

URBAN VITALITY

SOCIALE PARTICIPATIE EN REGIEVERSTERKING VAN OUDEREN IN DE WIJK

NETWERK EN VOORZORGSMAATREGELEN

Het huidige beleid is erop gericht dat ouderen steeds langer thuis blijven wonen. Er wordt verwacht dat ze zelf, via hun eigen netwerk, voorzorgsmaatregelen nemen voor eventuele ondersteuning. Met het ouder worden nemen de mogelijkheden om maatschappelijk te participeren vaak af. Hoe ondersteun je ouderen in het verkennen van beschikbare opties?

Dat is het uitgangspunt van het project Sociale participatie en regieversterking van ouderen in de wijk. Er worden twee initiatieven bestudeerd; het Stadsdorp en het programma Gezond Actief Ouder Worden (GAOW). Hoe versterken deze programma's de betrokkenheid bij de woonomgeving en stimuleren ze ouderen om de regie over hun eigen leven te nemen?

Stadsdorp en GAOW

GAOW is een wijkgericht, gezondheidsbevorderend groepsprogramma geïnitieerd door professionals voor en door thuiswonende ouderen. Een Stadsdorp is een coöperatie geïnitieerd door (veelal oudere) wijkbewoners, die samen verschillende activiteiten en onderlinge ondersteuning organiseren.

ONTWIKKELING URBAN VITALITY-PROGRAMMA OUDEREN

Fenna van Nes, senior onderzoeker HvA-lectoraat Ergotherapie - Participatie en Omgeving

"Het bewezen effectieve Lifestyle Redesign in Amerika, waarbij ouderen een healthy and active programma volgden, was een belangrijke motivatie bij ons onderzoek naar gezond actief ouder worden. Zoiets kun je hier niet een-op-een overnemen. Daarvoor zijn er te grote culturele verschillen in hoe ouderen leven en we omgaan met ziekte, zorg en preventie. Het GAOW-programma dat we de afgelopen jaren hebben ontwikkeld is, vergeleken met het Amerikaanse voorbeeld, veel minder medisch georiënteerd en wordt vooral in wijken, dichtbij de doelgroep uitgevoerd.

Toen Amsterdam toetrad tot het netwerk van age friendly cities, hebben we tijdens een conferentie met ouderen en betrokken organisaties gepraat over hoe wij als onderzoekers bij kunnen dragen aan een leeftijdsvriendelijk Amsterdam. Inmiddels werkt de HvA met een consortium van de GGD, gemeente Amsterdam, het VUmc, Ben Sajat centrum en de HvA aan een onderzoeksplan."



URBAN VITALITY

SOCIALE PARTICIPATIE EN REGIEVERSTERKING VAN OUDEREN IN DE WIJK

SOCIALE PARTICIPATIE EN ZELFREDZAAMHEID

Martin Stam, lector Outreachend Werken en Innoveren aan de HvA

"In het onderzoek koppelen we sociale participatie en regieversterking aan elkaar. Dat past bij de huidige maatschappelijke ontwikkeling en je bereikt er meer mee, dan wanneer interventies los en verkokerd worden uitgevoerd. In het GAOW-programma dat in het Amstelhuis loopt onderzoeken we, net als in de Stadsdorpen, wat er mogelijk is als je interventies integraal aanbiedt in een gemeenschap van ouderen. Als dit soort programma's succesvol blijken te zijn, willen we ze natuurlijk verder onderzoeken en verduurzamen."

REGIE EN AANSLUITING BIJ DE WIJK

Rosalie Metze onderzoeker Amsterdamse Stadsdorpen; Anke Heijnsman onderzoeker GAOW

Anke: "Het GAOW-programma biedt een raamwerk dat flexibel ingevuld kan worden, afhankelijk van de behoeften en vragen van de betreffende ouderen. We richten ons momenteel concreet op twee praktijkpartners die het programma op verschillende locaties in Amsterdam uitvoeren: OuderWijzer door Actenz/Prezens van GGZinGeest en 'Vitaal blijven meedoen' door Cordaan."

Rosalie: "De ouderen van de Stadsdorpen doen soortgelijke activiteiten als in het GAOW-programma, maar het verschil is dat ze het initiatief zélf hebben opgezet. Het uitgangspunt is het leren kennen van andere ouderen in de wijk (het netwerk verstevigen), om elkaar eventueel te kunnen ondersteunen. Ook hier gaat het erom dat ouderen zelf de regie houden, niet alleen samen met familie, maar juist ook met andere ouderen en mensen uit de buurt."

GROEPSGESPREKKEN, PARTICIPERENDE OBSERVATIES

Rosalie: "Studenten van de minor Outreachend Innoveren spelen een grote rol bij het onderzoek, bijvoorbeeld bij de focusgroepen."

PROJECTINFORMATIE

Het onderzoek wordt uitgevoerd door de HvA-lectoraten Outreachend Werken en Innoveren en Ergotherapie – Participatie en Omgeving. Er wordt samengewerkt met: Stadsdorp Rivierenbuurt, Actenz/ Prezens (onderdelen van GGZinGeest) en Cordaan.

Contact

Martin Stam, lector Outreachend Werken en Innoveren (m.stam@hva.nl), Rosalie Metze, onderzoeker/projectleider (r.n.metze@hva.nl), Anke Heijnsman, onderzoeker (a.heijnsman@hva.nl), Fenna van Nes, senior onderzoeker (f.a.van.nes@hva.nl).

www.hva.nl/urbanvitality

CREATING TOMORROW

Uit hun onderzoeksverslag, dat ze presenteerden aan het Stadsdorp, bleek bijvoorbeeld dat zowel ouderen tot 75 jaar als oudere ouderen vanaf 75 jaar het Stadsdorp zien als een plek om buurtgenoten te ontmoeten, en het (nog) weinig gebruiken voor het regelen van onderlinge ondersteuning. De ouderen vinden ook dat burenhulp vrijblijvend moet zijn en geen verplichting."

Anke: "Afstudeerstudenten van de opleiding Ergotherapie interviewden ouderen van het GAOW-programma in het Amstelhuis. Ze concluderen dat deelnemers het delen, herkennen en uitwisselen van ervaringen waarderen. De rol van groepsondersteuners is hierbij cruciaal; ze moeten het proces van ervaringen delen en bewustwording faciliteren, zonder het over te nemen van de deelnemende ouderen."

DE KRACHT VAN HET PROGRAMMA

Christine Molenaar, ergotherapeut bij GGZinGeest en groepsondersteuner GAOW

"InGeest biedt bijeenkomsten aan gericht op het fysieke, mentale en sociaal-maatschappelijke welbevinden van ouderen. Afhankelijk van de behoeften passen we het GAOW-programma aan. In het begin dachten we dat het vooral ging om het geven van informatie. Maar de ouderen willen ook horen hoe anderen bepaalde problemen oplossen. Die herkenning en bewustwording is de kracht van het programma."

STADSDORPEN EN DE OVERHEID

Chris van der Kroon, beleidsadviseur Amsterdam Stadsdeel Zuid

"De Stadsdorpen hebben hun eigen programma. Als overheid willen we daar bij faciliteren, maar wachten af waar zij mee komen. De Stadsdorpen zijn heel gevarieerd, passend bij de buurt; dat werkt. Het is belangrijk dit soort initiatieven via onderzoek in kaart te brengen. Je laat daarmee zien dat de samenleving al veel zelf doet en oplost."



Recycled