



Senioren laat je zien!

Interview met Heili Bassa

Op 9 december vierde Pluspunt haar twintigste verjaardag. Een jubileum is altijd een mooi moment om terug te kijken. Daarom in dit speciale dubbelnummer van Nieuws-Punt, tevens het laatste nummer in deze vorm, een interview met Heili Bassa die in 1999 directeur werd van Pluspunt. We blikken terug op de afgelopen vijf jaar aan de hand van een interview dat in de Nieuws-Punt van november 2006 stond. Natuurlijk kijken we ook vooruit, want we zitten vol plannen voor toekomstige projecten.

Hoe kijk je terug op de afgelopen vijf jaar?

We hebben mooie projecten ontwikkeld en uitgevoerd zoals Ontdek Elkaars Wereld waarbij senioren met verschillende culturele achtergronden elkaar beter leerden kennen. En natuurlijk Ongekend Talent dat is gericht op jonge senioren en dat we nog steeds uitvoeren. In dat interview zeiden we te verwachten dat de vraag steeds diverser zal worden en dat Pluspunt zich flexibel moet opstellen. Ik denk dat we bewezen hebben heel flexibel te kunnen zijn. We hebben projecten uitgevoerd met jongeren, we

hebben stappen op nieuwe gebieden gezet zoals kunst en cultuur en sport, waarbij we met voor ons nieuwe partners hebben samengewerkt.

Welke nieuwe ontwikkelingen waren er?

We maken steeds meer gebruik van de deskundigheid van de senioren zelf. Dat doen we bijvoorbeeld bij Ongekend Talent, met trainers die 55-plussers zijn. En ook een project als Deel je Leven trekt jonge senioren aan die graag als vrijwilliger een levensboek maken voor een oudere senior.

Ons nieuwe adres is:

Graaf Florisstraat 43
3021 CC Rotterdam
Telefoonnummer en emailadressen blijven hetzelfde.

We wensen u een gelukkig en gezond 2012 en hopen u weer te ontmoeten in het nieuwe jaar!

Volg ons op Twitter

Als u helemaal op de hoogte wilt zijn van onze activiteiten kunt u ons volgen op Twitter: twitter.com/pluspuntsenior



Interview met Heili Bassa	1
Redactioneel	3
De Ungerflat	3
Verjaardag Pluspunt	4
Zilveren kracht goud waard	5
Samen leven, samen zorgen	6
Het Nieuwe Werken	7
Deel je Leven	7
Diverse berichten	8
Liesbeth van Well checkt uit	9
Kunst en cultuur	10

Colofon

NIEUWS-PUNT 99/100
december 2011-januari 2012

Bijdragen: medewerkers Pluspunt
Eindredactie: Willy Hilverda
Vormgeving: Bureau Karakter
Druk: De Nieuwe Grafische, Rotterdam
oplage: 1.300

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

Pluspunt

Graaf Florisstraat 43
3021 CC Rotterdam
tel. 010 - 467 17 11
fax 010 - 465 38 85
info@pluspuntr rotterdam.nl

www.pluspuntr rotterdam.nl

Banknummer 0349645
t.n.v. Stichting Pluspunt,
Rotterdam

Medewerkers

Heili Bassa, directeur
h.bassa@pluspuntr rotterdam.nl

Anneke Boer
a.boer@pluspuntr rotterdam.nl

Willy Hilverda
w.hilverda@pluspuntr rotterdam.nl

Anja Moll
a.moll@pluspuntr rotterdam.nl

Sennur Özdemir
s.ozdemir@pluspuntr rotterdam.nl

Liesbeth van Well
l.vanwell@pluspuntr rotterdam.nl

Secretariaat

Lia Henderson, Sevim Senel,
Audrey de Zanger
info@pluspuntr rotterdam.nl

Ook wordt er in onze projecten steeds meer een brug geslagen tussen verschillende generaties. Een voorbeeld is Ik mis je zo, een project gericht op het basisonderwijs dat we samen met de SKVR hebben gedaan. En met Check In hebben we natuurlijk honderden scholieren in contact gebracht met senioren. Met prachtige resultaten. Ook bij een toekomstig project als Rotterdamse Pracht gaat het om de verbinding tussen verschillende generaties in een wijk. En ik vind ook dat het ons steeds meer lukt om projecten op te zetten die gericht zijn op het vormen van nieuwe sociale netwerken. Dat gebeurt nu met Deel je Leven en Samen leven, samen zorgen?!

Lukt het actueel te zijn?

Ik vind dat we goed inspelen op nieuwe ontwikkelingen. De themabijeenkomst over domotica, dus over hoe nieuwe technieken ingezet worden om mensen langer zelfstandig te laten wonen, trok ongeveer honderd bezoekers. En ook onze laatste themabijeenkomst, over het Nieuwe Werken, was een schot in de roos. Daar kwamen ongeveer negentig mensen op af. Ik merk dat niet alleen senioren onze themabijeenkomsten bezoeken. Ongeveer een derde bestaat uit professionals die op deze manier hun deskundigheid bevorderen.

