

Generaties verbinden, buurtkracht vinden

‘Waarom doen daar eigenlijk geen mensen van andere leeftijden aan mee?’

Jolanda Keesom



Samen koken, van muziek genieten of een beweegparcours gebruiken, met mensen van verschillende generaties. Het is nog lang niet altijd vanzelfsprekend. Ook al verschillen hun wijken behoorlijk, drie Utrechtse bewonersorganisaties hebben het afgelopen jaar ontdekt wat intergenerationeel werken voor hun omgeving kan betekenen. Hun enthousiasme is aanstekelijk.

Neem Vreeswijk, het oude schippersdorp aan de rivier de Lek dat in de jaren zestig opging in Nieuwegein. In Dorpshuis Fort Vreeswijk komen sinds kort veel meer kinderen, jongeren en hun ouders dan voorheen. Dat is onder andere te danken aan de Wereldkeuken, een kookworkshop voor tieners, gegeven door volwassenen met verschillende culturele achtergronden. ‘We wilden meer kinderen en jongeren in huis halen om te zorgen voor de continuïteit van onze bewonersinitiatieven, maar ook omdat we merkten dat onze oudere bezoekers genieten van het contact met kinderen’, vertelt bewoonster Monique de Beer die vanuit het Dorpshuis meedoet aan het project Generaties verbinden, buurtkracht vinden. Of kijk naar Austerlitz, een dorp in de gemeente Zeist dat levens-

loopbestendig wil worden. Dankzij de coöperatie Austerlitz Zorgt kunnen ouderen met hulp van vrijwilligers zo lang mogelijk in het dorp blijven wonen. ‘Dat is mooi, maar we merken ook dat vereenzaming bij ouderen op de loer ligt’, vertelt Christianne van den Broek. Met plannen om samen te tuinieren, muziek te maken, te bewegen of in golfkarretjes ouderen op te halen en naar de buurtsuper of evenementen te rijden, verkent Austerlitz Zorgt de mogelijkheden om verschillende generaties met elkaar in contact te brengen. Nieuwland, een Vinexwijk aan de noordkant van Amersfoort, achter de geluidswal langs de A1, lijkt op het eerste gezicht een totaal ander verhaal. Als vitale gepensioneerde bewoners hebben Odette Dankaart en Rob Croes met Buurtinitiatief Nieuw-

land van alles bedacht om hun wijk te vergroenen. Voor het vinden van medestanders bleken ze vooral op de basisscholen aangewezen. 'De meerderheid van de bewoners in onze wijk behoort tot de generatie van de hoogopgeleide tweeverdieners die overdag weinig tijd hebben om iets in de wijk te doen', stelt Rob Croes. Hij verwacht dat het aantal ouderen in de toekomst naar verhouding sterk toeneemt omdat de jongeren vertrekken. 'Door het project zien we nu allerlei mogelijkheden om activiteiten voor jong en oud te combineren.'

Leefbaarheid vergroten

Wat bewonersorganisaties kunnen doen om de generaties in hun wijk of dorp meer met elkaar te verbinden, staat centraal in het project Generaties verbinden, buurtkracht vinden dat Kees Penninx van ActivAge eind 2017 heeft opgezet in samenwerking met Heleen André de la Porte van Omzien naar elkaar en Froukje Hajer van Kind, spel en ruimte. Financiële steun kregen ze van de fondsen Sluyterman van Loo en RCOAK. Na een eerste bijeenkomst met belangstellenden uit zes gemeenten zijn in 2018 uiteindelijk de drie experimenten in Austerlitz, Nieuwland en Vreeswijk van start gegaan. Een belangrijke actuele aanleiding voor Generaties verbinden, buurtkracht vinden is de steeds grotere rol die bewonersinitiatieven als gevolg van de decentralisatie van zorg en welzijn zijn gaan spelen in de leefbaarheid van wijken en dorpen. Bekend is dat het verbinden van generaties kan bijdragen aan een positievere onderlinge beeldvorming en jong en oud kan stimuleren om mee te doen en voor elkaar van betekenis te zijn in hun eigen omgeving. Het ligt daarom voor de hand om intergenerationele contacten in te zetten ter versterking van bewonersinitiatieven. Maar hoe doe je dat, zeker als je niet verzekerd bent van de steun van professionals?

Intergenerationele bril

Door mee te doen aan een project als Generaties verbinden, buurtkracht vinden. Op de gezamenlijke startdag ontdekten belangstellende bewonersinitiatieven wat het betekent om door een intergenerationele bril naar hun wijk te kijken. Er leven verschillende generaties die, eenmaal verbonden, enorm veel voor elkaar kunnen betekenen. Om te ontdekken wat je daarmee kunt doen in de wijk, kregen ze een praktische workshop op maat en ondersteuning bij de realisatie van hun plannen op hun eigen locatie. Vervolgens gingen ze zelf aan de slag. Eind november 2018 maakten ze samen met de projectbegeleiders de eerste balans op. Ondanks de verschillen per locatie, blijkt het vliegwiel voor het organiseren van intergenerationele activiteiten overal flink te draaien.

