



Lineke Nienhuis en Ineke McGuigan

“Mensen een duwtje geven”

Interview met Ineke McGuigan en Lineke Nienhuis, nieuwe trainers van Ongekend talent en Inspirerend Toekomstbeeld

In mei en juni ontvingen zestien 55-plussers hun certificaat als trainer van de cursus ‘Inspirerend Toekomstbeeld’ of de cursus ‘Ongekend Talent’ van Pluspunt. De kersverse trainers zijn er helemaal klaar voor om zelf cursussen te geven. Nieuws-Punt sprak met Ineke McGuigan, trainer van Ongekend Talent en Lineke Nienhuis, trainer van Inspirerend Toekomstbeeld.

Lineke Nienhuis (66) is werkzaam geweest op het terrein van de geestelijke gezondheidszorg en de communicatie. Op de vraag waarom ze zich heeft opgegeven voor de train-de-trainers cursus Inspirerend Toekomstbeeld zegt ze: “Ik vind het van belang dat mensen zich bewust zijn van hun eigen kracht. Soms hebben mensen een duwtje nodig om dit weer te ontdekken. Inspirerend Toekomstbeeld heeft te maken met die eigen kracht en

ik denk dat de cursus mensen dat duwtje kan geven.”

Ineke McGuigan (63) was leerkracht in het basisonderwijs. Haar reden om zich op te geven voor de train-de-trainers cursus Ongekend Talent is prozaïscher zoals ze zelf zegt. “Ik was al een tijdje op zoek naar iets om te gaan doen, maar wist niet wat. Ik was bij het Gilde langs geweest omdat ik Nederlands wilde geven aan buitenlanders, maar dat was alleen mogelijk in

ACTIVITEITEN

13 september

Cursusmarkt
Bibliotheektheater, Rotterdam

25 september

Expertmeeting Ongekend Talent
LCC Musica, Rotterdam

8 oktober

Themabijeenkomst over Gelukkig Ouder Worden
Bibliotheektheater, Rotterdam

22-26 oktober

55 Plus Expo
Ahoy, Rotterdam

29 oktober

Themabijeenkomst over Gelukkig Ouder Worden
Bibliotheektheater, Rotterdam

Pluspunt wenst u een zonnige zomer toe!

Pluspunt is beperkt bereikbaar van 11 tot en met 15 augustus.



Interview met Ineke McGuigan en Lineke Nienhuis	1
Kleur Bekennen, Kunst Verkennen	3
Column	4
IM Hans Weterman	4
Korte berichten	5
Berichten van SoZaWe	8

Colofon

NIEUWS-PUNT 81
juli 2008

Deadline nr. 82
1 september 2008

Bijdragen: medewerkers Pluspunt
Eindredactie: Willy Hilverda
Vormgeving: Bureau Karakter, Arnhem
Druk: De Nieuwe Grafische, Rotterdam
oplage: 1.200

NIEUWS-PUNT is een uitgave van Pluspunt, expertisecentrum voor senioren en participatie.

Pluspunt

Ungerplein 2, flat 25
3033 BR Rotterdam
tel. 010 - 467 17 11
fax 010 - 465 38 85
info@pluspuntrotterdam.nl

www.pluspuntrotterdam.nl

Postbanknummer 0349645
t.n.v. Pluspunt, Rotterdam

Medewerkers

Heili Bassa, directeur
h.bassa@pluspuntrotterdam.nl

Anneke Boer
a.boer@pluspuntrotterdam.nl

Astorita Burleson
a.burleson@pluspuntrotterdam.nl

Willy Hilverda
w.hilverda@pluspuntrotterdam.nl

Anja Moll
a.moll@pluspuntrotterdam.nl

Güler Toprak
g.toprak@pluspuntrotterdam.nl

Liesbeth van Well
l.vanwell@pluspuntrotterdam.nl

Secretariaat

Lia Henderson, Zeynep Senel,
Audrey de Zanger
info@pluspuntrotterdam.nl

een-op-een situaties en ik wilde iets met groepen. Zo kwam ik terecht bij Ongekend Talent.” Ineke McGuigan heeft ervaring met het werken met groepen, Lineke Nienhuis niet. “Dat is nu voor mij de uitdaging,” zegt ze, “om coachend met een groep te werken.”