Wat zijn de toekomstplannen?

We willen ons de komende tijd steeds meer richten op het motto: Senioren laat je zien! De nieuwe generatie senioren heeft de samenleving zoveel te bieden. Dit moeten ze aan de samenleving laten zien en ook moet de samenleving zich veel meer richten op deze generatie. Vrijwilligerswerk zou bijvoorbeeld veel uitdagender moeten zijn dan het nu vaak is.

We gaan verder met het ontwikkelen van projecten op het gebied van kunst en cultuur. Momenteel zijn ook enkele fondsen, in samenwerking met Kunstfactor, bezig met het opzetten van nieuw beleid op het gebied van ouderen en

cultuurparticipatie. Daar spelen we graag op in.

Nog onontgonnen terrein is de emancipatie van de oudere man. Onze deelnemers zijn nu vooral oudere vrouwen. Ik vind het een uitdaging om ook de mannen te bereiken. We willen graag onderzoek doen naar hun behoeften. Leuk om nu al te melden is dat we in samenwerking met Lokaal debatten over jong en oud in de stad gaan opzetten onder de noemer De kracht van generaties. Thema's van de debatten zijn bijvoorbeeld beeldvorming en leefstijlen. De opzet van het project is zodanig dat de deelnemers in een later stadium in hun eigen wijk aan de slag kunnen met de thema's.

Welke onderwerpen zijn blijvend?

Sommige dingen veranderen maar moeizaam. Tien jaar geleden hadden we het er al over dat de negatieve beeldvorming rondom ouderen ten positieve moet veranderen en dat is nog steeds zo. Ik denk wel dat het met de nieuwe generatie senioren – de babyboomers – snel gaat veranderen.

We willen in ieder geval het thema leeftijdsdiscriminatie onder de aandacht brengen. Dat gaat gebeuren in een project dat we opzetten samen met Radar, een stichting die discriminatie bestrijdt.

Wat verandert er voor Pluspunt?

Ook Pluspunt heeft te maken met bezuinigingen. Daarom zijn we verhuisd naar een kleiner kantoor en krijgen we een klein vast team. Dat kunnen we als het nodig is uitbreiden met tijdelijke medewerkers. Ook blijven we steeds meer werken met vrijwilligers en met stagiaires. Het is ook ontzettend leuk om studenten van de hogeschool in huis te hebben. Ze hebben soms weer een heel andere kijk op dingen die voor ons vanzelfsprekend zijn. Zo leren ze het vak en worden geïnspireerd door onze vrijwilligers.

Redactioneel

Voor u ligt het laatste nummer van Nieuws-Punt in deze vorm. We hebben er een dubbelnummer van gemaakt, zodat dit meteen ook het honderdste nummer is, een mooi rond getal. Honderd nummers in bijna twintig jaar, dat betekent dat er ieder jaar gemiddeld vijf nummers uitkwamen.

Natuurlijk blijven we u op de hoogte houden van onze activiteiten, dat gebeurt vanaf het nieuwe jaar met een nieuwsbrief per email. Wie geen email heeft kan de nieuwsbrief per post ontvangen, maar het zal geen uitgebreide versie meer zijn. Dat we met Nieuws-Punt stoppen, heeft te maken met de bezuinigingen waar heel Rotterdam momenteel mee te maken heeft.

Verhuizing

De bezuinigen hebben het voor ons ook noodzakelijk gemaakt een andere ruimte te zoeken. In het nieuwe jaar is ons nieuwe adres:

**Graaf Florisstraat 43
3021 CC Rotterdam**

Ons telefoonnummer en onze emailadressen blijven hetzelfde.

De Graaf Florisstraat is een leuke straat, maar in dit nummer willen we ook nog even aandacht besteden aan de bijzondere flat op het Ungerplein waar we twintig jaar lang met plezier hebben 'gewoond'.

Check In Check Uit

Er verandert nog meer bij Pluspunt. We nemen afscheid van Liesbeth van Well die de afgelopen acht jaar vol enthousiasme onder meer het project Verhalenderwijs heeft geleid. En we gaan afscheid nemen van de Check In bus. Elders in dit nummer vindt u hierover een artikel van de hand van Liesbeth.

We verheugen ons erop u ook in het nieuwe jaar tegen te komen en samen te werken.

De Ungerflat, het eerste hoge woongebouw van ons land

Twintig jaar geleden betrok Pluspunt een kantoor op de begane grond van een flat aan het Ungerplein. Nu we deze flat hebben verlaten, staan we graag nog even stil bij de geschiedenis van dit karakteristieke gebouw.

De flat staat sinds 1933 aan het Ungerplein. Daarvoor stond op deze plek het houtbedrijf Van Stolk en Zonen. Toen er plannen waren om de Schie te dempen, verhuisde Van Stolk en Zonen naar de Spaanse Polder.

