

Generaties over de grens



Jong en oud wonen
en (be)leven samen



OKTOBER 2018

Leyden Academy
ON VITALITY AND AGEING



Aedes-Actiz • Kenniscentrum Wonen-Zorg

INHOUD



SAMEN WONEN

- Viure I Conviure, Barcelona, Spanje 4
- Nagaya Tower, Kagoshima, Japan 5
- Wohnen für Hilfe, Zürich, Zwitserland 6
- Wohnen für Hilfe, Duitsland 8
- Casa Cura, Leuven, België 9
- Swan's Market, Oakland, Verenigde Staten 10
- Lange Eng Cohousing Community, Albertslund, Denemarken 11
- Capitol Hill Urban Cohousing, Seattle, Verenigde Staten 12

SAMEN LEVEN

- Walumba Elders Centre, Warmun, Australië 14
- Mehrgenerationenhaus SOS Mutterzentrum, Salzgitter, Duitsland 16
- Claudius-Höfe, Bochum, Duitsland 18
- Generationernes Hus, Aarhus, Denemarken 19
- Generations Block, Helsinki, Finland 19

4 SAMEN BELEVEN

- Valueducation, India 20
- Points4action, Graz, Oostenrijk 22
- Grandmothers Against Poverty and AIDS, Kaapstad, Zuid-Afrika 23
- Kotoen, Aoba School Support Network en Enza, Japan 24
- Living Library, Kuala Lumpur, Maleisië 28
- San Pasqual Academy Neighbors, Escondido, Verenigde Staten 28
- Curating Whampoa, Singapore 29

COLUMN PIETER EN OMA RIEKA

20

20

22

23

24

28

28

29

30

SLOTWOORD

30

31

Coverbeeld door Juan Luis Rodriguez (project Viure I Conviure, pag. 4), foto hierboven door Marco Javier for the AARP (project Kotoen, pag. 26)

VOORWOORD

Tot in de jaren veertig van de vorige eeuw was het in Nederland gebruikelijk dat meerdere generaties samenleefden onder hetzelfde dak en met elkaar één huishouden vormden. Na de Tweede Wereldoorlog werd het kerngezin of 'nuclear family' de standaard in de Westerse samenleving, bestaande uit twee ouders en eventuele nakomelingen. Inmiddels zijn er talloze nieuwe gezinsvormen ontstaan: alleenwonenden, ongehuwd samenwonenden, eenoudergezinnen, LAT-relaties, woongroepen, tot het LHBT-gezin en samengestelde (of 'Mikado'-)gezinnen. Deze veranderingen hebben de sociale relaties tussen verschillende generaties beïnvloed. Ook buiten het gezin is het minder vanzelfsprekend geworden om een meer dan oppervlakkig contact te realiseren tussen jong en oud, omdat de ontmoetingsplekken voor sociale interacties tussen generaties veranderen. Jong en oud leven behoorlijk langs elkaar heen. Dit versterkt de negatieve beeldvorming over en weer.

We signaleren een toenemende behoefte aan een meer inclusieve samenleving waarin jongeren en ouderen een belangrijke rol kunnen vervullen. Voor steeds meer organisaties geldt dat intergenerationeel contact en kansen scheppen voor een inclusieve samenleving mede bepalend zijn voor het beleid. Denk hierbij aan woningcorporaties en projectontwikkelaars, gemeenten en ministeries en welzijn- en ouderenzorgorganisaties. Maar ook voor ouderen en jongeren zelf is het belangrijk en waardevol om elkaar te ontmoeten en met elkaar in verbinding te blijven.

In de eerdere publicaties *Generaties huizen samen* (2016) en *Generaties (net)werken samen* (2017) verzamelden we veelbelovende Nederlandse initiatieven waarin jong en oud van betekenis zijn voor elkaar. We concludeerden dat zij elkaar veel te bieden hebben en dat de wederzijdse beeldvorming kan verbeteren als sprake is van langdurig, gelijkwaardig en wederkerig contact. Maar hoe zit dit over de grens, wat kunnen we leren van initiatieven uit het buitenland? In deze publicatie met als titel 'Generaties over de grens' zetten we inspirerende projecten van over de hele wereld in het zonnetje: van België tot Australië en van Denemarken tot Singapore. We bekijken hoe generaties daar samen wonen, samen leven en samen beleven.

Wij wensen u leesplezier en veel *fureai* (Japans voor betekenisvolle interactie tussen mensen) en *ikigai* (Japans voor betekenis geven aan het leven).

Yvonne Witter | *Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg*

Danielle Swart | *Jo Visser fonds*

Marieke van der Waal en Niels Bartels | *Leyden Academy on Vitality and Ageing*



SAMEN WONEN

Er kunnen talloze drijfveren zijn voor jonge en oudere mensen om samen onder één dak te wonen. De aanleiding kan praktisch of financieel gedreven zijn, maar vaak blijkt het vooral plezierig om in elkaars gezelschap te vertoeven en elkaar af en toe te kunnen helpen. We lichten er twee woonvormen uit. 'Homesharing' komt overal ter wereld voor, vooral in de vorm van jonge mensen die bij (al dan niet hulpbehoevende) ouderen op kamers komen wonen. Naast de hierna beschreven projecten uit Spanje, Duitsland, Zwitserland en België zijn er vergelijkbare projecten in Nieuw-Zeeland, de Verenigde Staten, Canada, Korea, Frankrijk en Italië. Op de website [Homeshare International](#) vindt u meer informatie. De tweede woonvorm waaraan we aandacht besteden is 'cohousing' waarbij enkele gezinnen, soms met een mix van generaties, samen een woonproject realiseren en een aantal ruimtes en voorzieningen delen. Deze van oorsprong Deense uitvinding vinden we inmiddels in veel landen terug. Ook in Nederland, zoals de [meergeneratie woongemeenschap Eikpunt](#) in Lent.

Viure I Conviure

BARCELONA, SPANJE



In Barcelona is al ruim 35 jaar de Fundació Roure gehuisvest, gericht op kwetsbare ouderen. De stichting omvat een centrum waar overdag activiteiten worden aangeboden en waar verpleegkundigen en psychologen aanwezig zijn voor consultatie. Daarnaast bieden ze thuis ondersteuning zoals hulp bij het schoonmaken, koken en psychische ondersteuning. Ook bemiddelt de stichting sinds 2017 tussen eenzame ouderen die een kamer over hebben en studenten die een kamer zoeken. Dit project heet Viure I Conviure, Catalaans voor leven en samenleven. Het is in 1995 opgezet door een andere stichting die het in 2017 heeft overgedragen aan de Fundació Roure. Sinds de start zijn meer dan 2.000 jongeren en ouderen bij elkaar gebracht. Op dit moment zijn er in Barcelona 61 ouderen en 61 studenten die elkaar op deze manier helpen. De gemiddelde leeftijd van de ouderen is 85 jaar, de jongeren zijn gemiddeld 22 jaar oud.

De Fundació Roure wil met Viure I Conviure betekenisvolle relaties tussen generaties bevorderen en vergemakkelijken. Zij zorgen voor gezelschap voor eenzame ouderen en realiseren alternatieve, betaalbare huisvesting voor jonge mensen in de dure stad Barcelona. De studenten betalen geen huur en hoeven in ruil voor hun kamer ook geen zorg te verlenen of schoon te maken. Wel committeren zij zich om zes dagen per week tijd met hun oudere huisgenoot door te



Foto: Juan Luis Rodriguez

brennen. De precieze hoeveelheid uren staat niet vast, maar de richtlijn is twee uur per dag. Als huisregels geldt dat de studenten uiterlijk om 22.30 uur thuis moeten zijn en geen logees mogen ontvangen. Ze kunnen voor minimaal één academisch jaar blijven, deze periode kan steeds met een jaar worden verlengd totdat de studenten afstuderen.

Ten behoeve van de bemiddeling voeren twee psychologen namens de Fundació Roure gesprekken met de jongeren en ouderen over hun hobby's, karakter, interesses en dergelijke. De studenten betalen als tegemoetkoming voor deze bemiddeling een klein bedrag aan de stichting. Voor de deelnemende ouderen hanteert de stichting de volgende criteria: mensen van 65 jaar of ouder, liefst alleenwonend, die een schone en bewoonbare lege kamer beschikbaar hebben, bereid zijn om hun huis te delen en fysiek en geestelijk nog in staat zijn om zelfstandig activiteiten te ondernemen. Voor de studenten geldt dat zij jonger moeten zijn dan 35 jaar, niet uit

Barcelona komen, studeren aan een universiteit, tijd hebben en gemotiveerd zijn om samen dingen te ondernemen en gesprekken te voeren, zich kunnen aanpassen en een positief beeld hebben van ouderen.

Wat maakt het bijzonder?

Het project loopt al geruime tijd en geniet in Spanje inmiddels brede bekendheid. De ervaringen bij zowel de ouderen als de jongeren zijn zeer positief. De studenten vinden het geweldig om de verhalen van ouderen te horen en hen beter te leren kennen. Vaak ondernemen ze samen activiteiten en koken ze gezamenlijk. In 2010 is er onderzoek gedaan onder 306 deelnemers aan het programma. In de top vijf van positieve opbrengsten stond het opdoen van nieuwe levenservaringen. De Fundació Roure krijgt meer aanvragen van jongeren dan van ouderen. Veel ouderen vinden het toch bezwaarlijk dat ze een deel van hun privacy moeten opgeven, ook al is het uitgangspunt dat het leefritme van de ouderen zoveel

mogelijk wordt gerespecteerd en de jongeren de leefregels moeten onderschrijven.