Je merkt in de praktijk pas of iets werkt

Beide train-de-trainers cursussen waren een intensief traject. Lineke Nienhuis: “Ik heb vooral een aantal methodieken aangereikt gekregen die je kunt gebruiken om mensen zich bewust te laten worden van wat ze willen en kunnen. Die methodieken waren niet nieuw voor me, het was meer dat ik tijdens de cursus werd bevestigd in wat ik onbewust altijd al heb toegepast.” Ineke McGuigan vindt het moeilijker om te formuleren wat ze heeft geleerd. “Ik heb ook methodieken geleerd, maar denk dat je pas in de praktijk merkt of deze werken. Ook moet je je lessen steeds weer aanpassen aan de groep die je voor je hebt. Dit soort cursussen zijn natuurlijk heel anders dan wat ik gewend was in het basisonderwijs. Daar is alles heel gestructureerd en is twee keer twee altijd vier. Bij een cursus Ongekend Talent zal twee keer twee ook wel eens zes zijn.”

Mensen moeten het zelf ontdekken

De trainers hebben methodieken en vaardigheden geleerd, maar hebben ze ook iets af moeten leren? Ineke McGuigan: “Ik moet afleren dat ik mensen iets moet leren. Dat is moeilijk voor me, want het onderwijzen zit me natuurlijk in het bloed.” Voor de cursus Inspirerend Toekomstbeeld geldt hetzelfde, vertelt Lineke Nienhuis: “Je moet het mensen zelf laten ontdekken, je moet het ze niet voorzeggen.”

Leeftijd speelt geen rol

Beiden hopen natuurlijk dat ze de deelnemers van de cursussen een duwtje in de rug kunnen geven. Lineke Nienhuis: “Ik hoop dat ze

in de loop van de cursus Inspirerend Toekomstbeeld heel enthousiast raken en weer van alles gaan uitproberen. Ik hoop vooral dat mensen zich ervan bewust worden dat leeftijd geen rol speelt bij het ondernemen van nieuwe activiteiten.”

“Ik hoop dat aan het eind van de vijf bijeenkomsten van de cursus Ongekend Talent er een aantal mensen is dat iets op gaat pakken,” zegt Ineke McGuigan. “Dat een aantal denkt: Hé, ik had nooit gedacht dat ik dit zou kunnen en dan daadwerkelijk stappen onderneemt.”

Ze zijn allebei overtuigd van het belang van de cursussen. Ineke McGuigan: “Vaak zien mensen hun eigen vaardigheden helemaal niet als een talent. De cursus helpt hen hun talent te ontdekken en vervolgens te kijken wat ze ermee kunnen. Zo kan iemand die altijd veel heeft genaaid of geborduurd misschien cursussen gaan geven in het buurthuis.” Lineke Nienhuis: “Karen Duys van het CDA zei een tijdje geleden dat talent en ervaring niet verloren moeten gaan. Dat vind ik ook en daar dragen deze cursussen van Pluspunt toe bij.”

CURSUSSEN

Bent u geïnteresseerd in een cursus Inspirerend Toekomstbeeld of Ongekend Talent, neem dan contact op met Pluspunt voor nadere informatie.

THEMABIJEENKOMSTEN

Op 8 en 29 oktober organiseert Pluspunt in het Bibliotheektheater twee themabijeenkomsten onder de titel Gelukkig Ouder Worden. Op 8 oktober staat Inspirerend Toekomstbeeld centraal, op 29 oktober Ongekend Talent. Voor meer informatie zie elders in dit nummer.

Inspirerend Toekomstbeeld Informatie: Anneke Boer**Ongekend Talent Informatie: Astorita Burleson**

“Met een bus kun je overal naar toe”

Kleur Bekennen, Kunst Verkennen gaat van start

Onlangs gaf het bestuur van Pluspunt groen licht om van start te gaan met het project Kleur Bekennen, Kunst Verkennen. Met het project wil Pluspunt jong en oud elkaar laten ontmoeten en zo vooroordelen wegnemen. En Pluspunt wil laten zien dat al die verschillende culturen een enorme verrijking voor ons land betekenen. Een gesprek met initiator en drijvende kracht achter dit project. Liesbeth van Well, werkzaam bij Pluspunt als projectleider van Verhalenderwijs.