In 1933 was de Schie nog een kanaal, met kades, bruggen, meerpalen en vrachtboten. Een heel ander gezicht dan de Schiekade nu.

Wolkenkrabber

In 1931 kreeg architect Van den Broek van de Eerste Rotterdamsche Flatbouwmaatschappij de opdracht voor het ontwerp van een hoogbouwcomplex aan de Schiekade. Het ging om exclusieve appartementen met een oppervlakte van circa 145 m². In een toelichting stelde de architect: "De hoge bebouwing is niet voorgesteld als oplossing voor de minimale goedkope woning, maar speciaal voor het kleine intellectuele gezin, dat voor een georganiseerd modern wonen voelt en voor de aantrekkelijkheid en het comfort daarvan iets extra kan en wil betalen."

Bij het ontwerp was daarom rekening gehouden met dienstbodemkamers en een ruimte voor de

huismeester. Bovenop de flat werd een gezamenlijk dakterras gepland. De begane grond was gedacht als café-restaurant of showroom. Toen de flat in 1934 klaar was, was het met zijn twaalf verdiepingen, het eerste hoge woongebouw van het land. Men noemde het dan ook al snel 'de wolkenkrabber'.

Tankstation

Aan de andere kant van de Schie stond tot de oorlog het Sint-Franciscus Gasthuis. De Schie werd gedempt in 1940, met puin van het bombardement.

Op het Ungerplein stond van 1945 tot eind jaren tachtig een tankstation, ook ontworpen door architect Van den Broek. Een ondergrondse benzinetank van dit station heeft vele jaren gelekt en het kostte vier jaar om de grond en het grondwater onder dit plein en belendende straten weer schoon te krijgen. Het Ungerplein is vernoemd naar Johan Willem Hendrik Unger (1861-1904), een van de eerste gemeentearchivarissen van Rotterdam. Ook de straten achter het Ungerplein zijn vernoemd naar mensen die hebben geschreven over de geschiedenis van Rotterdam.



Pluspunt viert haar verjaardag

Met een afwisselend programma en een uitverkochte zaal vierde Pluspunt op 9 december haar 20-jarig bestaan in theater Zuidplein. Er was zelfs een groepje ouderen dat de verrichtingen in de zaal via de monitor in de foyer moest volgen. Helemaal niet erg vonden ze, want daar was het ook gezellig.

Directeur Heili Bassa opende de middag met een korte terugblik op het verleden, en ging verder vooral in op het heden en de toekomst. De bijdragen en betrokkenheid van de senioren zelf bleven niet onvermeld. Want, zoals Bassa vermeldde, zonder de vrijwilligers was het niet mogelijk geweest zoveel projecten succesvol te organiseren. De dank en waardering voor de inzet van de vrijwilligers was en blijft groot.

Vervolgens was het de beurt aan de wethouder Korrie Louwes.

Een groot deel van haar toespraak hebben we op de pagina hiernaast opgenomen.

De nieuwe voorstelling ‘Terug naar later’ van het Rotterdams Wijktheater maakte veel herinneringen los bij het publiek. De groep senioren speelde met verve hun eigen verhalen. Er kon gelachen worden, maar ook gevoelige onderwerpen werden niet geschuwd.

Oudere migranten

Christine Harreveld van het NOOM (Netwerk van Organisaties van Oudere Migranten) ging vervolgens in op de beeldvorming over oudere migranten. De algemene opinie is dat migranten niet aan vrijwilligerswerk doen. Maar dat is niet zo. Alleen noemen ze het geen vrijwilligerswerk, maar praten erover in termen van helpen. Weliswaar gebeurt het nog veel ten behoeve van de eigen bevolkingsgroep maar dit was een aantal jaar geleden voor de autochtone bevolkingsgroep ook het geval.

Harreveld vergeleek dit proces met dat van de vrouwenemancipatie. Ze verwachtte dat het nog een kwestie van een paar jaar zal zijn en dan is ook de migranten oudere geëmancipeerd en doet volwaardig mee aan de samenleving. Wat dat



Het ontvangstteam. V.l.n.r. Pascale, Audrey, Liesbeth, Thomas, Mirla en Sevim

betreft is Rotterdam een voorloper. Hier wonen immers vele nationaliteiten samen en allen hebben ze hun plekje gevonden. Wel deed Harreveld de oproep om de kwaliteiten en talenten van de migranten te (h)erkennen en daar waar mogelijk hen te vragen deze in te zetten om bruggen te bouwen.

Discriminatie

Tot slot discussieerden we met de zaal over een aantal prikkelende stellingen. De stelling *Senioren moeten worden verplicht zich in te zetten voor de samenleving anders worden ze gekort op hun AOW* riep veel verontwaardiging op.