Vreeswijk: samen aan de afwas

Vier jaar geleden namen bewoners de verantwoordelijkheid voor Dorpshuis Fort Vreeswijk over van een welzijnsorganisatie. De Werkgroep KomFort die verantwoordelijk is voor de programmering, zag in het project Generaties verbinden, buurtkracht vinden een mooie kans om de ambitie voor 2018 kracht bij te zetten: de uitstraling van het dorpshuis veranderen door meer kinderen en jongeren en meer mensen met een andere culturele achtergrond binnen te halen, vertelt bewoonster Monique de Beer. 'Het project was voor ons een extra duwtje in de rug om ons plan voor de Wereldkeuken uit te voeren: vier workshops waarin tieners vier verschillende keukens leerden kennen van koks uit het dorp en op de vijfde avond hun ouders konden uitnodigen om mee te eten. Toen ik een Koerdische vrouw die een workshop had verzorgd tijdens de afwas druk in gesprek zag met een Nederlandse jongen, wist ik dat het werkte.' Ook vrijwilligster Dorien van Gameren zag direct effect: 'Mijn dochter die meedeed heeft alles gegeven, ook dingen die ze vroeger nooit wilde proeven.'



Zelfs de hoop dat de koks door de activiteit meer zouden worden opgenomen in de gemeenschap bleek niet ongegrond, vertelt Monique de Beer vol trots. 'Een jonge Vietnamese vrouw met twee kinderen die een internationale koksopleiding heeft gevolgd en meedeed aan de Wereldkeuken, gaat voortaan koken in het plaatselijke eetcafé dat zonder kok zat. Ze wordt daar nu in de watten gelegd.' Via de scholen en de eigen dorpskrant wordt de agenda van het Dorpshuis goed verspreid en komen er ook steeds meer ouders binnen. 'We hebben inmiddels een goede mix van bewoners van alle leeftijden en een bloeiend vrijwilligersleven,' constateert Dorien van Gameren.

Austerlitz: plezier als sleutel

Door het bestaan van Austerlitz Zorgt lijken de intergenerationele activiteiten in het dorp voor het oprapen te liggen. Zo werkte Bronja Versteeg vanuit haar onderwijsachtergrond het plan uit voor Austerlitz Tuiniert. 'Een kleine dorpschool



kan altijd hulp gebruiken. Daarom is het de bedoeling dat oudere dorpsbewoners samen met de kinderen de tuinbakken van de school gaan verzorgen en zo voorkomen dat die tijdens de vakanties verpieteren.' Dorpsgenote Christianne van den Broek van Austerlitz Zorgt verwelkomde het idee van een jonge muziekleraar uit het dorp om bij belangstellende ouderen thuis iets met muziek te doen. Zo ontstond Austerlitz Maakt Muziek. De eerste ervaringen zijn positief.

'Toen die musicus met een enthousiast verhaal terugkwam, bevestigde dat voor mij dat we met iets goeds bezig zijn. Het sterkt mij in het idee dat de betrokkenen er op de eerste plaats zelf plezier in moeten hebben.' Ondertussen werkt Bronja Versteeg samen met een fysiotherapeut aan een plan voor een beweegtuintuin voor verschillende generaties in de buitenlucht, uiteraard onder de naam Austerlitz Beweegt. 'We zoeken een beweeginstallatie die aantrekkelijk is voor oud en jong en willen die dichtbij het toekomstige multifunctionele dorpscentrum combineren tot een nieuwe ontmoetingsplaats.'

Nieuwland: beginnen met een bankje

De Amersfoortse wijk Nieuwland is jong en vruchtbaar. De wijk heeft drie basisscholen. Voorzieningen voor ouderen zijn er echter nauwelijks, terwijl de wijk in de toekomst onherroepelijk vergrijsd wanneer de jongeren vertrekken. 'Veel ouderen hebben geen idee waar ze voor hulp of activiteiten terecht kunnen omdat alles tegenwoordig op internet staat', stelt Rob Croes.

Na een succesvolle boomplantactie in samenwerking met de scholen, is hij samen met zijn vrouw Odette Dankart en buurvrouw Margaretha Heimensen begonnen iets aan communicatie op papier te doen. Ze vullen een pagina met een activiteitenladder en persoonlijke verhalen in het huis-aan-huis-blad. Ook hebben ze plannen voor een gedrukte wijkgids waarmee belangrijke informatie ook de oudste generatie kan bereiken. Het wijkcentrum in Nieuwland is wegbezuinigd, maar het Buurtinitiatief kan nog wel rekenen op

een aantal professionals. 'We hebben één dag per week een wijknetwerker die goud waard is omdat ze iedereen met elkaar probeert te verbinden,' vertelt Odette Dankart. 'Ook zijn we blij met het team van Buurtzorg dat burenavonden in de wijk belegt en voor de communicatie bij ons wil aanhaken.' Tijdens de workshop van het project Generaties verbinden, buurtkracht vinden hebben bewoners samen met professionals van verschillende organisaties met behulp van een zogeheten 'wijkbewegingskaart' ontdekt dat diverse plekken in de wijk voor meer generaties interessant te maken zijn als plek om te bewegen.