Pluspunt heeft een bus aangeschaft, waarom?

De bus hoort bij het project Kleur Bekennen, Kunst Verkennen waarmee we door middel van kunst mensen kennis laten maken met verschillende culturen in Nederland. Met een bus kun je overal naar toe. Je kunt een tentoonstelling naar de mensen toe brengen, in dit geval naar ouderen en jongeren.

Een tentoonstelling in een bus?

De bus die we hebben aangeschaft is een Connexxionbus uit 1996, een gewone rechttoe-rechtaan bus. De bus wordt helemaal gestript en er komt een nieuw interieur in, een bioscoopruimte en een expositieruimte. We hebben een sponsor gevonden, Talboom BV uit Breda, die voor ons de plexiglazen banken maken waarop het publiek kan zitten en vitrines voor de kunstvoorwerpen.

Wat krijgen de bezoekers te zien?

Ze krijgen vier korte filmpjes te zien van gesprekken tussen grootouders uit niet-westerse culturen en hun kleinkinderen die in Nederland zijn opgegroeid. De kleinkinderen vragen hun grootouders onder meer wat ze uit hun eigen cultuur zouden willen doorgeven. Het blijkt dat kinderen met een migrantenachtergrond vaak weinig weten over hun eigen roots.

We willen graag het gesprek op gang brengen tussen de verschil-

lende generaties en laten zien dat je eigen culturele achtergrond heel waardevol is. Dat is dus het Kleur Bekennen uit de titel van het project.

Wat is dan het Kunst Verkennen?

De vier filmpjes zijn een inspiratiebron voor vier kunstenaars die ook een niet-westerse achtergrond hebben en die met verschillende materialen werken. Zij maken kunstwerken die in de bus tentoongesteld worden.

De bus wordt geparkeerd bij zorgcentra, zodat bewoners kunnen gaan kijken. De bus is toegankelijk voor rolstoelen. En de bus wordt ook geparkeerd bij middelbare scholen, zodat scholieren kunnen gaan kijken. Beide groepen hebben hun eigen programma. De jongeren gaan bijvoorbeeld op zoek naar de

links tussen de kunstwerken en de filmpjes.

Halverwege het traject ontmoeten oud en jong elkaar. De jongeren interviewen de ouderen en maken foto's van hen en de ouderen fotograferen de jongeren. Vervolgens maken de jongeren kunstwerken van de foto's en interviews. Die kunstwerken kunnen worden tentoongesteld op de scholen en in de zorgcentra.

Gaat de bus alleen in Rotterdam rijden?

Nee, ook Breda doet mee aan het project. Maar ook het museum Jan Cunen in Oss is geïnteresseerd en in Bergen op Zoom heeft men ook al belangstelling getoond. We streven ernaar dat de bus vanaf begin 2009 gaat rijden.

Informatie: Liesbeth van Well



Liesbeth van Well op zoek naar een geschikte bus, foto: Charlotte Akkermans

De SKVR-Schrijversschool organiseerde tijdens de Boekenweek samen met de Bibliotheek Rotterdam een columnschrijfwedstrijd met als thema 'Van oude mensen en dingen die voorbij gaan'. In dit nummer de column die de eerste prijs won.

Nooit te oud om te...

In eerste instantie zou ik balletdanseres worden. Bij het Nationaal Ballet, dansen met Russische ballerina's. In werkelijkheid kukelde ik al om tijdens de eerste pirouette bij de jaarlijkse dansvoorstelling. Ik was zes.

Na deze balletcarrière besloot ik het hogerop te zoeken en zou stewardess worden. De hele wereld zien en de mooiste oorden ontdekken. Nu bleek dit, in combinatie met vliegangst, minder haalbaar dan ik voor ogen had. Ik was tien.

Tien en overtuigd van het feit dat ik fotomodel zou worden. Logischer kon bijna niet. Toen ik, na het insturen van foto's naar een modellenbureau, nooit meer wat hoorde en achteraf ook besepte dat mijn gewicht niet helemaal in mijn voordeel was, besloot ik archeoloog te worden. Opgravingen doen. Botten vinden en ruïnes ontdekken. Wereldwijd zou ik te werk gaan. Mijn eigen grote fantasiewereld gaf me al de kans om graftombes te vinden. Mijn vakkenpakket wees mij echter een andere richting. Dus had ik bedacht ik dat ik beroemd zou worden. Hollywood zou bij me aan de deur staan. Zonder ook maar iets gedaan te hebben zou ik ontdekt worden en dat was volkomen terecht. "The actress from Holland, sensationable!" Een inschrijving bij de school voor drama en wat zweverigheid later, zwaaide ik op mijn achttiende Hollywood vaarwel.