Ook hoorden we dat senioren zich op onverwachte terreinen gediscrimineerd voelden. Het blijkt dat er vrijwilligersorganisaties zijn die hun vrijwilligers aan de kant zetten als ze 70 jaar worden. Niet de mens en zijn of haar kwaliteiten staan centraal, maar er wordt alleen gekeken naar de leeftijd.

Reünie

Na het officiële programma kon er natuurlijk geborreld worden in de foyer, met muzikale omlijsting van

Jos Valster en compagnon. “Het lijkt wel een reünie,” hoorden we verschillende bezoekers zeggen. “Wat leuk dat ik al die mensen weer zie.”

Een heel mooi compliment kregen we van Yvonne Heygele, met wie we vaak hebben samengewerkt toen ze bij COS Midden en Zuid-Holland werkte: “Het mooiste is wel dat de ouderen die er waren het zo normaal en vanzelfsprekend vonden als ik hen feliciteerde met het jubileum van Pluspunt. Dat betekent dat Pluspunt ECHT van hen is.” We zijn er trots op dat onze senior vrijwilligers dat zo voelen.

Zilveren Kracht is Goud waard

Dit is een deel uit de lezing die wethouder Korrie Louwes hield op 9 december 2011, het feestje ter ere van onze twintigste verjaardag.



Wat een overweldigende opkomst! Dat past bij deze feestelijke gelegenheid, 20 jaar Pluspunt in Rotterdam! Ik vind Pluspunt één van de parels van het Rotterdamse veld. Pluspunt is een expertisecentrum met veel kennis, maar juist door ook te doen zijn jullie bijzonder. Of het nu de Anders Ouder Worden werkgroepen, de Seniorenadviesraden en Ouderenplatforms in de deelgemeenten of de bijeenkomsten van Verhalenderwijs zijn, jullie maken het mogelijk dat senioren participeren.

Levenservaring

Vandaag is het thema: Zilveren Kracht, laat je zien als senior! Movisie, een landelijke adviesbureau voor maatschappelijke ontwikkeling beschrijft Zilveren Kracht als: zo lang mogelijk je kennis, kunde en levenservaring inzetten. En dat vind ik een mooie benadering. Als ik hier om me heen kijk zie ik namelijk geen grijze menigte, maar een zaal vol krachtige burgers met levenservaring, en vol energie! En dat is ook de manier hoe wij senioren zien als gemeente Rotterdam; een groep met veel

potentie, op vele vlakken. Daarom zetten we breed in op seniorenbeleid. Zelf doen wat u zelf kunt, activeren om vrijwilligerswerk te doen maar wel zorgen voor goede faciliteiten voor senioren. Uit onderzoek naar tijdsbesteding van senioren blijkt dat Rotterdamse senioren het druk hebben. Ze zijn actief met kleinkinderen, met hobby's en sociale contacten. Ongeveer de helft van de senioren is lid van een vereniging of een andere organisatie. Gelukkig besteden ze ook tijd aan mantelzorg en vrijwilligerswerk. Dat zien we graag.

Krachtige senioren

Senioren betekenen veel voor onze stad. Zowel voor het verbinden van generaties, vrijwilligerswerk en mantelzorg. Ik heb het idee dat ouderen ook steeds minder gezien worden als hulpbehoevend, kwetsbaar en minder capabel. Er zijn talloze voorbeelden van krachtige senioren, kijk maar naar uw buurvrouw of buurman. En het is niet alleen in deze zaal, maar ook landelijk te zien. Ouderen verenigen zich vaker, en zijn zichtbaar als vitale groep.

Er zijn zoveel actieve senioren in Rotterdam die vrijwilligerswerk verrichten op alle niveaus. Van koffie schenken in een buurthuis tot het doen van de administratie van een grote stichting. Ik noemde het net al; er zit hier een schat aan levenservaring, maar ook aan werkervaring. Na een carrière in het bedrijfsleven, de overheid, of als ondernemer wilt u waarschijnlijk uitgedaagd worden, en is uw kennis en kunde hard nodig. Uitdagende vrijwilligersfuncties zijn er genoeg. Binnen vrijwilligersorganisaties is er een grote behoefte aan mensen die bestuursfuncties willen invullen. De oudere

generatie bestuursleden valt weg, bij de jongere generatie ligt de interesse meer in het 'doen', dan in een bestuursfunctie. Een uitgelezen kans dus voor de hoger opgeleide jongere senior.

Senioren, u brengt ons veel als stad. Maar we zijn er ook voor u als dat nodig is. Als er onduidelijkheden zijn kunnen senioren in de wijk terecht bij de Vraagwijzer met vragen op het gebied van zorg, welzijn, wonen, vrijwilligerswerk en ondersteuning. En met de woon-servicegebieden willen we senioren graag stimuleren om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen.