Wat kunnen we ervan leren?

De ouderen die meedoen aan Viure I Conviure kiezen bewust voor het versterken van het contact met jongeren doordat zij hun huizen openstellen, zonder dat daar een financiële vergoeding tegenover staat. Het contact leidt tot nieuwe ervaringen bij jong en oud en tot gezamenlijke activiteiten. Ze leveren allebei hun bijdrage in deze constructie: beiden geven iets op, maar krijgen er iets waardevols voor terug. Een organisatie zoals Fundació Roure is essentieel als randvoorwaarde. Zij dragen zorg voor een zorgvuldige selectie en begeleiding.

MEER INFORMATIE

- [Website Viure I Conviure](#)

Nagaya Tower

KAGOSHIMA, JAPAN

Sinds 2013 staat in de Japanse stad Kagoshima de Nagaya Tower, een gebouw met 37 huurappartementen gericht op interactie tussen de medebewoners in de leeftijd van 4 tot 95 jaar oud. Het gebouw telt zes verdiepingen met diverse innovaties die het contact tussen de bewoners van verschillende generaties stimuleren. Het gebouw is V-vormig en elke verdieping heeft een gemeenschappelijke ruimte in de punt van de V. De balkons van alle woningen zijn met elkaar verbonden. Op de eerste verdieping is er een dagopvang voor kinderen met ontwikkelingsstoornissen, een café en een winkeltje dat door vrijwilligers wordt gerund. Op tweede verdieping treffen bewoners elkaar in de gemeenschappelijke woonkamer en keuken, op de derde verdieping bevindt zich de tuin. De vijfde verdieping



huisvest bad faciliteiten ('Onsen') met een geweldig uitzicht. Een fulltime 'residence life coördinator' verricht kleine reparaties en organiseert ook evenementen voor de bewoners. De oudere bewoners letten overdag op de kinderen die op de gezamenlijke binnenplaats spelen. Studenten kunnen

huurverlaging krijgen als ze oudere bewoners helpen. Ook de omwonenden worden steeds meer bij de Nagaya Tower betrokken, zodat het gebouw een spilfunctie krijgt in de buurt.

MEER INFORMATIE

- [Website Nagaya Tower](#)

Wohnen für Hilfe

ZÜRICH, ZWITSERLAND



In 2009 startte Pro Senectute in het Zwitserse kanton Zürich met het pilot-project Wohnen für Hilfe, waarbij wordt bemiddeld tussen studenten en ouderen. Pro Senectute is een zelfstandige organisatie gericht op het welzijn van ouderen. Met ruim 3.800 vrijwilligers bieden zij begeleiding, verzorging en zorg, desnoods 24 uur per dag. Ook ondersteunen ze ouderen met financiële problemen. Het Wohnen für Hilfe-project is opgezet als één van de projecten waarbij zij het intergenerationele contact tussen jongeren en ouderen bevorderen met als uiteindelijk doel een bijdrage te leveren aan een maatschappij waarin er meer begrip is voor de verschillende generaties en de beeldvorming over en weer positief wordt beïnvloed.

In Zürich is het uitgangspunt dat één uur hulp per maand overeenkomt met één vierkante meter woonoppervlak. De hulp kan bestaan uit huishoudelijke taken, tuinonderhoud, boodschappen doen, kleine reparaties verrichten, de oudere huisgenoot wegwijs maken in digitale media en hem of haar vergezellen naar culturele evenementen. Voor de bemiddeling

betalen de jongeren 300 Zwitserse franken, dat is circa 260 euro. In het kanton Zürich wordt uitsluitend bemiddeld tussen ouderen en studenten uit Zwitserland en de Europese Unie, in tegenstelling tot de homesharing-projecten in Duitsland en Spanje die ook studenten van buiten de EU toelaten. Dit heeft te maken met de Zwitserse wetgeving.

In september 2012 waren er 34 succesvolle bemiddelingen tot stand gekomen. Het pilot-project is geëvalueerd door het Zentrum für Gerontologie van de Universität Zürich. De vooraf gestelde doelen werden behaald en de deelnemers waren over het algemeen tevreden met de bemiddeling vanuit Pro Senectute. Wel kwamen uit de evaluatie enkele aandachtspunten naar voren, zoals een betere begeleiding bij conflicten en nog duidelijkere regels. Ouderen gaven aan dat studenten vaak afwezig zijn, zoals in het weekend en tijdens de vakanties. Op basis van de evaluatie is een vervolgproject gestart en zijn er vrijwilligers als coaches aangesteld die helpen bij de bemiddeling, het opstellen van de contracten en de begeleiding.





Wat maakt het bijzonder?

In het kanton Zürich wordt het project net zoals elders ingevuld vanuit wederzijdse belangen. Pro Senectute spreekt de ouderen extra aan op het vermijden of verminderen van eenzaamheid, het verbeteren van hun kwaliteit van leven en het veranderen van hun beelden van jongeren. Dit past ook goed bij hun missie en andere activiteiten waarbij ze generaties met elkaar verbinden.

Wat kunnen we ervan leren?

Pro Senectute adviseert om zeer uitgebreid te tijd te nemen om elkaar te leren kennen, voordat er sprake kan zijn van samenwonen. Om misverstanden en teleurstellingen te voorkomen, moeten de verwachtingen bovendien zo expliciet mogelijk worden uitgesproken. Niet alleen over de aard en omvang van de ondersteuning, maar bijvoorbeeld ook over de dagindeling en rusttijden, de aan- of afwezigheid in weekenden en vakantieperiodes, over bezoek ontvangen en het gebruik van telefoon en internet.

MEER INFORMATIE

- [Brochure Wohnen für Hilfe Kanton Zürich](#)
- [Website Pro Senectute met video studente Vanessa en verhuurster Helga](#)
- [Evaluatie Wohnen für Hilfe 2011](#)

Foto's: Ursula Markus, Zürich



Wohnen für Hilfe

DUITSLAND



In 1992 is in Darmstadt het eerste Duitse Wohnen für Hilfe-project gestart, vanwege een tekort aan betaalbare studentenhuisvesting. Tegelijkertijd waren er veel mensen, waaronder ouderen met een hulpvraag, die een kamer in hun huis over hadden. Er wordt een contract gesloten tussen de oudere en de jongere waarbij als vuistregel geldt: voor elke vierkante meter woonoppervlak wordt één uur per maand hulp gegeven. Deze 'Hilfe' kan variëren van tuinieren, autorijden, huishoudelijke taken vervullen tot hulp bij de administratie en correspondentie. Bijkomende kosten zoals het verbruik van gas, water en elektriciteit worden apart afgerekend. Inmiddels wordt er in 37 steden in Duitsland tussen studenten en ouderen bemiddeld, vaak door universiteiten of welzijnsorganisaties. Vooraf wordt achterhaald of mensen voldoende tijd voor elkaar kunnen vrijmaken en hoe verenigbaar de eigen wensen en verwachtingen zijn. Ook ontmoeten de student en de oudere elkaar meerdere keren om af te tasten of het klikt. Gemiddeld blijven de studenten twee tot drie jaar inwonen.

In Keulen wordt sinds 2009 bemiddeld. In 2017 waren er 171 geïnteresseerde studenten, waarvan er 123 de Duitse nationaliteit hadden en er 21 uit Azië kwamen. De meeste jongeren waren tussen de 20 en 30 jaar oud. Er waren in 2017 in Keulen 117 aanbieders, van wie meer dan de helft boven de 70 jaar oud was en 8 aanbieders zelfs ouder dan 90 jaar. Het betrof vooral oudere dames, naast enkele alleenstaande heren en echtparen. Er zijn in Keulen in 2017 in totaal 81 succesvolle bemiddelingen tot stand gekomen. In de gevallen waarbij het niet tot een 'match' kwam, was bijvoorbeeld de woonruimte te ver verwijderd van de universiteit, had de student al andere woonruimte gevonden, trok de oudere zich terug vanwege gezondheidsproblemen of bezwaren van de familie, of bleek het toch onvoldoende te klikken.

Wat maakt het bijzonder?

Op de website van Wohnen für Hilfe Koblenz zijn enkele ervaringen opgetekend van jongeren uit het buitenland die bij ouderen inwonen. Vaak waren ze bij aanvang wat onzeker over hoe het is om samen te leven met een ouder iemand en of je goed met hem of haar kunt opschieten. Uiteindelijk blijkt het vaak mee te vallen en worden er veel ervaringen uitgewisseld over de familie en de eigen cultuur, wordt er samen gekookt en boodschappen gedaan. Voor de buitenlandse studenten is dit ook een goede manier om hun Duits te verbeteren en hun weg te vinden in de samenleving. Een jongen zei: 'Het is alsof ik bij mijn oma woon.'

Wat kunnen we ervan leren?