Na wat studeren, werken en ervaren was het voor mij duidelijk, op zesentwintigjarige leeftijd zou ik getrouwd zijn en twee kinderen hebben. We zouden wonen aan de rand van de stad, in een oude stadswoning met een tuintje.

Nu ben ik eenendertig, single, geen kinderen en denkend aan een carrièreswitch. Ook denk ik binnen nu en vijf jaar een door mij geschreven stuk gepubliceerd te zien. Daarnaast maak ik dan bronzen beelden die ik laat gieten in Italië. Mijn beelden zullen geëxposeerd worden in verschillende galleries door het land.

Als ik veertig ben, verlang ik naar een stabiel, comfortabel leven, met een partner. Tegen de leeftijd van eenenvijftig zwijmel ik weg bij de gedachten aan een onbezorgd bestaan, mijn kinderen die iets moois doen en gelukkig zijn. En ik maak mooie plannen voor de toekomst. Zoals verre reizen maken met mijn man als ik in de zestig ben en de kinderen al een tijd uit huis zijn. Verder vliegen dan ik ooit gevlogen heb.

Rond de leeftijd van eenenzeventig droom ik van een groot feest voor mijn vijfenzeventigste verjaardag, met familie en vrienden. En mijn alleroudste-jongste vriendin komt als verrassing. Wanneer ik de prachtige leeftijd heb bereikt van tweeëntachtig, ben ik blij dat ik nog zo gezond ben en hoop ik mijn achterkleinkinderen te zien leren fietsen. Misschien fiets ik een stukje mee. Op mijn negentigste begrijp ik vast wel wat die nieuwe computerachtige dingen zijn en durf ik een keer mee te vliegen in de auto's die tegen die tijd net iets boven de weg zweven.

En wanneer ik vierennegentig ben weet ik het zeker, men is nooit te oud om te dromen.

Marlies Brinkman



In memoriam Hans Weterman

Op 25 mei overleed Hans Weterman op negentigjarige leeftijd. Hans Weterman was de eerste voorzitter van de Adviesraad van Pluspunt. In de ruim tien jaar dat hij dit was, heeft hij veel bijgedragen aan de opbouw en ontwikkeling van Pluspunt.

Hij was ook degene die een inhoudelijk voorbereidende rol heeft gehad bij het opzetten van de studiekringen bij Pluspunt. Deze studiekringen hebben een aantal jaren met succes gefunctioneerd. Hans Weterman was altijd bezig met nieuwe ontwikkelingen. Hij was actief betrokken bij het traject van de Communicatieve Zelfsturing dat eind jaren negentig werd ontwikkeld met een aantal zorgen welzijnsinstellingen en dat aan de wieg stond van de huidige Vrije Levensloop Academie.

Hans Weterman was een relaxte wijsgerig ingestelde persoon, die over de waan van de dag heen kon kijken. Hij had een visionaire blik. Hij was een rolmodel voor hoe je tot op hoge leeftijd geestelijk kunt groeien en actief kunt zijn. Hij was iemand die anderen keer op keer kon inspireren en waar iedereen geboeid naar luisterde.

Hij heeft ons vele mooie woorden en gedachten nagelaten en daar zijn wij hem dankbaar voor.

Wij wensen zijn vrouw en dierbaren veel sterkte met het gemis.

*Namens bestuur en team van Pluspunt,
Heili Bassa, directeur*

Themabijeenkomsten Gelukkig Ouder Worden

In oktober organiseert Pluspunt twee themabijeenkomsten over het thema Gelukkig Ouder Worden. De themabijeenkomsten vinden plaats in het Bibliotheektheater.

Een goede lichamelijke en geestelijke gezondheid is nog geen waarborg voor 'gelukkig ouder worden'. Met twee cursussen biedt Pluspunt handvatten om gelukkiger door het leven te gaan: Inspirerend Toekomstbeeld en Ongekend Talent.

