeeting vond naar aanleiding van de verkenning een geanimeerde discussie plaats over effectiviteitsmetingen van methoden. Sommige aanwezigen vroegen zich af of het wel verstandig is om je te richten op methoden bij het bestuderen van effectieve interventies. Zij vroegen zich af of je je niet beter kunt richten op werkzame ingrediënten (onderdelen), waarmee je voor iedere lokale context een nieuw recept kunt maken. De effectiviteit van interventies is bovendien afhankelijk van de lokale context en randvoorwaarden, zoals de beschikbaarheid van (geschikte) ruimtes en financiële middelen. Verder werd erop gewezen dat ook individuen ('kartrekkers') vaak een belangrijke rol spelen als het gaat om de effectiviteit van interventies: 'niet al het succes is te vangen in methoden en handleidingen'.

Tenslotte gaven een aantal aanwezige experts een aantal adviezen. Een van hen stelde voor methodieken gericht op het stimuleren tot betaald werk te bestuderen op bruikbaarheid bij het stimuleren van maatschappelijke inzet. Datzelfde zou ook gedaan kunnen worden voor methodieken die gericht zijn op het stimuleren van vrijwilligerwerk in het algemeen. Tenslotte werd gesuggereerd dat oudere vrijwilligers betrokken kunnen worden bij effectonderzoek om zo dat onderzoek (financieel) mogelijk te maken.



## 5 Literatuur

Becker, H. (1992). *Generaties en hun kansen*. Amsterdam: Meulenhoff.

Breedveld, K., Klerk, M. de en Hart, J. de (2004). *Ouderen en maatschappelijke inzet*. Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

Bridges Karr, L. (2008). *Verkenning ondersteuning vrijwilligerswerk op lokaal niveau. Effectieve interventies in de sociale sector*. Utrecht: MOVISIE.

Bruinsma, M., Dirksen, I., Scholten, C. (2001a). *Focus op de vrijwilliger: Over nieuwe impulsen voor het vinden en binden van 55-plussers*. NIZW.

Bruinsma, M., Dirksen, I., Scholten, C. (2001b.) *Focus op de vrijwilliger: Nieuwe impulsen voor werving, bemiddeling en begeleiding*. NIZW.

Campen, C. van (red.) (2008). *Grijswaarden. Monitor ouderenbeleid 2008*. SCP.

Geeroms, J. (2004). *Het nieuwe levensperspectief. Op zoek naar de nieuwe generaties gepensioneerden*. In: F. Cockx, J. de Vriendt (Eds). Cahier '04, *Sociaal-cultureel werk van, voor en met ouderen*. Wisselwerk. 1: 103-128.

Hammen-Poldermans, R. (2008). *Wie dan leeft...wie dan zorgt. Een zoektocht naar niet-familiale zorgsolidariteit tussen en binnen generaties in het licht van ontgroening en (kleurrijke) verzilvering van de samenleving*. Proefschrift, Universiteit van Tilburg.

Koops, H., Kwekkeboom, M.H. (2005). *Vermaatschappelijking in de zorg, ervaringen en verwachtingen van aanbieders en gebruikers in vijf gemeenten*. SCP.

Lammerts, R., Tan, S. en Wonderen, R. van (2006) *Ouderen onder dak: Een onderzoek naar wonen, welzijn en zorg voor ouderen in kleine dorpen*. Ministerie van VROM.

Maat, J.W. van de (2008). *Maatschappelijke participatie in de derde levensfase*. Afstudeerthese sociale gerontologie. Vrije Universiteit Amsterdam.

Marcoen, A. (2008). *Levensvragen en ontwikkelingstaken van de ouderdom*. *Gerōn*, 1:8-11.

Penninx, K., Klerk, M. de, Boer, A. de, Dekker, P. (2008). *De zilveren kracht in cijfers. Factsheet maatschappelijke inzet door ouderen*. Utrecht: MOVISIE.

Penninx, K., Alblas, M. (2007). *De zilveren kracht van Schiedam: Onderzoeksrapport over mogelijkheden om de senioren van Schiedam vrijwillig actief te krijgen en te houden*. Utrecht: MOVISIE.



Putnam, R.D. (1995). *Bowling alone: America's declining social capital*. *Journal of Democracy*, 6, 65-78.

Rijkschroeff, R. en Stavenuiter, M. (2006). *Generatie op komst. Zorg nu voor later*. Verwey-Jonker Instituut.

Vergouw, J., Lelij, B. van der en Lampert, M. (2006). *Senioren en vrijwilligerswerk*. Presentatie. ([www.zilverenkracht.nl](http://www.zilverenkracht.nl))

## 6 Bijlage

### Deelnemerslijst Expertmeeting Vitale Ouderen

Donderdag 16 december 2008, 09.15-12.45 uur

Wim Ballemans	Stavoro Groep
Maria van Bavel	MOVISIE
Marieke Broersma	Stichting Ravelijn
Jel Engelen	MOVISIE
Trees van Gennip	Vrije Levensloop Academie
Claire Hostmann	Ministerie van VWS
Coby Klomp	Spectrum
Kees Knipscheer	VU Amsterdam
Andrea Kuijpers	Spectrum
Jan Willem van de Maat	MOVISIE
Wim van Oosten	Gilde Nederland
Egi Pellemans	Brabantse Vereniging van Welzijn Ouderen
Kees Penninx	LESI
Peter Rensen, voorzitter	MOVISIE
Ineke van de Rotte	Bureau Senia
Klaas Smid	Hogeschool Windesheim
Ger Tielen	Stichting ILC Zorg voor Later
Rob Wieleman	MOVISIE
Renske van der Zwet	MOVISIE