Blijven participeren

Over het algemeen willen senioren graag in hun vertrouwde omgeving blijven wonen. Vanwege hun huis, maar ook de buurt, de sociale contacten en het kennen van de weg naar voorzieningen. De gemeente ontwikkelt samen met corporaties, deelgemeenten en zorginstellingen de woonservicegebieden verder. Om ervoor te zorgen dat in een wijk of buurt ouderen en mensen met een beperking zo zelfstandig mogelijk op een prettige manier en met de juiste zorg kunnen wonen worden verschillende voorzieningen goed op elkaar afgestemd. We creëren gezamenlijk een aantrekkelijke omgeving, waarin u kunt blijven participeren.

Actieve Rotterdammer

U hoort het al, niet participeren is bijna niet mogelijk in Rotterdam. Er is voldoende aanbod in vrijwilligerswerk en in betaald werk om niet achter de geraniums te hoeven zitten. Ik ben ook blij dat u een actieve Rotterdammer bent, anders was u niet hier! Ik wens u allen nog een hele feestelijke middag, en heel veel succes met de voortzetting van de activiteiten van Pluspunt!

Senioren, laat je zien!

Samen leven, samen zorgen?!

De afgelopen jaren is er veel veranderd in de ondersteuningswetgeving. De WMO is ingevoerd, de AWBZ verandert. De overheid verwacht steeds meer dat de burger zelf stappen onderneemt als hij/zij hulp nodig heeft. Maar waar moet je zijn als je op zoek bent naar bijvoorbeeld hulpmiddelen?

Om senioren op weg te helpen in hun zoektocht naar ondersteuning heeft Pluspunt het project Samen leven, samen zorgen?! opgezet. Dit project is de afgelopen maanden uitgevoerd in de deelgemeenten Noord en Charlois.

Als opwarmertje voor het project genoten bijna vierhonderd Rotterdamse ouderen op vier bijeenkomsten in het Van Harte Resto en Humanitas-Bergweg van het optreden van het Straattheater. Na enkele gezellige meezingers, verraste dit trio het publiek met een Paul de Leeuw look-a-like die op humoristische wijze liet zien welke barrières mensen moeten nemen om in aanmerking te komen voor een hulpmiddel als een kunstgebit. De keuzemenu's waarin je verdwaalt als je belt, het openbaar vervoer, alle formulieren die je in moet vullen... De act zorgde voor veel herkenning en hilariteit bij de bezoekers.

OpStapDagen

Daarna werd in samenwerking met het lokale welzijnsnetwerk een programma uitgevoerd onder de noemen OpStapDagen. Zo bracht in deelgemeente Noord een groep van 35 senioren een bezoek aan het deelgemeentekantoor. Ze werden ontvangen in de raadszaal en kregen daar informatie over wat het VraagWijzer loket, individuele voorzieningen en het ouderenwerk voor hen kan betekenen. Er werden veel vragen gesteld en de bezoekers waren ook echt veel wijzer geworden, zoals ze na afloop vertelden. In Charlois werd de voorlichting van het Maatschappelijk Ondersteunings Bureau (MOB) erg op prijs gesteld, getuige deze opmerkingen: "Dit wist ik allemaal niet, wat fijn dat deze mogelijkheden ons aangeboden worden. Hier heb ik wat aan." Tegelijkertijd was dit een mooi voorbeeld van een organisatie die deel uitmaakt van de

backoffice van de VraagWijzer. Ook de Geef je leven glans workshop bleek in beide deelgemeenten een schot in de roos. We hoorden opmerkingen als "Fijn dat het gesprek ergens over gaat en dat het ook over mijzelf mag gaan" en "Een aantal van de bezoekers ken ik wel, we praten wel met elkaar, maar nu gaat het gesprek echt ergens over."

Ook vingen we dit opmerkelijke gesprekje tussen twee deelnemers op: "Ik weet niet of ik dit hier mag zeggen, maar ik ben depressief." "Dat ben ik ook, maar dat hoort toch bij het leven? Zonder depressie herkennen we de geluksmomenten ook niet. Tegenwoordig wordt alles maar medisch benaderd. We zullen het toch zelf moeten doen. En dat doen we, want we zijn immers hier."

Stadsrondrit

Ter afsluiting maakten de deelnemers een stadsrondrit. Onder begeleiding van een stadsgids werd de Kop van Zuid verkend en De Rotterdam bezocht. De rondrit

werd afgesloten in het Kralingse Bos waar de deelnemers genoten van een pannenkoek. Vooral het bezoek aan De Rotterdam bracht veel herinneringen naar boven. Senioren hadden zelf met het schip gevaren, familieleden uitgezwaaid of kenden mensen die er op gewerkt hadden. Een mevrouw waande zich op een cruise en riep uit: "Ik voel me hier een echte dame."

Uit de reacties van de deelnemers blijkt dat Rotterdamse senioren de OpStapDagen een erg leerzaam en leuk initiatief vinden en dat het smaakt naar meer. We merken zelf dat de OpStapDagen mensen de gelegenheid geeft nieuwe contacten te leggen en dat het project voor nieuwe sociale netwerken zorgt.