Woensdag 8 oktober

De schrijver Wim van Kreijl van het boek 'Gelukkig ouder worden' geeft een handreiking over de wijze waarop senioren, zoals hij zelf zegt, zonniger door het leven kunnen stappen.

Aan de hand van voorbeelden vertelt hij hoe u vitaliteit van lichaam en geest zelf kunt beïnvloeden. Wim van Kreijl is initiatiefnemer van en nauw betrokken bij allerlei vormen van ouderenwerk.

Inspirerend Toekomstbeeld is een methode die u helpt inzicht te krijgen in wie u was, wie u bent en wie u wilt worden. Ook wordt gekeken of u een realistisch beeld heeft van wie u wilt worden. Misschien wilt u wel eigenaar worden van een groot duur huis. Als uw financiële positie dit niet toelaat, is het wellicht mogelijk om te kijken naar: Waarom wil ik dit grote dure huis en welk alternatief is er voor mij? Als hier duidelijkheid over is, komt de volgende stap. Hoe realiseer ik dit voor mijzelf?

Woensdag 29 oktober

Senioren, 50-plussers, die voor de pensioengerechtigde leeftijd staan, vragen zich vaak af hoe ze actief kunnen blijven en nieuwe mogelijkheden voor zichzelf kunnen ontdekken. Ze vragen zich af: Wat had ik altijd al willen doen, hoe kan ik dat bereiken, wat zijn mijn kwaliteiten, talenten en mogelijkheden, wat heb ik nodig om deze te versterken, hoe verwezenlijk ik die in concrete stappen?

Om deze senioren te begeleiden bij hun zoektocht hun talenten en mogelijkheden te ontdekken, heeft Pluspunt het project Ongekend Talent opgezet.

Door Pluspunt getrainde 50-plussers begeleiden de deelnemers tijdens de cursus op hun ontdekkingsstocht. Op deze ochtend vertellen de trainers u over hun eigen ervaringen en wat het opgeleverd heeft.

Aan het eind van de ochtend gaat u naar huis met eigen inzichten over uw wensen en toekomstbeeld.

Wanneer: 8 en 29 oktober

Waar: Bibliotheektheater, Hoogstraat 110, Rotterdam

Tijdstip: 10.00 tot 12.30 uur

Entree: gratis

Aanmelden: 010 - 467 17 11 of info@pluspuntrotterdam.nl

Informatie: Anja Moll

COMPUTEREN: MAKKELIJKER DAN U DENKT!

ROC Albeda biedt GRATIS computerlessen aan voor 55-plussers!

- kleine groepen
- persoonlijke aandacht
- aangepast tempo
- gratis

Voor wie: voor 55-plussers die met een computer willen werken
 Cursusduur: 10 of 20 weken, 1 keer per week
 Tijdstip: in overleg (ochtend of middag)
 Startdatum: september 2008
 kosten: gratis!

Wat gaat u doen?

- een computer gebruiken
- e-mailen
- zoeken op internet
- foto's op de computer zetten
- reizen boeken
- brieven of verslagen schrijven
- of iets anders wat u direct kunt gebruiken

VOORWAARDEN

- u spreekt en begrijpt Nederlands
- u bent 55 jaar of ouder
- u woont in de gemeente Rotterdam

LOCATIE

Diverse locaties in Rotterdam. Makkelijk te bereiken en bij u in de buurt!

INTERESSE?

Neem contact op met ons intakebureau: 010 - 414 43 33

Onderzoek onder Rotterdamse senioren

De afgelopen maanden hebben 127 studenten van de Hogeschool Rotterdam onderzoek gedaan naar de beleving van Rotterdamse senioren. Op 25 juni presenteerden de studenten de eerste resultaten. Het onderzoek heeft niet de pretentie een wetenschappelijk verantwoord onderzoek te zijn, wel geeft het een richting weer en zijn er een aantal interessante feiten naar voren gekomen. Er wordt nog een onderzoeksrapport gemaakt.

