

Een fijne plek om actief ouder te worden

Samen Ouder Worden in Dronten

Op tal van plekken in Dronten zijn ouderen en andere belanghebbenden op een interactieve manier betrokken bij de vraag of Dronten een fijne plek is om oud te worden. Bestaande initiatieven zijn met elkaar in verbinding gebracht, wat heeft geleid tot een overkoepelende organisatie MeerSamen, met meer mogelijkheden en slagkracht voor alle leeftijden.

GLANS MOMENTEN

MeerSamen en de Dag van Ouderen

De oprichting van MeerSamen, als een overkoepelende organisatie voor alle burgerinitiatieven, is de volgende stap om inwoners van Dronten te betrekken bij activiteiten. Tijdens de Dag van de Ouderen kunnen ouderen, mensen bevragen over diensten, activiteiten, producten en elkaar ontmoeten. Niet doorverwezen worden naar een website, maar echt contact. Ook de deelnemende organisaties waarderen dit enorm.

Schrijven en bellen

Het Schrijfatelier is een activiteit voor ouderen die misschien niet meteen veel vertellen, maar het wel kunnen beschrijven in hun eigen tempo en het later ook kunnen delen met anderen. De Belcirkel is ontstaan tijdens de coronacrisis om contact tussen ouderen mogelijk te maken. Deze laagdrempelige manier gaat door en biedt houvast voor ouderen in mooie en moeilijke tijden.



DOELEN

- 👥 Dronten is een fijne plek om ouder te worden **door scherp te blijven** op wat hiervoor nodig is
- 👥 Ouderen **betrekken bij beleid en vrijwillige inzet** door het samenwerkingsverband MeerSamen in te stellen
- 👥 **Jongeren bewust maken** wat ouder worden betekent door contact via activiteiten of stage

ACTIVITEITEN

- 👥 **Samenwerking** gezocht met seniorennetwerk De Bijenkorf
- 👥 **Onderzoek onder Drontenaren** in samenwerking met de bibliotheek en brief met aanbevelingen vanuit De Bijenkorf naar alle politieke partijen
- 👥 Organisatie **Bouwbijeenkomst** van waaruit een werkgroep 75+ en werkgroep mantelzorg actief werden
- 👥 Behoeftedonderzoek naar **belcirkels**, een interview over **belang van verbinding** via een belcirkel en een **handleiding** voor het opzetten van een belcirkel
- 👥 **Oprichting coalitie** SamenEén en Stichting MeerSamen
- 👥 Organiseren van **Dag van de Ouderen** en Dag van de Denksporten i.s.m. werkgroepen
- 👥 **Activiteiten** vanuit de werkgroep 75+ opgezet o.a. het schrijven van je levensverhaal, een e-mailadres opzetten, Positieve Gezondheid, geestelijke verzorging aan huis.

OOGST

★ Zingeving

Zingeving vormde de rode draad waarin met ouderen werd gekeken naar manieren om plezierig ouder te worden. Onze ervaringen en ideeën over het belang van ontmoeting en betekenisvol contact resulteerde in een ondersteunend werkboek vol verschillende materialen en inspirerende methodes waarmee een vrijwilliger of afdeling op eenvoudige wijze het gesprek over alledaagse zingeving tot stand kan brengen.

★ Lokaal samenwerken

Er zijn veel lokale partijen die hun steentje hebben bijgedragen. De enquêteformulieren voor de belcirkel mochten bijvoorbeeld ingeleverd worden bij de lokale bakker. Lokale restaurants stelden ruimte beschikbaar voor de koffiebijeenkomsten. De kerken die ruimte beschikbaar stelden, de geestelijk verzorgers die groepsgesprekken organiseerden. Lokale organisaties die gezamenlijk de belcirkels hebben opgezet om een dekkend netwerk te kunnen bieden.

★ Verbinding tussen generaties



Vanuit de Bijenkorf heeft de oudere generatie gezocht naar jongere vrijwilligers voor het bestuur van MeerSamen. MeerSamen is juist voor alle generaties.

LINKS




 www.meersamen.nu

 www.seniorendronten.nl

CONTACT

-  Het traject in Dronten is uitgevoerd door KBO-PCOB
-  Heb je vragen over Samen Ouder Worden of dit traject: algemeen@nov.nl

LESSEN

-  Organisaties willen graag hun steentje aan een gezamenlijk plan of activiteit bijdragen, maar niet de kar trekken.
-  Het is goed als de vrijwilligers zelf in hun netwerk zoeken naar iemand die een generatie jonger is.
-  Leren omgaan met verlies en rouw doordat oudere vrijwilligers sterven, is wezenlijk voor alle betrokkenen.

LOKALE AANPAK

-  Dronten kende al een **goed georganiseerd en actief netwerk** van maatschappelijke organisaties en ouderen. Daarop aansluiten en samen optrekken leidde tot veel nieuwe acties en versterking van de samenwerking. Via werkgroepen zijn vrijwilligers gezocht die de verbinding konden leggen tussen signalering, netwerkvergroting en passend aanbod. Hen werd gevraagd om de groeiende groep ouderen in contact te brengen met zingevende activiteiten of de nodige ondersteuning.



**SAMEN
OUDER
WORDEN**