Samen leven, samen zorgen?! wordt financieel ondersteund door de deelgemeenten Charlois en Noord, het VSBfonds, het Sint Laurens Fonds en Pluspunt.

Informatie: Anneke Boer



*OpStapDagen:
Wandeling door
het Kralingse Bos*

Het Nieuwe Werken een uitdaging voor 55-plussers

Steeds meer mensen werken langer door, mede door het regeringsbesluit om de AOW-leeftijd te verhogen. Tegelijkertijd is het vaak lastig als 55-plusser een nieuwe baan te vinden.

Met de themabijeenkomst Het Nieuwe Werken, een uitdaging voor 55-plussers van 23 november beoogde Pluspunt de beeldvorming over 55-plusser op de arbeidsmarkt te verbeteren en de doelgroep zelf inzicht te bieden in de mogelijkheden. Bijna honderd bezoekers luisterden naar vier inspirerende inleidingen.

Marianne Sturman, directeur van online uitzendbureau Moneypenny, zag veel potentie in de doelgroep 55-plussers. In haar ogen hebben de 55-plussers net zoveel te bieden als de jongere generatie, misschien nog wel meer! De ouderen van vandaag de dag zijn erg vitaal, zijn goed op de hoogte, druk bezet en hebben een schat aan ervaring. Ook zij merkte op leeftijdsdiscriminatie vaak terug te zien bij andere uitzendbureaus. Ze gaf tips over hoe je jezelf als 55-plusser goed verkoopt.

Positief roddelen

Rinus Feddes, kerndocent Personeel & Arbeid aan de Hogeschool Rotterdam, ging in op de nieuwe ontwikkelingen op de arbeidsmarkt. Als vooroordelen over oudere werknemers noemde hij: ze zijn traag, vaak ziek en erg duur. Om deze vooroordelen tegen te gaan riep Feddes 55-plussers op vooral te laten zien waar ze goed in zijn. Feddes gaf als tip mee om een netwerk om je heen te creëren met mensen die ook zoekende zijn naar een baan. Dit maakt het zoeken naar werk een stuk gemakkelijker. “U hoeft immers maar één baan van al die 18.000 die er per jaar vrij komen.” Daarnaast besprak Feddes het nut van roddelen. Roddelen is praten over iemand die er niet is. Als we dat op een positieve manier doen, werken we aan een andere beeldvorming. Probeer deze roddels maar eens over collega’s op leeftijd: “Zij is haar geld meer dan waard” of “Hij is nooit ziek.”

Zoek de rode draad

Winston Scholsberg, van Goals Academy, is gespecialiseerd in

trainingen, peptalk voor bedrijven, presentatietechnieken en combineert dit met het vertellen van verhalen. Hij vertelde een verhaal over doorzettingsvermogen en hoe je het beste in jezelf naar boven kunt halen.

Trees van Gennip, 65-plusser en zzp-er, is trainer/consultant Levensloop & Ontwikkeling sprak over de drijfveren en beweegredenen van senioren om aan de slag te gaan. Aan de hand van grafieken en tabellen toonde zij de ‘levensschouw’ en belichtte enkele levensfasen. Hoewel onze neurofysieke lijn terugloopt als we ouder worden, blijft onze psychosociale cognitieve lijn juist groeien. Verder riep ze 55-plussers op de rode draad in hun leven te zoeken. “Maak gebruik van wat je kunt en situaties waarin je je goed voelt. Die ervaringskennis kun je weer ophalen en ervan leren.”

U kunt de powerpointpresentaties van Sturman, Feddes en Van Gennip vinden op onze website.

Informatie: Pascalle van Leerdam en Mirla Gomes

Deel je Leven

Het project Deel je Leven waarbij vrijwilligers levensboeken maken voor senioren wordt momenteel uitgevoerd in de deelgemeenten Prins Alexander en Kralingen-Crooswijk. Meer dan twintig schrijvers bezoeken evenzoveel senioren en interviewen hen over hun leven. De resultaten beginnen alweer binnen te druppelen.

Op 19 januari start de vertelkring in De Burcht, met senioren uit Prins Alexander. De vertelkring in Kralingen-Crooswijk start in maart. In deze deelgemeente werken we samen met woonzorgcentrum Rubroek.

Bijzonder is het deelproject dat we samen met stichting Pameijer uitvoeren. Hierin maken vrijwilligers levensboeken voor senioren met een verstandelijke beperking.

Senioren gezocht in Noord, Feijenoord en IJsselmonde

Ook in 2012 voeren we Deel je Leven uit, in de deelgemeenten Noord, Feijenoord en IJsselmonde. Bent u een senior die in een van deze deelgemeenten woont en denkt u erover om uw leven te laten vastleggen in een levensboek, dan kunt u zich opgeven bij Pluspunt, telefonisch of per email: w.hilverda@pluspuntrotterdam.nl.