Enkele opmerkelijke uitkomsten:

- De term mantelzorg zegt de meeste geïnterviewde mensen niet zoveel.
- Vrouwen verrichten meer mantelzorgtaken dan mannen.
- Mannen zijn op papier vaker lid van verenigingen en organisaties dan vrouwen, maar vrouwen besteden daadwerkelijk meer tijd aan verenigingen en organisaties.
- Het merendeel van de groep van 75 jaar en ouder gaf aan zich niet meer in staat te voelen om vrijwilligerswerk te verrichten.
- In een deelgemeente was de conclusie dat 42 procent van de senioren op (achter)kleinkinderen past.
- Er is een digi-kloof waarneembaar bij met name de groep senioren vanaf 65 jaar.
- Het verdient aanbeveling om meer contacten te bewerkstelligen tussen culturen en generaties. Bij voorkeur geen geforceerde contacten. De contacten moeten vooral leuk en gezellig zijn.
- Men wenst meer ontmoetingsmogelijkheden, gewoon een kopje koffie of thee en een praatje, niets ingewikkelds.
- En bovenal concludeerden de studenten dat senioren zeker niet achter de geraniums zitten, maar het erg druk hebben.

Informatie: Anneke Boer

Ontdek uw Ongekend Talent

De komende maanden organiseert Pluspunt de cursus Ongekend Talent. In deze cursus leert u hoe u uw eigen talenten meer zichtbaar kunt maken. Niet door er alleen maar over te dromen, maar vooral door gewoon te durven en te doen. De cursus bestaat uit vijf wekelijkse bijeenkomsten. U krijgt de eerste stappen aangereikt om uw ongekende talenten te ontdekken en uw eigen mogelijkheden in kaart te brengen.

Aan het einde van de cursus heeft u een praktisch, uitvoerbaar en op maat gemaakt persoonlijk actieplan. Hierin staat hoe u uw talenten optimaal kunt inzetten voor uzelf en de gemeenschap.

De cursus start op verschillende tijdstippen en vindt in verschillende Rotterdamse deelgemeenten plaats. Bel ons voor meer informatie over data en locaties. Deelname kost € 7,50.

Informatie: Astorita Burlison

Verborgene Schoonheid in Nesseland

Het fotografieproject Verborgene Schoonheid, waarin wijkbewoners op zoek gaan naar de verborgene schoonheid van hun wijk, vindt dit jaar plaats in Nesseland. Voor de groep 55-plussers is nog plaats.

Woont u in Nesseland, bent u 55-plus en geïnteresseerd in foto-

grafie, dan kunt u meedoen aan de fotografie cursus die op dinsdag 2 september van start gaat. In acht lessen leert u van fotografe Karin Oppelland de fijne kneepjes van het vak.

Deelname aan het project is gratis. U kunt zich opgeven bij Wonio, tel. 010 - 222 28 11 of info@nesseweb.nl

Informatie: Willy Hilverda

Verhalen over Eerste Liefde

Op 5 juli vertelden vier van de vertelsters van Verhalenderwijs hun verhalen over eerste liefde, in het kader van het evenement Females aan de Maas. Willy Hilverda had hen in twee workshops op weg geholpen om de verhalen boven water te krijgen en op te schrijven. Vervolgens zorgde verteldocente Anne van Delft ervoor dat het echte vertelverhalen werden.

Het was kil en nat op het Strand aan de Maas, maar de verhalen waren warm en het publiek luisterde gespannen.

Op de foto hieronder ziet u Marie Goormachtigh. Ze vertelt hoe ze vroeger in Suriname verkering had met een hindostaanse jongen en hoopte op een huwelijk met hem. Die hoop werd de grond in geboord. Zijn familie vond haar, een creools meisje, niet goed genoeg voor hem.

Informatie: Liesbeth van Well



Expertmeeting over het benutten van de kwaliteiten en ervaringen van senioren

Op donderdag 25 september organiseert Pluspunt een expertmeeting over het benutten van de kwaliteiten en ervaring van senioren. Op deze expertmeeting zijn organisaties welkom die op zoek zijn naar vrijwilligers en senioren die al als vrijwilliger werken of die dat graag zouden willen doen.

De expertmeeting maakt deel uit van het project Ongekend Talent waarin senioren hun ongekende talenten ontdekken en leren inzetten. Senioren hebben de samenleving veel te bieden door hun levenservaring en hun talenten. Maar vaak weet de samenleving deze (nog) niet op waarde te schatten. Op de expertmeeting willen we zichtbaar maken welke talenten senioren te bieden hebben. Tevens willen we samen met de aanwezige organisaties inventariseren welke kwaliteiten ze nodig hebben om hun organisatie te versterken.