De inzet van studenten is in Duitsland, net als in Zürich, gekoppeld aan het woonoppervlak: hoe groter je woont, hoe meer er van je wordt verwacht. De nadruk ligt primair op praktische hulp als tegenprestatie voor de kamer. Het intergenerationele contact is bijvangst, maar blijkt gedurende de huurperiode steeds belangrijker te worden.

MEER INFORMATIE

- [Website Wohnen für Hilfe Koblenz](#)
- [Wohnen für Hilfe Keulen, evaluatie 2017](#)

Vorteile für ältere Menschen

Ältere Menschen wünschen sich häufig jemanden der ihnen gerade bei körperlichen Arbeiten unter die Arme greifen kann. Wasserkrüden tragen, den Rasen mähen, Schnee schippen –

Tipp für das erste Treffen: Sprechen Sie Themen an, die Ihren gemeinsamen Alltag betreffen. Dies umfasst Bereiche wie Ruhezeiten, Besuch von...

Casa Cura

LEUVEN, BELGIË



'Op kot bij een kotmadam of kotheer die jouw hulp en gezelschap goed kan gebruiken.' Dit aanbod krijgen studenten in de Vlaamse stad Leuven vanuit het project Casa Cura, een samenwerkingsproject tussen Zorg Leuven, de stad Leuven, de provincie Vlaams-Brabant, de Katholieke Universiteit (KU) Leuven en Hogeschool UC Leuven Limburg. In 2013 verrichte het stadsbestuur samen met KU Leuven een studie naar wonen in de stad, waarbij onder meer werd vastgesteld dat in Leuven naar schatting één op drie woningen onderbenut werden. Meer dan een derde van de ééngezinswoningen werd bewoond door alleenstaanden, zestigerplussers of echtparen. Tegelijk bleek dat senioren er vaak kampen met eenzaamheid en studenten zich op een krappe woonmarkt bevinden. Begin 2014 nam de Huisvestingsdienst van KU Leuven daarop contact op met het Openbaar Centrum voor Maatschappelijk Welzijn Leuven om samen te bekijken of er een combinatie kon worden gemaakt tussen enerzijds studenten die een betaalbare kamer zoeken en anderzijds senioren die woonruimte over hebben. Het project werkt volgens de 'kotmadamformule', een tijdelijke vergunning aan huis-eigenaren die voor vijf jaar wordt toegekend, waarna eventueel een nieuwe aanvraag kan worden ingediend. Binnen de kotmadamformule gelden enkele voorwaarden. Zo komen alleen eigenaars die in deze woning verblijven in aanmerking, moet de opdeling goedgekeurd worden (stedenbouwkundige vergunning) en moet worden voldaan aan normen voor woonkwaliteit en brandveiligheid.

Het gaat bij Casa Cura om hulpbehoevende ouderen, die gebruik maken van thuiszorg. De studenten wonen niet gratis maar betalen een aanzienlijk lagere huur dan gebruikelijk in Leuven. In ruil daarvoor wordt een 'klein engagement' verwacht. Wat dit is, wordt in onderling overleg bepaald. Op de website van Casa Cura delen enkele deelnemers hun ervaringen. Zo verhuurt Det een kamer aan de Noorse studente Waad. Na haar beroerte heeft Det een jaar alleen gewoond, zij geniet nu van het gezelschap van haar jonge huisgenote. Waad op haar beurt vindt het fijn dat er iemand is als zij thuiskomt: 'Ik vind het echt heel cool'.

Geneeskundestudent Toon huurt een kamer bij weduwnaar Maurits die graag piano voor hem speelt, 'want het is veel interessanter als er iemand is die luistert.' De afspraken tussen rechtenstudent Gilles en zijn blinde 'kothoer' Marc staan zwart op wit, maar volgens Gilles had dit nauwelijks



gehoeven: 'Er is een papiertje waarop de engagementen van de beide kanten staan. Maar doordat wij zo'n goede verstandhouding hebben, is dat eigenlijk niet nodig.'

Wat maakt het bijzonder?

Met Casa Cura wordt in Leuven een aantal doelen nagestreefd: het tegengaan van leegstand, intergenerationele cohesie, engagement bevorderen bij studenten en hen kansen bieden om op kamers te wonen in een huiselijke, familiale sfeer. De deelnemers worden begeleid door een maatschappelijke assistent. Vergelijkbare projecten in België zijn de 'senior-student formule' van non-profitorganisatie 1toit2ages en het hospita-wonen in Gent.

Wat kunnen we ervan leren?

Voor de oudere doelgroep van dit project bleek de aanvraagprocedure erg ingewikkeld en tijdrovend, de hulp van een maatschappelijk werker was een absolute noodzaak. In het vervolgtraject wordt gesproken over 'Zorgwonen' en is het geen aanvraag meer, maar een melding. Hiermee wordt de procedure vereenvoudigd. Binnen het concept Zorgwonen kunnen straks ook huurders zich aanmelden als kotmadam of kothoer, mits de huiseigenaar akkoord is.

MEER INFORMATIE

- [Website Casa Cura](#)
- [Website 1toit2ages](#)



Swan's Market

OAKLAND, VERENIGDE STATEN



Swan's Market Cohousing is gevestigd in een oude markthal in het historisch stadscentrum van Oakland, in Californië in de Verenigde Staten. Deze oude markthal, die in verschillende delen werd gebouwd tussen 1917 en 1940, beslaat een heel stadsblok en staat op de monumentenlijst. In 2000 is Swan's Market herontwikkeld. In de markthal zijn gevestigd: een nieuwe verswarenmarkt, restaurants, kantoren, het Museum of Children's Art en 18 appartementen in de betaalbare huursector. Ook omvat het complex Swan's Market Cohousing, een woongemeenschap voor jong en oud. Er wonen in de 20 woningen 35 personen, in leeftijd variërend tussen 2 weken en 88 jaar oud.

Cohousing in de Verenigde Staten is een gemeenschappelijke woonvorm waarbij de bewoners naast een zelfstandige woning een aantal ruimtes en voorzieningen delen, vergelijkbaar met Centraal Wonen in Nederland. Swan's Market Cohousing bestaat uit 20 koopappartementen van 63 tot 142 vierkante meter en circa 300 vierkante meter aan gemeenschappelijke ruimtes: een eetkamer, keuken, zitkamer, kinderkamer, logeerkamer, klusruimte, wasruimte, fitnessruimte en berging. Alle appartementen liggen aan een brede gemeenschappelijke 'straat' tussen de woningen. De gemeenschappelijke tuin, een iets verhoogde groene zone, kijkt uit op de openbare binnenplaats waar de winkels en restaurants gevestigd zijn.



Wat maakt het bijzonder?

Hoewel in de Verenigde Staten woongemeenschappen van ouderen sterk in opkomst zijn, zijn er ook senioren die er bewust voor kiezen om met meerdere generaties samen te leven. Zo ook de ouderen die in Swan's Market wonen. 'We houden van de reuring en van de kinderen die hier heen en weer rennen,' zegt Michael Coleman (78), een bewoner van het eerste uur. Hij vertelt dat er in de buurt een cohousing voor senioren is ontwikkeld, maar dat geen van zijn oudere medebewoners zich daartoe aangetrokken voelt. Samenleven met meerdere generaties combineert de voordelen van elke generatie, zegt hij: 'De fysieke mogelijkheden en kracht als je jong bent, en de wijsheid die kan komen als je ouder bent.'

Omdat het om koopappartementen gaat, hebben de bewoners van Swan's Market Cohousing niet direct invloed op wie in een vrijkomend appartement komt wonen. Jonge mensen zijn wel geïnteresseerd, vertelt Michael Coleman, maar de huizenprijzen stijgen en dat maakt het lastig voor starters op de woningmarkt. Toch wonen er jonge gezinnen met kinderen in Swan's Market. Toen vorig jaar één van de oudere bewoners overleed, is haar dochter met man en kind in het appartement komen wonen. Twee weken geleden is er in dit gezin een baby geboren, in hetzelfde bed waarin de grootmoeder overleden is. In een ander vrijgekomen appartement is een voormalige bewoonster uit de oorspronkelijke initiatiefgroep opnieuw in het cohousing komen wonen, nu met een fulltime verzorgende.



Wat kunnen we ervan leren?

Michael Coleman denkt dat een gemeenschappelijke woonvorm het gemakkelijker maakt om langer zelfstandig thuis te blijven wonen: 'Ik denk dat dit vooral te maken heeft met de houding van alle bewoners. De medebewoners zullen niet per se zorg verlenen aan de ouderen, maar het gevoel dat je op elkaar kunt rekenen is al heel belangrijk.' En, zegt hij, we weten allemaal hoe belangrijk sociale contacten zijn voor ouderen!

MEER INFORMATIE

- [Website Swan's Market](#)
- [Artikel Gemeenschappelijk wonen over de grens van Els de Jong, onderzoeksbureau Wono](#)



Met dank aan Els de Jong. Foto's: Michael Coleman

Lange Eng Cohousing Community

ALBERTSLUND, DENEMARKEN

Cohousing is een Deense uitvinding uit de jaren zestig, ontstaan vanuit traditionele manieren van samenwonen. Het grootste project in zijn soort in Denemarken is Lange Eng Cohousing Community in Albertslund, net buiten Kopenhagen. De gemeenschap dateert uit 2009, telt 54 huizen en appartementen en er wonen meer dan honderd volwassenen en honderd kinderen. Elk huis is verbonden met de gemeenschappelijke tuin, met kampvuren en speeltuinen. Bijzonder is het gemeenschapshuis van 600 vierkante meter, met op de begane grond een grote

keuken en eetkamer waar zes dagen per week samen wordt gekookt en gegeten. Aanschuiven is niet verplicht, wel werkt elke volwassen bewoner elke zes weken voor 2 à 3 dagen achtereen in de keuken. Op de eerste verdieping van het gemeenschapshuis zijn diverse gezamenlijke hobby- en workshopruimtes, een café en mini-bioscoop.