Schrijvers gezocht

We zijn nog steeds op zoek naar mensen die ervaring hebben met schrijven en die het leuk vinden om zich te verdiepen in het leven van een ander. Wil je je schrijftalent inzetten voor Deel je Leven en een levensboek schrijven voor een oudere, stuur dan een email naar w.hilverda@pluspuntrotterdam.nl.

Deel je Leven wordt financieel ondersteund door het Oranje Fonds, het VSBfonds, Stichting Bevordering van Volkskracht, het Sint Laurensfonds en SPZ.

Informatie: Willy Hilverda

Ongekend Talent

Voor het project Ongekend Talent hebben we weer financiële ondersteuning gekregen van de dienst JOS (Jeugd Onderwijs en Samenleving) van de gemeente Rotterdam. We gaan ons komend jaar weer richten op jonge senioren met diverse achtergronden.

De afgelopen maanden zijn cursussen Ongekend Talent uitgevoerd in samenwerking met Noordplus, stichting Nuestra Casa en stichting Emanuel. Zo zijn verschillende doelgroepen, zoals Marokkaanse vrouwen, Hindoestanen senioren en Kaapverdiaanse senioren op zoek gegaan naar hun ongekende talenten en hebben plannen gemaakt om ermee aan de slag te gaan. In totaal kende het project dit jaar 75 deelnemers, in verschillende deelgemeenten.

Afscheid van Adalgizia Delgado

We hebben eind december afscheid genomen van Adalgizia Delgado, die de afgelopen acht maanden het project Ongekend Talent heeft geleid.

Informatie: Pascal van Leerdam

Afscheid van bestuurslid Neçat Kaya

We kunnen er niet omheen, deze laatste Nieuw-Punt staat in het teken van afscheid. Niet alleen nemen we afscheid van een aantal medewerkers, we namen ook afscheid van ons bestuurslid Neçat Kaya. Hij is als bestuurslid begonnen in 2002 en heeft de maximale periode van negen jaar in het bestuur gezeten.

Neçat Kaya heeft altijd zijn netwerk ingezet voor Pluspunt om contacten te leggen met diverse migranten groepen in de stad. Waarom is hij destijds in het bestuur gegaan? “Ik wilde een bijdrage leveren aan de maatschappij en vond en vind het nog steeds belangrijk dat 55-plussers deelnemen aan de maatschappij. De projecten van Pluspunt geven hen vaak net dat duwtje in de rug richting zelfontplooiing en maatschappelijke participatie.”

Het bestuur bestaat nu uit: Corrine Oudijk (voorzitter), Peter Dohmen (penningmeester), Freddy May (secretaris), Paul Dater (lid) en Agnes Vaillant (lid).

Voorlichting over dementie voor Turkse en Marokkaanse senioren

Inmiddels draait het voorlichtingsproject over dementie voor Turkse en Marokkaanse senioren weer op volle toeren.

Net als vorig jaar geven vrijwilligers in de eigen taal voorlichting over dementie. Deze voorlichting neemt veel vooroordelen weg onder de doelgroep en zorgt ervoor dat men eerder hulp gaat zoeken. Vooral de voorlichtingen in kleine groepen zijn zeer in trek.

Al ruim 400 Turkse en Marokkaanse senioren hebben deelgenomen aan de voorlichtingen in eigen taal.

Nieuw zijn de excursies naar woonzorgcentra. Ook hiervoor is veel belangstelling.

U kunt bij ons nog steeds het methodiekboekje over het project (inclusief dvd) bestellen.

Het project wordt gefinancierd door het Sint Laurensfonds, stichting RC Maagdenhuis, stichting Brentano, stichting Tot Steun van Tolkenwerk Zuid-Holland en Fonds Nuts Ohra.

Informatie: Sennur Özdemir



Afscheid van bestuurslid Neçat Kaya

Liesbeth van Well checkt uit



Beste lezers,

Het is voor mij tijd om te gaan. Ik heb een ander baan gevonden als programmamaker bij Movedmedia en neem afscheid met gemengde gevoelens. Het is een heel leuke baan en verandering van spijs doet eten, maar Pluspunt verlaten voelt als een rouwproces. Acht jaar heb ik lief en leed gedeeld met fijne collega's en de vertellers van Verhalenderwijs liggen mij na aan het hart. Het voelt als een soort familie. Ik heb zoveel geleerd sinds ik hier als 'witte' vrouw uit de provincie de grote gekleurde stad Rotterdam betrad. De vertellers van Verhalenderwijs hebben me warm en gastvrij ontvangen.

Leuke dingen

En wat hebben we leuke dingen gedaan! We werkten met allerlei soorten jongeren, met drukke en met brave kinderen. We maakten verhalen over oma's, dieren, eerste liefdes, bevrijding, afscheid. Geen brug was ons te ver. We wonnen drie prijzen, we ontmoetten burgemeester Opstelten en minister Rita Verdonk. Maar er was ook verdriet, als we afscheid moesten nemen van een van de vertellers. Ik heb hen nog steeds op mijn netvlies, met hun (eigen)wijze woorden en hun humor.