Datum: 25 september
Plaats: LCC Musica, De Lugt 17, Rotterdam (Overschie)
Tijd: 11.00–16.00 uur
Aanmelden: 010 – 467 17 11 of info@pluspuntrotterdam.nl

Informatie: Astorita Burleson

Lustrum Hovo Rotterdam Al twintig jaar doorstuderen na je 50^{ste}

Hovo Rotterdam verzorgt al twintig jaar cursussen en lezingen voor iedereen van 50-plus over geschiedenis, kunst, filosofie, muziek, architectuur, etc. Een vooropleiding is niet nodig: iedereen die leergierig is, is welkom.

Op 8 september a.s. vindt een speciale lustrumbijeenkomst plaats, waar burgemeester Ivo Opstelten het eerste exemplaar van de lustrumbundel 'Erasmus als filosoof' in ontvangst neemt. Anton Zijderfeld geeft de lezing 'Maakbaarheid en breekbaarheid'. Iedereen

is welkom deze feestelijke middag bij te wonen en zo eens kennis te maken met Hovo.

Datum: 8 september 2008
Tijd: 13.30 (zaal open 13.00)
Plaats: Laurenskerk, Rotterdam
Toegang: gratis
Aanmelden vooraf is niet nodig.

Meer informatie over Hovo Rotterdam: 010 – 408 24 65, e-mail info@hovorotterdam.nl
www.hovorotterdam.nl

Website over rondkomen

Veel mensen met een laag inkomen weten niet dat ze ondersteuning kunnen krijgen van de gemeente Rotterdam. Hulp bij schulden bijvoorbeeld of extra geld om een kapotte wasmachine te vervangen. Om de regelingen van de gemeente onder de aandacht te brengen, is er een speciale website gemaakt: www.rotterdam.nl/rondkomen. Op deze website vindt u informatie over bijzondere bijstand, hulp bij schulden, aanvraagformulieren en wijzigingen in regelingen.

NCRV zoekt singles

Voor een nieuwe reeks van het NCRV programma 'De 100' zoeken wij 100 vrijgezelle mannen en vrouwen die wij gaan volgen tijdens hun zoektocht naar de ware liefde. We zijn voor dit programma op zoek naar een doorsnee van de Nederlandse samenleving. Dus ook naar 65-plussers!

Als u uitgekozen wordt als 1 van de 100 willen wij graag gedurende de komende maanden op de hoogte gehouden worden van uw situatie en alle gebeurtenissen op liefdesgebied. Een gedeelte hiervan zullen we dus ook willen filmen. Even voor de duidelijkheid: wij zoeken in principe geen geschikte partner voor u, maar willen u vooral volgen in uw eigen zoektocht naar een partner. Hiermee willen we een beeld schetsen van de singles anno 2008. Wel kunnen we, uiteraard in overleg, bekijken

of wij situaties kennen waar u eventueel uw partner zou kunnen vinden.

Bent u vrijgezel en vindt u het leuk om aan dit unieke tv document mee te doen!? Vul dan het aanmeldformulier in op www.singles.ncrv.nl. Vergeet niet een recente foto van uzelf mee te sturen.

Creatieve cursussen voor 55-plussers

De SKVR (Stichting Kunstzinnige Vorming Rotterdam) biedt in het nieuwe seizoen, dat in september start, weer speciale cursussen aan voor 55-plussers.

Wilt u wel eens uitproberen of u theater leuk vindt, dan kunt u terecht op de donderdagavond op de Calandstraat voor de cursus Oude Rotten.

Zou u graag willen schrijven over uw eigen leven, dan bent u op de woensdagochtend welkom in de Calandstraat bij de cursus Levensverhalen schrijven.

En wilt u graag wat meer bewegen, dan kunt u zelfs kiezen uit vier danscursussen die worden gegeven in de Hennekijnstraat.

Voor meer informatie kunt u terecht op de website van de SKVR: www.skvr.nl/kunstschole of u kunt bellen: 010 - 436 13 66.