Foto: Laura Stamer for Dorte Mandrup AVS

MEER INFORMATIE

- [Website Lange Eng Cohousing](#)



Capitol Hill Urban Cohousing

SEATTLE, VERENIGDE STATEN



Het architectenechtpaar Mike Mariano en Grace Kim zijn de grondleggers van deze kleinschalige cohousing gemeenschap in Seattle, in het noordwesten van de Verenigde Staten. Mariano en Kim houden op de begane grond kantoor met hun eigen architectenbureau en wonen met hun 10-jarige dochter op de vierde etage. Zoals te zien is op de plattegrond, zijn er in totaal negen wooneenheden met binnen en buiten gemeenschappelijke ruimtes (in geel gemarkeerd). Het duurzame en energiezuinige complex is in juni 2016 in gebruik genomen.

In Capitol Hill Urban Cohousing wonen diverse generaties bij elkaar: gezinnen met jonge kinderen, echtparen van middelbare leeftijd waarvan de kinderen al uit huis zijn, een alleenstaande dame. De jongste bewoner is 2 jaar oud, de oudste 69. De bewoners onderschrijven enkele gedeelde waarden, zoals gezond en bewust leven, samen delen en elkaar helpen, en de overtuiging dat elke generatie zijn unieke inbreng heeft. In een TED Talk uit 2017 benadrukt initiatief-

neemster Grace Kim het belang van 'intentie': alle bewoners hebben de uitgesproken wil om samen te leven en er voor elkaar te zijn.

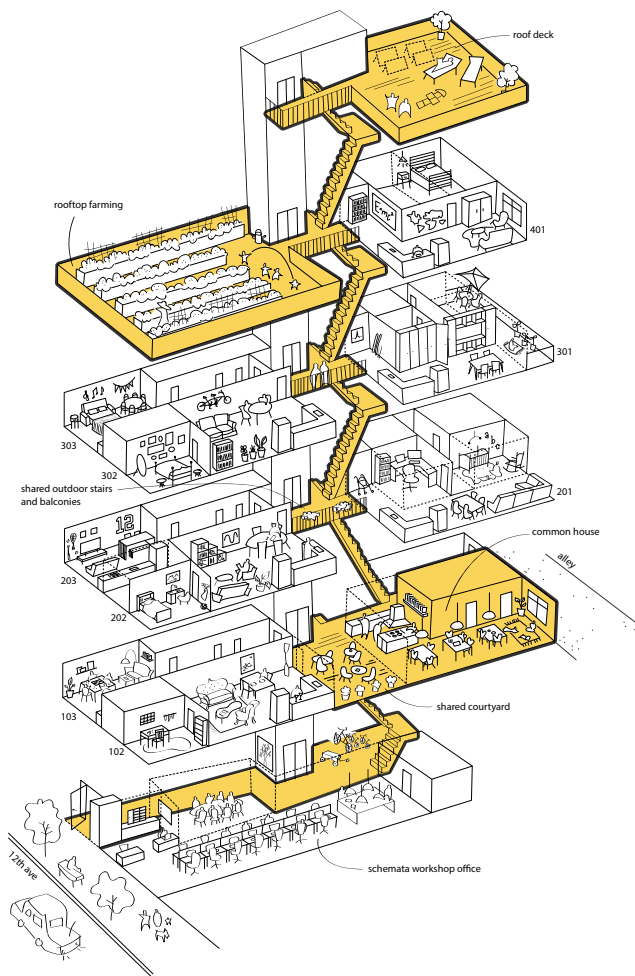
Een bijzondere rol speelt het 'common house' op de eerste etage, waar gezamenlijk wordt gegeten. Kim noemt samen eten de 'special sauce' van cohousing, het geheime ingrediënt: zij heeft tientallen projecten bezocht en is ervan overtuigd geraakt dat hoe vaker de bewoners samen aanschuiven voor de maaltijd, hoe hechter de gemeenschap wordt. Samen eten betekent verhalen en ervaringen delen, plannen maken, naar elkaar luisteren en elkaar helpen. Bij Capitol Hill Urban Cohousing wordt om de beurt gekookt in teams van drie, waarbij steeds iemand anders de leiding heeft in de keuken.

Wat maakt het bijzonder?

Een bijzonder element is de tuin op het dakterras, die iets serieuzer is opgezet dan de doorsnee moestuin. De ambitie is om er een productieve biologische tuin van te maken die het hele jaar door oogst oplevert. Niet alleen voor de bewoners zelf, maar ook een lokaal biologisch restaurant wordt door de tuin voorzien van groente en fruit. In het ontwerp en onderhoud van de tuin wordt samengewerkt met de Seattle Urban Farm Company. Schoolkinderen uit de buurt mogen de tuin bezoeken om te leren wat je allemaal zelf kunt verbouwen, ook als je in de grote stad woont.

Wat kunnen we ervan leren?

Capitol Hill Urban Cohousing kent een diverse mix van jonge en oudere bewoners. Maar wat gebeurt er als de jongste bewoners straks uitvliegen en de huidige oudere bewoners afhankelijker worden? Hoe houd je de gemeenschap vitaal en veerkrachtig? Volgens Mike Mariano is dat een uitdaging van elke cohousing gemeenschap. Capitol Hill Urban Cohousing kent verschillende typen appartementen, volgens Mike Mariano kan dit de doorstroom bevorderen als gezinnen waarvan de volwassen kinderen uit huis zijn bijvoorbeeld kleiner gaan wonen, en zo ruimte maken voor een groter gezin met jonge kinderen. Ook is er overeenstemming onder de bewoners dat de mensen die (bijna) met pensioen zijn wat meer tijd besteden aan de gemeenschappelijke taken dan de mensen die fulltime werken. Het idee is dat deze extra inspanning op termijn wordt terugbetaald als de oudere bewoners wat minder kunnen bijdragen en – binnen redelijke grenzen – zorg en ondersteuning nodig hebben van hun medebewoners.



Sheila en Spencer zijn eind zestig en daarmee de oudste bewoners van Capitol Hill Urban Cohousing. Ze hebben bewust gekozen voor een intergenerationele cohousing gemeenschap, vanuit de overtuiging dat dit hen mentaal scherp houdt. Sheila beaamt dat zij op dit moment wat extra's doen: 'Iedereen draagt zijn steentje bij, maar omdat wij met pensioen zijn hebben we genoeg tijd en energie om op de kinderen te passen en om het gebouw en gemeenschapszaken te beheren. Dat gaat een keer veranderen, en dan is het te hopen dat we iets van het 'sociaal kapitaal' kunnen verzilveren dat we nu opbouwen. Maar we realiseren ons ook dat er geen garanties zijn. We verwachten zeker ook geen fysieke zorg, het zit hem meer in een oogje in het zeil houden, ons naar de dokter brengen, dat soort dingen.' Niet alle onderwerpen lenen zich ervoor om met medebewoners besproken te worden, of zelfs met familie en vrienden. Sheila en Spencer hebben om die reden een groep leeftijdsgenoten waarmee ze elke maand twee uur bijeenkomen om thema's te verkennen als dementie, fysieke achteruitgang, goede zorg in de laatste levensfase en het testament.

MEER INFORMATIE

- [Website Capitol Hill Urban Cohousing](#)
- [TED Talk Grace Kim: How cohousing can make us happier \(and live longer\)](#)
- [Artikel New York Times over cohousing in de V.S.](#)
- [Artikel Lisia Zheng, UC Berkeley over cohousing met meerdere generaties](#)



SAMEN LEVEN

Hoe richt je de omgeving zo in, dat ontmoetingen tussen inwoners vanzelfsprekender worden? Wat kun je in de wijk doen om jong en oud meer met elkaar te verbinden? Er zijn in binnen- en buitenland talloze voorbeelden te vinden van projecten die dit soort sociale interactie nastreven. Van renovaties van oude wijken tot het introduceren van buurthuizen die het kloppend hart vormen van de gemeenschap, met functies en activiteiten voor alle leeftijden. Soms gaat een hele wijk op de schop. In enkele gevallen kan er zelfs helemaal met een schone lei worden gestart. Zoals in Warmun in Australië, waar de gemeenschap getroffen werd door een natuurramp en zo gedwongen werd om opnieuw te beginnen.