Check In bereikt eindstation

Eindstation klinkt erg dramatisch, maar dat is het niet. Het project was immers opgezet voor drie jaar en we hebben het vier jaar lang kunnen uitvoeren. Maar we hadden natuurlijk nog wel vijf jaar door willen gaan. De bus is in goede staat, het lesmateriaal is actueel, de vrijwilligers en de chauffeur zijn nog even enthousiast. En de stagiaires van de Hogeschool Rotterdam hebben er steeds een mooie stage aan. Ook de scholen en de senioren zijn nog steeds bereid om zich volledig voor het project in te zetten. Maar helaas, de subsidiepot is leeg omdat de projectduur verstreken is. Ook de bezuinigingen op cultuur maken het er niet gemakkelijker op. Op 1 maart valt definitief het doek.

We kijken met plezier terug op een succesvol project. Als iemand mij, toen de eerste subsidieaanvraag in 2006 de deur uitging, had verteld dat duizenden mensen de voorstelling in de bus zouden bezoeken en honderden ouderen in gesprek zouden gaan met jongeren en dat deze de gesprekken ook nog zouden omzetten in een 'kunstwerk', zou ik het niet hebben geloofd. Bedenken is één ding, maar uitvoeren is toch een ander verhaal.

Het belangrijkste wat ik de afgelo-

pen jaren heb geleerd, is dat veel senioren heel optimistisch in het leven staan, ondanks leeftijd, weinig middelen en soms lichamelijke ongemakken. Schoolvoorbeelden voor gelukkig ouder worden!

Verhalenderwijs gaat onverminderd door in 2012 dankzij de subsidie van SoZaWe. Ik hoop van harte dat Pluspunt op de Rotterdamse kaart blijft staan en wie weet kunnen we in de toekomst nog eens samenwerken.

Ik dank iedereen waarmee ik heb samengewerkt hartelijk voor alle mooie verhalen en inzichten. Ik neem ze allemaal met me mee.

Liesbeth van Well

Kunst en cultuur

Op 13 november organiseerden we De Planken Op, een theaterdag voor 55-plussers. De dag vond plaats in de Theaterschool aan de Pieter de Hoochweg. Naast enkele spelworkshops konden de deelnemers ook kennis maken met specifiekere theatervormen, zoals musical en klucht.

De deelnemers waren erg enthousiast en lieten ons na afloop weten dat ze graag door willen gaan met het verkennen van hun theatrale talenten. Dat kan, want vanaf 27 januari organiseert de SKVR-Theaterschool een korte theatercursus voor 50-plussers. Elders op deze pagina vindt u meer informatie.

Na de workshops konden we drie mooie voorstellingen zien. Als eerste trad de Dansgemeenschap op, een performancegroep voor oudere (amateur)dansers, met hun voorstelling 'Wat wij u uit de doeken willen doen'. De oudste deelnemer was begin tachtig toen hij begon met dansen.

Daarna gaf Jong van Hart, onder leiding van Mirjam Kroonenburg, een voorproefje van hun kerstvoorstelling 'Kerst, maar dan een beetje anders'. Tot slot bracht beroepsacteur Joop Keesmaat de prachtige vertelling 'Phaëton en de zonnwagen', uit 'Metamorphosen' van Ovidius. Een allegorie voor deze tijd waarin alles lijkt te kunnen, maar we toch moeten erkennen dat ook vooruitgang grenzen heeft.

Zelf de planken op

Droomt u er ook wel eens over om zelf de planken op te gaan? Dat kan.

Als u zich wilt aansluiten bij Jong van Hart, kunt u dat aan ons doorgeven, telefonisch of per email: w.hilverda@pluspuntrotterdam.nl.

Back tot the fifties – korte theatercursus

Voor iedereen vanaf 50 jaar die het leuk vindt om met veel plezier toneel te spelen. De cursus bestaat uit vijf middagen van 2,5 uur waarin improvisaties, scènes en

rolopbouw aan bod komen!

Data: 27 januari t/m 24 februari

Tijd: 14.00-16.30 uur

Plaats: SKVR, Aert van Nesstr. 45

Kosten: € 90,-

Aanmelden: zie www.skvr.nl of 010 – 436 13 66

Danscursussen voor 55-plussers

De SKVR-Dansschool biedt vier danscursussen aan voor 55-plussers: klassiek, modern, dansimprovisatie en danstraining. De eerste drie vinden plaats op de vrijdagochtend in de Hennekijnstraat 6. De danstraining vindt plaats op de woensdagochtend in Trefpunt De Dijk, Susannadijk 153 (IJsselmonde).

De danscursussen beginnen allemaal weer in augustus. Meer informatie vindt u op www.skvr.nl.



De Planken Op - Sonja Ewald geeft de workshop Kennismaking spel (foto: Karin Oppelland)