Dansimprovisatie, foto: Karin Oppelland

Berichten van de dienst Sociale Zaken en Werkgelegenheid (SoZaWe)

SOCIAAL ISOLEMENT IN ROTTERDAM

Rotterdam heeft ruim 84.000 inwoners van 65 jaar en ouder. Deskundigen schatten dat twaalf procent daarvan (zo'n 10.000 mensen) geen ondersteunend netwerk heeft: geen familie, vrienden of goede kennissen. Of misschien hebben ze die wel, maar dan is er geen (wezenlijk) contact mee.

Betekent het dat deze 10.000 mensen dan in een sociaal isolement leven? Nee, niet per sé. De omschrijving die in Rotterdam gebruikt wordt, is dat iemand sociaal geïsoleerd is wanneer hij of zij weinig of geen warme contacten heeft en zich daar eenzaam en ongelukkig door voelt. Het gaat dus om twee aspecten: geen echt contact met mensen, en het verdriet daarover.

Zes projecten

In 2007 is Rotterdam gestart met het traject 'Bestrijden en voorkomen van sociaal isolement'. De gemeente ziet dit als een van de hoofdpunten van haar ouderenbeleid. Het doel is om sociaal geïsoleerde ouderen op te sporen en ze te helpen. Daarvoor lopen sinds vorig jaar zes projecten in de stad. De manier waarop ze uitgevoerd worden is onderling verschillend, maar ze werken wel allemaal met hetzelfde doel voor ogen.

Aanpakken

Om sociaal isolement aan te pakken, is het belangrijk dat een ander het initiatief neemt. De ouderen zullen zelf niet gauw hulp of begeleiding vragen. Daar zijn ze te onzeker voor, bovendien zijn ze vaak al eerder teleurgesteld. Wat helpt, zijn gesprekken waarin de ander hun vertrouwen geeft en waarin respect voorop staat. Door dat vertrouwen kunnen de ouderen langzamerhand het gevoel krijgen dat ze hun eigen weg in de samenleving weer kunnen vinden.

Initiatief

De zes gemeentelijke projecten nemen initiatief om geïsoleerde ouderen op te zoeken. Bij de meeste projecten gaat het om direct contact met de ouderen. Beroepskrachten of vrijwilligers komen op bezoek of nemen de Rotterdamse senior mee voor een wandeling of andere activiteit. Maar een minstens even belangrijk

onderdeel is het vinden van een manier om sociaal geïsoleerde ouderen vroegtijdig te bereiken. Hoe vroeger ontdekt wordt dat iemand in isolement leeft, hoe beter het lukt om hem of haar daaruit te halen.

Ervaring

De ervaring die nu en in de komende jaren wordt opgedaan, wil de gemeente gebruiken om vanaf 2010 een aanpak voor de hele stad op te zetten.

Kijk voor meer informatie over sociaal isolement of de zes projecten op www.sociaalisolement.nl.

MET WAT EXTRA GELD DOE IK GEWOON MEE

Nog te veel Rotterdamse 65-plussers weten niet dat zij misschien in aanmerking komen voor extra geld van de gemeente. Om hen daarop te wijzen, voert de gemeente in juli de campagne: Met wat extra geld doe ik gewoon mee.

Met het ouder worden, komen vaak extra kosten. Verhuizen omdat de oude woning niet meer voldoet, of zorgkosten bijvoorbeeld. Voor mensen met een laag inkomen, is het soms moeilijk deze kosten te betalen. Zij kunnen aanspraak maken op extra geld van de gemeente.

De markt op

In juli gaan de ouderenteams van de gemeente de stad in om mensen te wijzen op de mogelijkheden van vergoedingen. De ouderenteams staan in de bibliotheek, buurtcentra, markten, etc. Verder worden posters en folders verspreid onder verschillende instanties en wordt er ook in de pers aandacht gevraagd voor deze doelgroep.

RONDKOMEN IN ROTTERDAM

De gemeente Rotterdam heeft een nieuwe website met allerlei informatie over rondkomen met weinig geld: www.rotterdam.nl/rondkomen

De website is speciaal voor mensen met een laag inkomen, professionals en vrijwilligers. Op de site vindt u alles over rondkomen in Rotterdam: informatie over bijzondere bijstand, hulp bij schulden, aanvraagformulieren, tips en ervaringen, interviews en nieuws.