Walumba Elders Centre

WARMUN, AUSTRALIË



Het Walumba Elders Centre kent een trieste aanleiding. Op 13 maart 2011 werd de afgelegen Aboriginal gemeenschap in Warmun, in het uiterste noorden van Australië, getroffen door hevige overstromingen die het grootste deel van het stadje overspoelden. Binnen vier uur werden huizen, gemeenschapsgebouwen, de kliniek, de school en het woonzorgcentrum onherstelbaar beschadigd. Architectenbureau Iredale Pedersen Hook kreeg een mooie maar delicate opdracht: bouw een nieuw thuis voor de ouderen van het Gija volk, met respect voor hun tradities en gebruiken en beter bestand tegen toekomstige natuurrampen. De 'Elders', die bij het Gija volk hoog in aanzien staan, werden in elke fase van het proces betrokken. Waar in het Westen verpleeghuizen

regelmatig aan de rand van de gemeenschap worden gebouwd, kreeg het Walumba Elders Centre een centrale plek, direct naast de school, als teken van respect voor de ouderen en om de overdracht van de Gija-cultuur, taal, kennis en geschiedenis zoveel mogelijk te stimuleren. Architect Finn Pedersen: 'De ouderen kozen voor deze plek om de kinderen op school te kunnen zien en om het heel makkelijk te maken voor de kinderen om op bezoek te komen en tijd door te brengen met hun 'grannies''. Het complex, dat op 2,5 meter hoge palen staat om eventuele nieuwe overstromingen te weerstaan, is in 2014 opgeleverd. Het biedt een thuis aan zowel zelfstandig wonende ouderen als mensen met dementie.



Volgens Pedersen moest bij het ontwerp met een aantal factoren rekening worden gehouden die voortkomen uit de Aboriginal cultuur en tradities. Zo moet het gebouw aparte vertrekken hebben voor mannen en vrouwen, dit geldt ook voor de ruimtes voor het schilderen en zingen. Er moest een ontmoetingsplek komen voor de Gija-rituelen en vuurkuilen om 'bush food' te koken en voor religieuze ceremonies. Er moesten inheemse planten en medicinale kruiden kunnen worden verbouwd. Ook gelden er ingewikkelde omgangsvormen, bijvoorbeeld tussen schoonmoeder en schoonzoon, die vereisen dat mensen kunnen 'surveilleren' rond het complex om te zorgen dat die omgangsvormen worden gerespecteerd. Maar ook de wijze waarop conflicten tussen families worden beslecht en de uitvaartrituelen stelden eisen aan het ontwerp van het Elders Centre.

Wat maakt het bijzonder?

Het Walumba Elders Centre staat in het hart van de gemeenschap, kinderen lopen er de hele dag langs. De vuurkuilen onder de veranda en op de grond worden gebruikt voor ceremoniële rook-rituelen, maar ook voor de gezelligheid als iemand langskomt met een net gevangen 'goanna' (grote hagedis) als maaltijd. Bij dit soort gelegenheden is iedereen van de partij, ook de kinderen.

In de zomer, het natte seizoen, wordt dit gebied geteisterd door subtropische regenbuien. De architect heeft hier iets speciaals mee gedaan: 'Om de neerslag in goede banen te leiden, hebben we enorme dakgoten geplaatst die een soort watervallen vormen rondom het gebouw. Dit was een goed idee, want het trekt veel kinderen aan. De ouderen hebben ontzettend veel pret als ze de kinderen in de watervallen zien spelen.'

Wat kunnen we ervan leren?

Volgens Pedersen is het best lastig om hier als Nederlandse lezer iets van op te steken omdat de Aboriginal-cultuur zo fundamenteel anders is dan de onze. Wel vindt hij dat het proces dat is gevolgd bij het ontwerp eigenlijk voor elk woonproject zou moeten gelden: het intensief betrekken van de bewoners en hun families, het liefst al voordat de locatie is gekozen. Pedersen en zijn team gebruikten kartonnen modellen en tekeningen om het ontwerp uit te werken en



Foto's: Peter Bennetts

weer aan de betrokkenen te presenteren. Aan die workshops deden vaak ook de (klein)kinderen en andere familieleden mee.

Het Walumba Elders Centre kende ook tegenslag: de overheid financierde wel de bouw van het complex, maar dekte niet de operationele kosten. En net als in Nederland, geldt in Australië dat een woonzorgcentrum gekwalificeerd personeel in dienst moet hebben en aan diverse eisen moet voldoen. Het Centre is nu bezig om hun personeel, vaak leden van het Gija volk, de benodigde diploma's te laten behalen en is op zoek naar een partner die kan helpen om de bedrijfsvoering aan de vereisten te laten voldoen. Tot die tijd fungeert het Walumba Elders Centre als een uitvalsbasis voor thuiszorg en worden mensen er dagelijks naar toe gebracht voor activiteiten, om te koken en geholpen te worden bij het wassen. Dat werkt naar behoren, maar de architect ziet er een belangrijke les in voor overheden en lokale gemeenschappen om goed te kijken naar hoe een instelling wordt gefinancierd en met welke operationele kosten, waaronder personeel en opleidingen, rekening moet worden gehouden.

MEER INFORMATIE

- [Website Architizer over Walumba Elders Centre](#)

Mehrgenerationenhaus SOS Mutterzentrum



SALZGITTER, DUITSLAND

In Salzgitter, bij Braunschweig in Duitsland, staat sinds 2010 één van de ongeveer 450 Mehrgenerationenhäuser die Duitsland telt. Een wijkvoorziening die zorg voor ouderen, mensen met dementie, vluchtelingen en kinderopvang combineert. Jong en oud kunnen er terecht voor activiteiten en ondersteuning. Generaties helpen elkaar, er is saamhorigheid en minder eenzaamheid in de buurt. De Duitse overheid stimuleert sinds enkele jaren deze vorm van intergenerationeel samenleven, mede geïnspireerd op het succes van dit bijzondere voorbeeld. Het prijswinnende innovatieve Mehrgenerationenhaus SOS Mutterzentrum is een mix tussen een dorps huis, een dagopvang en een activiteitscentrum voor senioren, alleenstaande moeders, vluchtelingen en andere doelgroepen. De wijkvoorziening heeft ook een tweedehandswinkel, een restaurant en een koffiehuis.

Het begon allemaal met een openbare woonkamer, gestart door moeders voor moeders (vandaar de term 'Mutterzentrum') en is in de afgelopen jaren uitgegroeid tot een lichtend voorbeeld van integraal werken. Ouderen, kinderen, moeders en vluchtelingen: iedereen zwermt door elkaar in het buurtcafé en restaurant, de tweedehandsmarkt, de speeltuin en de vele groepsactiviteiten of dagopvang. Het motto in Salzgitter is 'Kijken, meedoen, zelf doen!'. Hildegard Schooss nam ooit het initiatief tot dit project, inmiddels is Sabine Genther als manager aangesteld die het reilen en zeilen coördineert.

Wat maakt het bijzonder?

Een nieuwe ontwikkeling is het integreren van de dagopvang voor kinderen en ouderen. Toen in mei 2017 de nieuwe ruimten voor dagopvang gereed kwamen, ontstond de mogelijkheid om de ruimten voor kinderen en ouderen vlak naast elkaar te situeren. Nu is er een gezamenlijk programma gemaakt waarin ze samen eten, activiteiten ondernemen en feestjes vieren. De begeleidsters zijn bijgeschoold om elkaars doelgroep beter te kunnen begeleiden. Manager Genther: 'Door de toegenomen migratie en werkende ouders bleken grootouders en kleinkinderen elkaar steeds minder te ontmoeten. Met dit nieuwe programma geven we verder vorm aan het intergenerationeel samenleven. Het is een verrijking voor alle deelnemers en begeleiders. Natuurlijk willen we weten of de effecten uiteindelijk ook meetbaar zijn, daarom wordt deze nieuwe vorm van integrale dagopvang nauwlettend gevolgd door onderzoekers.' Pedagoog dr. Richardt van de moederorganisatie SOS-Kinderdorf: 'De demografische veranderingen raken onze hele maatschappij. Hier vinden we nieuwe mogelijkheden om met die veranderingen om te gaan.'

Een greep uit het zomerprogramma van 2018 maakt duidelijk dat twee thema's leidend zijn. Ten eerste de intergenerationele ontmoeting, met onder meer muziekles (piano en fluit), creatieve lessen en de open ontmoetingsruimten. Daarnaast de interculturele ontmoeting, met praatgroepen en groepen waarin jonge moeders en zwangere migranten met elkaar en met vrijwilligers hun weg vinden in de Duitse samenleving.





Wat kunnen we ervan leren?

De laatste jaren ziet Genther steeds meer nieuwkomers die hulp zoeken bij het invullen van formulieren en het vinden van hun weg door instanties en in de Duitse samenleving. Lokale bewoners die een handje helpen en spontane ontmoetingen in het café en de marktplaats, dragen bij aan een positieve sfeer. Het restaurant en café in het centrum wordt door een grote groep mensen gebruikt. De zeer betaalbare maaltijden dragen zo ook bij aan integratie tussen jong, oud en nieuwkomers. Veel tijd gaat zitten in het vinden van subsidies en giften en de verschillende diensten die afgerekend moeten worden met bijvoorbeeld de gemeente.

Een belangrijke manier om het contact met de stad te onderhouden is niet alleen het openstaan voor iedereen die het Mehrgenerationenhaus wil bezoeken, maar juist ook door deel te nemen aan allerlei evenementen die in en rond de stad worden gehouden. Zoals het stadsontbijt, de senioren dag, de speeldag aan het meer en diverse sportieve evenementen. Dit zijn uitstekende gelegenheden om de waarde van het inclusieve en intergenerationele samenleven ook buiten het ontmoetingscentrum te laten zien.



