

BETEKENISVOL CONTACT TUSSEN GENERATIES HEEFT POSITIEF EFFECT OP DE ZORG EN DE SAMENLEVING

Samen Ouder Worden is een leer-en ontwikkelprogramma van NOV – Vereniging Nederlandse Organisaties Vrijwilligerswerk – waarin kennis delen en kennis ontwikkelen centraal staat. Mensen bewust laten maken van de meerwaarde van contact tussen verschillende leeftijdsgroepen is een van de doelen van Samen Ouder Worden. Petra van Loon geeft samen met tien partners, een programmateam en programmamedewerkers, invulling aan de landelijke programma's van Samen ouder worden, die gefinancierd worden door VWS. Een initiatief van Samen Ouder Worden is de Coalitie Intergenerationeel Contact. De coalitie is afgelopen zomer van start gegaan en inspireert en organiseert contact tussen oud en jong.



Er is veel berichtgeving over de verouderende samenleving en vooral de problemen die dit met zich meebrengt, en dat we gaan vastlopen in de zorg. Ouderen worden aangezet om over hun oude dag na te denken en zich hierop voor te bereiden. "Het is belangrijk dat er vandaag over morgen wordt gepraat, maar wij zeggen dat dit niet kan zonder de andere generaties, zeker als we in 2024 bijna 5 miljoen mensen hebben die 65 jaar of ouder zijn.

Het kan niet zo zijn dat alleen deze groep nadenkt over hoe we dit gaan inrichten. Dit moet met de jongere generaties – de ouderen van de toekomst – en daarmee bedoel ik de leeftijd vanaf 12 jaar tot 30 jaar. Hoe houden we de solidariteit in wijken en buurten op lange termijn overeind? Uiteindelijk zullen die jongeren moeten zorgen dat er geld komt, want zij zullen moeten blijven werken. En krijgen zij ook een rol in dat zorgen, want dat moet thuis gebeuren. Dus we moeten samen gaan nadenken over hoe we dit gaan doen."

Ouderen als bron

Coalitie intergenerationeel contact ziet juist de potentie, de kracht en de mogelijkheden die ouderen en senioren hebben voor de samenleving. "Wij zien ouderen als bron. Wij willen het contact tussen jong en oud versterken en doen dit via verschillende activiteiten, waar verschillende generaties elkaar kunnen ontmoeten en over onderwerpen als de zorg met elkaar in gesprek gaan.

Contact tussen generaties boosten

De coalitie bestaat uit uit zeven partners: vrijwilligersorganisaties en sociaal ondernemers – Genero: het netwerk voor ouderenparticipatie in de regio Zuidwest- Nederland, Stichting Oud Geleerd Jong Gedaan (OGJG): colleges voor senioren gegeven door studenten, Stichting Vier het Leven: organiseert culturele activiteiten voor ouderen waarbij alles is geregeld om zorgeloos te genieten,

TijdVoorActie: inspireert, activeert en ondersteunt organisaties bij duurzame betrokkenheid van jongeren en We Care to DisGover: leidt trainees op tot zorgvernieuwer van de toekomst.

Club Goud is een feel good innovator. Samen met senioren en ouderenzorgorganisaties creëert Club Goud gouden momenten die inspireren, ontroeren en zin geven. De zevende partner is Samen Ouder Worden. Dit zijn alle partijen die in het veld activiteiten en ontmoetingen organiseren tussen de verschillende generaties. Petra: "We willen anderen inspireren om het contact tussen generaties een boost te geven."

Verbinding vanuit uitwisseling

Maakt niet uit hoe jong of oud je bent. Het gaat over gezien, gehoord en gewaardeerd voelen en de behoefte om bij te dragen. "Vaak weten ouderen niet meer de weg te vinden in de maatschappij, en precies hetzelfde is aan de hand voor jongeren. Als je jong en oud bij elkaar brengt en ouderen laat vertellen over waar ze nu in het leven staan en welke tegenslagen ze zijn tegen gekomen en hoe ze daarmee gedeald hebben, krijg je hele mooie gesprekken. Jongeren maken ook van alles mee en in die uitwisseling ontstaat er verbinding."

Het doel van Samen Ouder Worden is het delen van kennis, tools en werkvormen ontwikkelen, zodat anderen op allerlei plekken in het land met het thema aan de slag kunnen. Daarnaast is het doel het agenderen van het onderwerp en het belang dat er contact is tussen de generaties. "Ik probeer dit ook bij VWS op de kaart te zetten. Als het gaat over de campagne 'Praat vandaag over morgen', dat gaat ook over het intergenerationeel contact."

Een brug slaan

De nadruk ligt vooral op contact tussen ouderen en mensen tussen de 12 en 30 jaar. Die groepen liggen ver uit elkaar en hebben vaak ook bepaalde beelden over elkaar wat ze wel of niet doen, en wat ze wel of niet zijn. "Als ze in contact komen, merken ze vaak dat ze die beelden ernstig moeten bijstellen. Daarom willen we juist een brug slaan tussen deze groepen. We mogen ons meer richten op de samenleving en het versterken van de sociale ecologie. Er zit veel potentie in mensen zelf. Daarom zetten wij tools in hoe je ontmoetingen en verbindingen kan organiseren."

Door intergenerationeel contact te integreren in de eerstelijnszorg en het sociaal werk, kunnen beide sectoren bijdragen aan het versterken van sociale verbindingen en wederzijds begrip in de samenleving. Door ontmoetingen tussen generaties te organiseren, kunnen ouderen en jongeren elkaar inspireren en versterken. Ouderen kunnen hun levenslessen en coping mechanismen delen, terwijl jongeren hen praktische ondersteuning bieden, zoals bij digitale vaardigheden of dagelijkse taken. Dit bevordert niet alleen de sociale cohesie, maar draagt ook bij aan wederzijds begrip en waardering.

Voordelen van van het opbouwen van relaties

Ook preventieprogramma's kunnen worden verrijkt met intergenerationeel contact. Jongeren en ouderen kampen vaak met vergelijkbare uitdagingen, zoals eenzaamheid of verlies van zingeving. Door hen samen te brengen in bijvoorbeeld gespreksgroepen of wandelactiviteiten, kunnen beide generaties mentaal en fysiek worden ondersteund. Het delen van ervaringen en het opbouwen van relaties kan bijdragen aan het doorbreken van negatieve denkpatronen en het versterken van veerkracht.

Daarnaast kunnen samenwerkingen met initiatieven zoals de [Coalitie Intergenerationeel Contact](#) inspireren en ondersteunen. Door gebruik te maken van bewezen werkvormen en praktijkvoorbeelden kunnen zorg- en welzijnsprofessionals nieuwe inzichten opdoen en intergenerationele programma's op maat ontwikkelen. Zo ontstaat er een krachtig netwerk waarin generaties elkaar ontmoeten en versterken, met positieve effecten voor zowel de zorg als de samenleving.