Een moestuin die nu vooral door ouderen gebruikt wordt, blijkt geschikt te maken als leertuin voor schoolkinderen wanneer oudere bewoners



groepjes kinderen gaan lesgeven in het kweken van groenten. En een speelparkje waar nu vooral kinderen komen, is met een paar bankjes en een looproute gemakkelijk te ontsluiten voor ouderen. Odette Dankart ontdekte al eerder wat een bankje kan betekenen, dankzij een bedankbriefje van een moeder met een ernstig zieke zoon die op dat bankje samen met hem kon uitrusten. 'Aan zo'n bankje zit meteen een verhaal vast,' concludeert ze.

Een passende rolverdeling

Negen maanden na de start van het project Generaties verbinden, buurtkracht vinden blijken er allerlei nieuwe ideeën te zijn geboren die de komende jaren een vervolg moeten krijgen. Niet alles slaagt. Zo bleek het combineren van muzieklessen voor kinderen en ouderen in Dorpshuis Fort Vreeswijk geen succes. 'Na twee keer bleven de volwassenen weg omdat de kleine kinderen teveel aandacht vroegen. Daarom zijn we ermee gestopt,' vertelt Monique de Beer. Een van de deelnemende volwassenen bood zich spontaan aan als vrijwilliger voor het project en kreeg daardoor een duidelijke rol. Conclusie: zorg tijdens intergenerationele activiteiten voor een passende rolverdeling, waarbij jong en oud iets voor elkaar kunnen betekenen. Op die basis hoopt Monique de Beer volgend jaar ouderen te vinden voor Droomstart, een project

waarin ze jongeren wegwijs maken in de mogelijkheden qua opleiding en werk waar ze van huis uit niet mee in aanraking komen.

Ook in het zorgzame Austerlitz zit wel eens wat tegen. Het blijkt niet zo eenvoudig om met golfkarretjes de openbare weg op te gaan. Het dorp is geen Sun City, het Amerikaanse seniorenparadijs dat zelfs aparte snelwegen voor golfkarretjes heeft. Wel heeft Austerlitz meer kans op intergenerationele contacten dan Sun City. De jongeren in het dorp zien het namelijk wel zitten om ouderen rond te rijden met golfkarretjes. Buurtinitiatief Nieuwland kreeg voor het intergenerationeel beweegproject veel organisaties aan zijn zij. Toch waarschuwt Rob Croes voor overmoed. 'Somme bewoners vinden dat de gemeente alles voor hen moet regelen en zijn daarom erg afwachtend.' Voorlopig valt er vooral bevrediging te halen uit kleine persoonlijke successen in de ruimtelijke inrichting van de wijk. Zonder nieuwe ontmoetingsplekken voor verschillende generaties is er in Nieuwland weinig te beginnen.

Buitenboordmotor

Ook al is intergenerationeel werken altijd maatwerk, het nut van het meedoen aan Generaties verbinden, buurtkracht vinden staat voor de deelnemende bewonersinitiatieven buiten kijf. Het besef dat kinderen en ouderen 'grootverbruikers van de wijk' zijn, helpt actieve bewoners nieuwe mogelijkheden te zien. 'De externe begeleiding vanuit het project was voor ons een soort buitenboordmotor, die zorgde voor de continuïteit, ons alert maakte op het belang van het inzetten van eigen kracht en onze droomprocessen stimuleerde,' stelt Christianne van den Broek van Austerlitz Zorgt. In Vreeswijk sluit het meedoen aan het project naadloos aan bij het eerder gekozen uitgangspunt van de bewoners die het dorpshuis hebben overgenomen, vindt Monique de Beer. 'We worden bevestigd in de gedachte dat we vooral moeten investeren in persoonlijke contacten om ervoor te zorgen dat het dorpshuis een plek wordt waar iedere generatie zich welkom en gekend voelt.' Odette Dankaart uit Nieuwland, die al bepaald niet om daadkracht verlegen zat, voelt zich dankzij het project nog steviger in haar schoenen staan: 'Door de workshop hebben we echt plezier gekregen in het laten werken van onze fantasie.' Haar buurvrouw Margaretha Heimensen noemt een concreet voorbeeld van het kijken door de intergenerationele bril: 'Bij het organiseren van de jaarlijkse lichtjestocht vroegen we ons dit jaar ineens af waarom die alleen voor kinderen was. Waarom eigenlijk? Voortaan gaan we daar dus ook ouderen voor uitnodigen.'