MEER INFORMATIE

- [Website Mehrgenerationenhaus SOS Mutterzentrum](#)
- [Artikel Meergeneratie en gemeenschappelijk wonen in Berlijn van Eric Schlangen, HabiPro](#)
- [In Ermelo wordt woonwijk Het Oranjepark gebouwd, geïnspireerd door het Duitse Mehrgenerationenhaus](#)

Met dank aan Eric Schlangen (tekst en foto's)



Claudius-Höfe

BOCHUM, DUITSLAND



De Claudius-Höfe is een herontwikkeling van een oud industrieterrein te Bochum in Duitsland. Het is meer dan een meergeneratie-woonproject: het is ook een voorbeeld voor inclusie van mensen met een verstandelijke beperking én een woon-werk-vrije tijd-voorziening waar 180 mensen met en zonder beperking samenleven. Het begon in 2004 toen de ouders van kinderen met een beperking en hun school, de Mathias Claudius stichting, samen zochten naar een oplossing voor hun kinderen die als schoolverlaters werk en woonruimte zochten. Zij hebben hun maatschappelijke droom verwezenlijkt door deze letterlijk zelf te bouwen. Hun visie op inclusie nodigt mensen uit om in hun leefomgeving te komen en er te wonen of logeren. Zakenmensen, burgers, oud en jong, met of zonder beperking, kunnen in de Claudius-Höfe wonen, werken, ontspannen, eten, cultuur beleven en maken.

Het woonproject, dat prijzen won voor architectuur en duurzaamheid, ligt vlakbij winkels en het station van Bochum. Het project heeft volgens een tevreden bewoner een positieve invloed gehad op de wijk als geheel, die wat aan het verloederen was. De wijk is mooier en levendiger geworden. Het project omvat 46 toegankelijke woningen voor mensen met beperkingen, 15 stadswoningen voor gezinnen, twee woongroepen voor studenten en een hotel met 18 tweepersoonskamers. Daarnaast zijn er een café en restaurant, een kapel, een gemeenschapsruimte en -keuken.

Wat maakt het bijzonder?

De woningen zijn toegankelijk én duurzaam. En er gebeurt meer dan alleen wonen en werken: in het buurttheater treden bewoners met een beperking en buurtbewoners bijvoorbeeld samen op als toneelvereniging KU | KU | C. Ze oefenen samen veel in het iets verderop gelegen Haus der Parität. De gemeenschap is geen enclave, maar goed geïntegreerd in de omliggende wijk.

De geslaagde combinatie van inclusie, duurzaamheid en intergenerationeel werken heeft de Claudius-Höfe diverse prijzen opgeleverd. Het begon met de onderscheiding als 'Plaats van de vooruitgang' voor het hele concept en de opname in de Klimaatexpo van deelstaat Nordrhein-Westfalen vanwege het extreem lage energieverbruik door het gebruik van warmteterugwinning, zonne-energie en de aansluiting op het stadswarmtenet. In 2016 hebben ze ook de Duitse prijs voor projectontwikkeling gekregen. Staatssecretaris Günther Adler bewonderde de geslaagde combinatie van betaalbaarheid en duurzaamheid met dienstverlening en inclusie: 'Een sociaal dorp in een grootstedelijke omgeving'.

Wat kunnen we ervan leren?

Oud-burgemeester van Bremen Henning Scherf en Matthias Claudius voorzitter Willi Gründer zijn stellig over de lessen van dit project: 'Burgers kunnen hun samen-leven uitstekend zelf organiseren. De rijkdom aan vaardigheden, opvattingen en interesses die hier zijn ingetrokken, hebben we nodig bij het oplossen van allerlei maatschappelijke problemen. De overheid moet leren om niet alle vragen zelf te willen beantwoorden maar de juiste kaders te bieden waarbinnen burgers dit zelf kunnen realiseren.' Een ander belangrijk leerpunt is dat het wel degelijk mogelijk is om als maatschappelijke organisatie buiten je eigen kernactiviteit iets bijzonders en nieuws te realiseren, als je het maar doet vanuit gedeelde idealen, samen met je klanten en stakeholders.

MEER INFORMATIE

- [Website Claudius-Höfe](#)

Met dank aan Eric Schlangen.

Foto's: Bernadette Grimmenstein





Foto's: AART architects

Generationernes Hus



AARHUS, DENEMARKEN

Generationernes Hus (Het Generaties Huis) is een ambitieus bouwproject in de oude containerhaven van Aarhus, de op een na grootste stad van Denemarken. Het zal meer dan 300 appartementen herbergen voor jongeren, gezinnen, volwassenen met een beperking en ouderen: zowel zelfstandig wonende ouderen als ouderen die afhankelijk zijn van zorg. Het Generationernes Hus omvat ook een kinderdagverblijf voor 150 peuters,

cafés, gemeenschappelijke tuinen en sportvoorzieningen. De bedoeling is dat de levens van alle bewoners met elkaar verweven raken en dat ieders capaciteiten worden aangesproken. Het huis moet niet alleen een pleisterplaats worden voor de mensen die er wonen, maar ook voor buurtgenoten en bezoekers. De bouw is inmiddels gestart, oplevering is gepland in 2020.

MEER INFORMATIE

- [Website Generationernes Hus](#)

Generations Block



HELSINKI, FINLAND

De Finse woningcorporatie Settlementtiasunnot startte in 2010 met de ontwikkeling van Generations Block, een huizenblok voor alle leeftijden op het schiereiland Jätkäsaari in Helsinki. In 2017 is het in gebruik genomen. Generations Block bestaat uit drie onderling verbonden gebouwen met in totaal 262 woningen voor 400 bewoners van alle leeftijden. Het ontwerp is erop gericht dat bewoners elkaar ontmoeten en er zijn veel open en gedeelde ruimtes zoals een theater, binnentuin, sport-school, een ruimte voor houtbewerking en uiteraard een grote sauna. Een 'block coach' helpt de bewoners op weg en organiseert activiteiten om de mensen

kansen te bieden om met elkaar in contact te komen, zoals taalles, een workshop fietsen repareren, binnen en buiten sporten en op elkaars hond passen. Ralf en Marjut Lepistö vinden het er plezierig wonen: 'De gemeenschappelijkheid wordt je niet opgedrongen, iedereen mag vrijwillig meedoen. Maar je hoeft hier niet alleen te zijn.'

MEER INFORMATIE

- [Website Generations Block](#)
- [Video Generations Block](#)

Foto's:
Miia Karppinen/Settlementtiasunnot Oy



SAMEN BELEVEN

In de publicatie Generaties (net)werken samen uit 2017 verzamelden we inspirerende projecten uit Nederland en Vlaanderen waarin jong en oud gezamenlijk optrekken: samen spelen, leren, koken, tuinieren, elkaar coachen of gewoon leuke dingen doen. Soms helpt de een de ander, vaak is de relatie gelijkwaardig en wederkerig omdat beide partijen er wijzer van worden of omdat ze elkaar vinden vanuit een gedeelde passie of interesse. Ook buiten onze landsgrenzen bruist het van de initiatieven die jongeren en ouderen samen brengen, waarbij vaker dan bij ons de nadruk ligt op het behoud van culturele tradities en verhalen door deze aan de jongste generatie over te dragen.



Valueducation

INDIA

Valueducation is een project van het International Longevity Centre (ILC) India dat zich richt op intergenerationale solidariteit en het overdragen van kennis, normen en waarden. ILC India is gevestigd in Pune, een stad 158 kilometer ten zuidwesten van Mumbai. Het idee voor Valueducation is ontstaan in 2014, het jaar erna is het voor het eerst getest op een school onder de kinderen van tien tot en met twaalf jaar oud. In 2016 is het project onder tien scholen uitgerold, waarmee bijna duizend schoolkinderen zijn bereikt.

India kent vele tradities waarbinnen het respect voor ouders en oudere generaties als belangrijke culturele waarde wordt gezien. Helaas zijn door veranderingen in de maatschappij, zoals toenemend materialisme, sommige culturele tradities aan het vervagen en zelfs aan het verdwijnen. Mensen leven meer voor zichzelf. Ook de familiestructuren veranderen. Vroeger vormden ouders, kinderen en kleinkinderen een huishouden, waarbinnen er intensieve interactie was en kwetsbare ouders als vanzelfsprekend werden verzorgd





door de kinderen en kleinkinderen. Nu is het kerngezin steeds meer de norm aan het worden, waarbij het gezin bestaat uit twee ouders en eventuele nakomelingen en de zorg voor kwetsbare ouders niet meer tot de eigen verantwoordelijkheid wordt gerekend. Ook is de beeldvorming over tradities aan het kantelen. Jongeren willen zich meer spiegelen aan westerse gewoonten ('aping the West'). Dit vormde de aanleiding voor ILC India om het project Valueducation op te zetten met als doel de jonge generaties de typisch Indiase cultuur, waarden en tradities bij te brengen en het contact tussen de generaties te herstellen. Men richt zich op kinderen, omdat zij gemakkelijk en snel leren en omdat zij de volwassenen zijn van de toekomst.

