






# Positieve Gezondheid

## Samen Ouder Worden in Roosendaal

Positieve Gezondheid is het verbindende thema geweest van een krachtige coalitie van maatschappelijke organisaties. Het gedachtengoed is breed geland: om oog te hebben voor wat er wel is, waar ouderen blij van worden, wat ze te geven hebben en zelf kunnen bijdragen.

### DOELEN

-  **Eenzaamheid** onder ouderen **doorbreken**
-  Ouderen mogelijkheden bieden om **vitale** oud te worden
-  De **wensen en behoeften** van ouderen **leidend** maken en daar als vrijwilligersorganisaties nog beter op aansluiten
-  **Verbinden van generaties**, om elkaar te helpen en van elkaar te leren
-  **Actief delen** van de **resultaten en ervaringen** met partners in het werkveld



### GLANS MOMENTEN

#### **Positieve samenwerking**









Rondom Positieve Gezondheid is een samenwerking ontstaan van de drie grootste vrijwilligersorganisaties in Roosendaal. Hiermee is een mooie manier gevonden om op een open en brede manier met ouderen in gesprek te gaan. Werken vanuit wat er wel is, waar mensen blij van worden en wat mensen zouden willen veranderen.

Er zijn drie trainers Positieve Gezondheid opgeleid die gezamenlijk workshops en trainingen geven aan inwoners en vrijwilligers. Deze samenwerking van trainers uit de drie organisaties heeft ertoe geleid dat op het thema Eenzaamheid gezamenlijk kennis is versterkt. Samen is een nieuwe vrijwilligerstraining ontwikkeld: 'In gesprek over eenzaamheid', waarmee vrijwilligers op een betere manier in gesprek kunnen met ouderen als er sprake is van eenzaamheid.



### LINKS

-  [Artikel Vrijwillige inzet in Roosendaal](#)
-  [Positieve Gezondheid via Roosendaal voor Elkaar](#)

### ACTIVITEITEN

-  **Vormen** van een 'coalition of the willing' bestaande uit o.a. de GGD, WijZijn Traverse, Curio, Humanitas, Avans Associate Degree, Cultuur Compaan, Protestantse kerk, Alwel, gemeente en Social Klus.
-  **Workshops en trainingen** voor samenwerkingspartners, o.a. Levensluister, Zingeving, Waarderende gespreksvoering, Jong Oud verbinden, Community building, Samenkracht
-  **Positieve Gezondheid**: 3 trainers opgeleid, 35 vrijwilligers getraind, 20 workshops aan inwoners en organisaties
-  Online **Informatiepagina** Positieve Gezondheid en folder
-  In **Bloemenflats Burgerhout** ruim 200 bewoners uitgenodigd voor een gesprek Positieve Gezondheid en **30 gesprekken** gevoerd met oudere bewoners.
-  In **Netwerk Eenzaamheid Roosendaal** Positieve Gezondheid geïntroduceerd
-  **De Samen Ouder Worden-werkgroep** Jong en Oud verbinden is overgegaan in de **NER-werkgroep jongeren**
-  Start **Sociaal Vitaal in Kleur** in samenwerking met o.a. de Turkse en Marokkaanse Moskee

### CONTACT

-  Het traject in Roosendaal is uitgevoerd door [Humanitas West-Brabant West](#)
-  Heb je vragen over Samen Ouder Worden of dit traject: [algemeen@nov.nl](mailto:algemeen@nov.nl)

## OOGST

### ★ **Verbinding tussen generaties**

Bij de start van Samen Ouder Worden is een werkgroep gevormd vanuit jongerenwerk, Cultuur Compaan, MBO, HBO, de kerk, enkele oudere vrijwilligers en een aantal jongeren. Ondanks dat de werkgroep na 1 jaar is gestopt vanwege uitblijvend succes, wilden de partners elkaar wel blijven ontmoeten. De meerwaarde van verbinding met zoveel diverse partners inspireerde. Vanuit die verbinding is de werkgroep overgegaan in de jongerenwerkgroep van het Netwerk Eenzaamheid Roosendaal waarin we, wederom vanuit het gedachtegoed van Positieve Gezondheid, met jongeren in gesprek gaan over eenzaamheid en meedoen. Op de achtergrond houden we oog voor mogelijkheden van intergenerationeel contact, bijvoorbeeld vanuit Youth Goals, jongerenwerk en Buurtopbouwwerk.

### ★ **Migrantenouderen**

Vanuit het Netwerk Eenzaamheid Roosendaal is gestart met het programma 'Sociaal Vitaal in Kleur' speciaal voor ouderen met een migratieachtergrond. Hierbij gaat het om een combinatie van bewegen, vitaliteit, ontmoeten en samen eten en samen in gesprek. Ook hier staat het brede gedachtegoed van Positieve Gezondheid centraal. Deze doelgroep konden zowel vrijwilligers- als beroepsorganisaties moeilijk bereiken. Het bestaande hulpaanbod sluit niet aan bij de wensen. Wel is bekend dat er vaak gevoelens van eenzaamheid worden ervaren onder ouderen met een migratieachtergrond. Met NOOM is er een mooie kruisbestuiving gekomen. De uitdaging wordt nu om ook vrijwilligers en sleutelpersonen uit de eigen gemeenschappen te gaan betrekken.

## LESSEN

- 🎓 Positieve Gezondheid is een krachtig uitgangspunt waarmee mensen anders naar zichzelf en naar anderen leren kijken
- 🎓 Positieve Gezondheid draagt bij aan een positieve beeldvorming over ouderen
- 🎓 Als je een beweging op gang wilt helpen, moet je zorgen dat zoveel mogelijk mensen een bijdrage kunnen leveren die bij hen past en aantrekkelijk is
- 🎓 Kijken naar wat samen kan, in plaats van ieder vanuit de eigen organisatie, heeft plezier in het meedoen aangewakkerd.

## LOKALE AANPAK

🔑 De aanpak in Roosendaal was gebaseerd op een aantal uitgangspunten, waarbij Positieve Gezondheid het belangrijkste inhoudelijke uitgangspunt was en de werkwijze met de **coalition of the willing** het belangrijkste procesmatige uitgangspunt. Nadat we een verbindende en startbijeenkomst met 22 collega's uit 12 lokale organisaties (het startpunt van de coalitie), zijn we in diverse deelverbanden met elkaar gaan samenwerken en nieuwe dingen gaan ondernemen. De verbindende elementen waren Positieve gezondheid en het programma Samen Ouder Worden, maar het **eigenaarschap** lag bij de verschillende coalitiepartners. Met deze aanpak heeft groot aantal activiteiten plaatsgevonden, zijn er nieuwe duurzame samenwerkingsverbanden ontstaan, is Positieve Gezondheid op de kaart gezet en is, mede daardoor, de beeldvorming rondom ouderen positief bijgesteld.

## Hoe gaat het met je?



Als je aan jouw gezondheid denkt, wat vind je dan belangrijk?

Ontdek in deze folder wat je nodig hebt om positief gezond te blijven!



**SAMEN  
OUDER  
WORDEN**