In het Valueducation project maakt ILC India gebruik van gepensioneerde vrijwilligers. Het project is geïnspireerd door een oud Afrikaans gezegde: 'de dood van een oudere is als het verbranden van een bibliotheek'. De vrijwilligers waren voorheen leraren of leidinggevenden en zijn geselecteerd omdat ze het leuk vinden om met kinderen om te gaan. De vrijwilligers gaan naar de basisscholen toe om op een informele manier les te geven door verhalen, legendes en fabels te vertellen en de kinderen liedjes te leren. Ook dragen de ouderen poëzie voor en leren zij de kinderen respect te hebben en zorgzaam te zijn voor ouderen en vrouwen. Zodat zij hen, als zij eenmaal volwassen zijn, blijven koesteren en waarderen. Ook komen normen en waarden aan de orde die betrekking hebben op eerlijkheid, integriteit, oprechtheid, hygiëne en het belang van hard werken. Het project biedt ouderen ook de kans om een verantwoordelijkheid die van oudsher de hunne was, maar door maatschappelijke veranderingen doorbroken is, te herstellen door de jongeren te prikkelen. Na alle lessen wordt de leerlingen gevraagd om over de 'Values' die zijn besproken een essay te schrijven of een tekening te maken. De essays en tekeningen worden beoordeeld en de auteurs van de drie beste essays of tekeningen winnen een prijs die tijdens een speciale bijeenkomst wordt uitgereikt.

Wat maakt het bijzonder?

ILC India heeft dit programma uitgerold bij kansarme scholen waar de ouders beperkte mogelijkheden hebben om de kinderen een goede basis mee te geven aan tradities, normen en waarden. Jongeren in klas vijf tot en met zeven van de basisschool (10 tot 12 jaar oud) doen mee aan het programma. Binnen Valueducation is er sprake van wederkerigheid. De oudere persoon blijft een actieve bijdrage leveren aan de maatschappij en het creëert een band tussen schoolkinderen en ouderen. Het belangrijkste is dat de sfeer in de klas ontspannen is en niet lijkt op die van een leraar en leerlingen, maar van grootouders en kleinkinderen. Ouderen zijn een belangrijke bron van kennis, wijsheid en ervaring. Uit de feedback van de leraren, ouders en de kinderen zelf kwam naar voren dat de kinderen het erg leuk vonden en blij waren dat ouderen hen kennis en vaardigheden bijbrachten. Ouders en docenten vonden de kinderen sensitiever, zorgzamer en empathischer richting hun ouders en grootouders.

Wat kunnen we ervan leren?

In India signaleerden diverse organisaties erosie in de maatschappelijke normen en waarden en de nadelige gevolgen daarvan. De basis van deze normen en waarden wordt in de kindertijd gelegd en overgedragen van ouders op kinderen, van vrienden op vrienden, van leraren op kinderen, enzovoort. In de huidige snel veranderende wereld is er in India een groeiende behoefte aan meer eenheid en goede communicatie. Daarvoor vinden zij het belangrijk om de normen en waarden van een samenleving te blijven onderhouden en te werken aan wederkerigheid en harmonie tussen de verschillende generaties en in de maatschappij.

MEER INFORMATIE

- [Website Valueducation](#)
- Value Education towards empowerment of youth – a holistic approach. Sundaresan Shobha, Nandakumar Kala. *Social and behavioural sciences* 172 (2015) 192-199

Points4action

GRAZ, OOSTENRIJK



Points4action is gestart in 2006 op initiatief van de gemeente Graz in Oostenrijk (wethouder Jeugd en familie) en de jongerenorganisatie LOGO. Het project is de uitkomst van een onderzoek vanuit de gemeente Graz naar behoeften van ouderen in serviceflats en woonzorgcentra. Points4action biedt jongeren in leeftijd van 13 tot 19 jaar en senioren in ouderenzorginstellingen de gelegenheid om met elkaar in contact te komen, activiteiten te ondernemen en hun levensverhalen te delen. De jongeren krijgen voor deze inzet bonuspunten ('points for action') die als betaalmiddel gelden voor bijvoorbeeld bioscoopkaartjes, toegang tot het zwembad, pizza's, poolbiljarten, de aanschaf van boeken of het behalen van het brommerrijbewijs.

Alle activiteiten zijn gebaseerd op vrijwillige inzet van de jongeren en actieve begeleiding door het (zorg)personeel. Op dit moment doen 19 ouderenzorginstellingen mee en er is veel belangstelling onder de ouderen om activiteiten met jongeren te ondernemen. Veel voorkomende activiteiten zijn voorlezen, kaarten en andere spelletjes doen, muziek maken en winkelen. De deelnemende jongeren worden geacht empathisch en respectvol te zijn naar de ouderen en om vriendelijk, begripvol, geduldig, geïnteresseerd, liefdevol en bereidwillig te zijn. Alle jongeren die meedoen volgen workshop waarin ze leren hoe om te gaan met ouderen en hoe het project werkt. Jongeren die al meedoen met Points4action delen tijdens de workshop hun eigen verhalen en ervaringen.

Foto's: LOGO Jugendmanagement GmbH



Wat maakt het project bijzonder?

Het project brengt op een plezierige manier jongeren en ouderen met elkaar in contact en het levert de jongeren ook nog iets extra's op. Eind 2017 is de balans van het jaar durende project opgemaakt. In 2006 startte het project met 45 jongeren en in 2017 deden er al 279 jongeren mee. In totaal zijn er 2.679 jongeren in contact gebracht met 24 organisaties waar ouderen wonen. Vanuit Points4action hebben jong en oud samen 45.642 uur doorgebracht. Ieder uur levert één bonuspunt op. In 2017 zijn de punten besteed aan 374 filmbezoeken, 128 pizza's, boeken ter waarde van 881 euro, 331 zwembadbezoeken, 10 bromfietslicenties en ruim 9.273 euro aan Graz vouchers (een soort VVV-bonnen).

Volgens Andrea Črnko van LOGO Jugendmanagement in Graz speelt leeftijd geen rol, zowel bij de jongeren als bij de ouderen: het gaat vooral om de persoonlijke klik tussen mensen. 'Veel jongeren bezoeken regelmatig dezelfde persoon omdat ze elkaar leuk vinden. Points4Action zet mensen niet zomaar bij elkaar, we vinden het heel belangrijk om goed te kijken hoe je de jongeren en ouderen 'matcht' en we zien vaak mooie vriendschappen ontstaan. Zo was er een jongeman die tot het einde bij een oudere dame bleef toen zij overleed, omdat hij de enige was die haar kon kalmeren.'

Wat kunnen we ervan leren?

Points4action is in twaalf jaar uitgegroeid tot een belangrijk en succesvol project dat jong en oud in Graz aan elkaar verbindt. Naast de vriendschappen die ontstaan en de positieve bijdrage die het project levert aan de beeldvorming tussen jong en oud, blijkt het soms ook jonge mensen te interesseren voor de ouderenzorg. Črnko: 'In een van de deelnemende verpleeghuizen werkt een heel enthousiaste contactpersoon die de jongeren begeleidt. Mevrouw P. zorgt echt goed voor haar Points4action-jongeren. Ze vertelde dat een jongedame zich onlangs aan haar voorstelde als nieuwe collega. Ze kwam haar bekend voor. Wat bleek: ze was jaren geleden via Points4action in aanraking gekomen met het verpleeghuis en had op basis hiervan voor de zorg gekozen.'

MEER INFORMATIE

- [Website Points4aktion](#)
- In Nederland zijn Leyden Academy en het Jo Visser fonds in 2017 gestart met het vergelijkbare project [Zomervisite](#)

Grandmothers Against Poverty and AIDS



KAAPSTAD, ZUID-AFRIKA

De hiv/aids-pandemie heeft in veel Afrikaanse landen om zich heen gegrepen, veel kinderen zijn er besmet of verweesd geraakt. Zuid-Afrika is relatief hard getroffen, met 6 miljoen vooral jonge mensen die lijden aan hiv/aids. Gezinnen worden vaak door de grootmoeders bijeen gehouden: zij zijn kostwinner en voeden de kleinkinderen op, vaak in moeilijke omstandigheden. Om deze oma's te helpen, is in 2001 Grandmothers Against Poverty and Aids (GAPA) opgericht in de sloppenwijk Khayelitsha, buiten Kaapstad in Zuid-Afrika. GAPA richt zich op onderwijs en psychosociale ondersteuning voor de grootmoeders. Ook wordt GAPA Aftercare aangeboden, naschoolse opvang voor de kinderen in de wijk. Zij vinden hier een veilige en liefdevolle plek na schooltijd, krijgen een warme maaltijd en worden door de oma's vermaakt en verwend.

De kinderen worden ook geholpen bij hun huiswerk, kunnen op de computer werken en de grootmoeders leren hen vaardigheden als breien, naaien en tuinieren, vertellen traditionele verhalen en leren ze de liedjes van vroeger. In 2015 zijn zo 212 kinderen geholpen door vijf grootmoeders die

hier speciaal voor zijn opgeleid. GAPA heeft inmiddels navolging gekregen in landen als Tanzania, Zimbabwe, Zambia, Mozambique, Lesotho en Kenia.

MEER INFORMATIE

- [Website GAPA](#)



Foto's: An-Sofie Kesteleyn



Kotoen, Aoba School Support Network en Enza



JAPAN

In Japan zijn er twee ontwikkelingen die het belang van intergenerationele contacten onderstrepen. Allereerst het grote aantal ouderen: in 2017 was meer dan één op de vier Japanners 65 jaar of ouder, en dit aandeel neemt verder toe door de stijgende levensverwachting en de dalende geboortecijfers. Steeds meer mensen vinden het onwenselijk voor de maatschappij en voor ouderen zelf als zij na hun pensionering passief 'ontvanger' worden van sociale voorzieningen. Van ouderen wordt verwacht dat zij blijven participeren, een bijdrage leveren aan hun directe leefomgeving en zich inspanssen om kwetsbaarheid uit te stellen. Op oudere Japanners wordt steeds vaker een beroep gedaan om vrijwilligerswerk te doen met als bijvangst het verstevigen van de intergenerationele contacten. Denk aan het meehelpen op scholen, bij zomeractiviteiten en het geven van bijles.

De tweede ontwikkeling betreft de veranderende gezinsituatie. Voor 1960 woonden Japanners met meerdere generaties in grote gezinnen. Mede door de economische groei is het kerngezin in Japan meer de norm geworden, waardoor interacties tussen jongeren en ouderen afnemen. Het percentage ouderen dat alleen of met partner samenwoont en niet in familieverband leeft, neemt toe. Dit heeft tot gevolg dat voor de meest kwetsbare ouderen de behoefte aan (intramurale) zorg en ondersteuning toeneemt, omdat de familie, zoals vroeger gebruikelijk was, hiervoor niet meer zorgdraagt. Ouderen worden meer als een last gezien en het respect voor ouderen neemt af. Door kinderen op diverse leeftijden in contact te brengen met ouderen kan dit beeld worden bijgesteld en kunnen culturele tradities en gebruiken spelenderwijs worden overgedragen. Met diverse intergenerationele projecten wil men in Japan tevens de sociale isolatie van ouderen tegengaan, want de toenemende eenzaamheid is volgens Japanners een groot probleem. Hier beschrijven we drie voorbeelden van Japanse initiatieven.

Enza is een woonzorgcentrum in de Kagawa provincie waar het 'Kids Day'-programma is ontwikkeld, naschoolse opvang voor kinderen van de kleuterschool. Na schooltijd komen de kinderen van wie de ouders tot laat in de avond moeten werken naar het woonzorgcentrum. Zij krijgen daar te eten en te drinken, maken hun huiswerk en kijken televisie met de oudere bewoners. De bewoners helpen bij het huiswerk en leren de kleuters spelletjes van vroeger. Door tijd met elkaar door te brengen ervaren de kinderen dat ouderen aandacht krijgen fijn vinden, en de ouderen op hun beurt ervaren dat zij nog van betekenis kunnen zijn voor de kinderen. De interactie met de kleintjes houdt de bewoners fysiek en mentaal actief en het geeft hen de kans om hun wijsheid en ervaringen door te geven.

MEER INFORMATIE OVER ENZA

- [Website ENZA](#)

Aoba School Support Network (ASN) is een burgerinitiatief, opgericht in 2005. Oudere ASN-vrijwilligers ondersteunen scholen vanuit hun inzet als bijzondere onderwijs assistent. ASN vindt dat de hele gemeenschap een verantwoordelijkheid heeft bij de opvoeding van kinderen en dat dit belangrijk is voor het contact tussen de generaties. Alle vrijwilligers krijgen een training en kunnen daarna bijvoorbeeld helpen bij de start van het nieuwe schooljaar in april, om de nieuwe leerlingen wegwijs te maken. Ook begeleiden zij leerlingen tijdens schoolreisjes en excursies. ASN huurt tevens klaslokalen waar vrijwilligers in het weekend workshops voor jongeren organiseren, bijvoorbeeld gericht op handenarbeid of scheikundige experimenten, het maken van kooktoestellen of speelgoed op zonne-energie. Door deze activiteiten blijven de ouderen actief en vaak ook gezonder. Jongeren, docenten en de ouders waarderen het werk van de ouderen en dit geeft veel voldoening.

MEER INFORMATIE OVER ASN

- [Website ASN](#)







Foto's: Marco Javier for the AARP



In Tokyo is in 1962 door de organisatie **Kotoen** een huis gebouwd voor ambulante ouderenzorg met de kinderopvang als naaste burens. De kinderen gingen op bezoek bij de ouderen en dit bleek een gouden greep. In 1987 heeft Kotoen het kinderdagverblijf en verpleeghuis als eerste in één gebouw geïntegreerd. Kotoen staat sindsdien model voor 'een grote familie onder één dak' met als doel 'fureai', oftewel betekenisvolle interactie tussen mensen. Dit model is op meerdere plekken en in diverse vormen in Japan uitgerold. Alle initiatieven zijn gericht op het stimuleren van het contact tussen de verschillende generaties. In Kotoen wordt veel aandacht besteed aan de lokale feestelijkheden waarbij de ouderen de kinderen leren wat de Japanse tradities en lokale gebruiken betekenen. Er zijn ook gezamenlijke activiteiten waarbij samenwerking vereist is, zoals het zaaien en poten van planten. Kinderen leren van ouderen hoe je dit moet doen. Ook worden ceremonies en speciale gebeurtenissen samen gevierd, zoals de eerste schooldag, het afscheid nemen van school en de maandelijkse viering van verjaardagen. Zo ontstaan gedeelde herinneringen. De ouders van de kinderen zijn heel blij met deze initiatieven omdat de ouderen zelf zeer ervaren vaders en moeders zijn die goed op hun kinderen letten en hen nieuwe kennis en sociale vaardigheden bijbrengen.

MEER INFORMATIE OVER KOTOEN

- [Website Kotoen](#)



Wat maakt het bijzonder?

Veel van de intergenerationele projecten in Japan zijn zeer lokaal van opzet. Helaas wordt er weinig in het Engels over gepubliceerd. Enkele onderzoekers, waaronder Hayashitani in 2012, hebben in Japan intergenerationele projecten geanalyseerd en internationaal beschreven. Zij wilden achterhalen waarom ouderen deelnemen aan deze projecten. Ouderen geven aan dat dit voor hun een mogelijkheid is om kennis en vaardigheden door te geven, ze kunnen iets terugdoen voor de maatschappij en het draagt bij aan een grotere tevredenheid bij ouderen en aan hun 'ikigai' (betekenisgeven aan het leven). Morita and Kobayashi vonden bij een observatiestudie in 2013 dat intergenerationele projecten ouderen vrolijk maakten en dat het hen andere onderwerpen gaf om over te praten. Kamei e.a. vonden dat de kwaliteit van leven van ouderen verbeterde en dat het aantal ouderen met depressieve symptomen afnam.

Wat kunnen we ervan leren?

Japan is eeuwenlang een gesloten land geweest, de Japanse cultuur kent daarom relatief weinig invloeden van buitenaf. Inmiddels is Japan een moderne en snel veranderende maatschappij maar toch wordt er nog veel waarde gehecht aan het van generatie op generatie overdragen van tradities, waarden en normen. Japanners vinden het belangrijk dat ouderen deel uit blijven maken van de maatschappij, in welke vorm dan ook, zowel uit oogpunt van 'fureai' als 'ikigai'. Beide begrippen zijn relevant bij het komen tot een inclusieve samenleving waar mensen uit alle generaties een plek hebben en worden geacht in te nemen, een ambitie die we ook in de Westerse wereld nastreven.

MEER INFORMATIE

- Het [International Longevity Centre in Japan](#) heeft veel onderzoek gedaan naar intergenerationele initiatieven
- De Kotoen-formule is niet uniek: in veel landen worden combinaties gemaakt tussen kinderopvang en verpleeghuizen. Zoals in [Mount St. Vincent](#) in Seattle, bij [Columbia Garden Village](#) in Invermere, Canada en dichterbij huis, zoals het recent geopende [Boefjes en Barista's](#) in woonzorgcentrum Nieuwehagen in Den Bosch
- Hayashitani H. (2012) Daily interactions between older people and children: the current and ideal states. *Sonoda Journal*, 46
- Keiko Sugi. Introducing effective intergenerational programs in age-integrated facilities at Kotoen. *Journal of intergenerational relationships* 2009, 7:1, 40-44, DOI: 10.1080/15350770802628943
- Kumiko Morita and Minako Kobayashi. Interactive programs with preschool children bring smiles and conversation to older adults: time-sampling study. *BMC Geriatrics* 2013, 13:111, DOI: 10.1186/1471-2318-13-111
- Tomoko Kamei e.a. Six month outcomes of an innovative weekly intergenerational day program with older adults and school-aged children in a Japanese urban community. *Japan journal of nursing science* 2011; 8, 95-107 DOI: 10.1111/j.1742-7924.2010.00164.x



Living Library

KUALA LUMPUR, MALEISIË

In het Living Library project in de Maleisische hoofdstad Kuala Lumpur wordt de kennis van ouderen 'uitgeleend' aan jongeren. Het project is opgezet in 2016 en wordt begeleid door de Global Shapers Community van het World Economic Forum, een internationaal netwerk van jonge professionals die een positieve bijdrage willen leveren aan hun lokale gemeenschap. Groepen studenten komen naar verzorgingshuizen en gaan er bij toerbeurt met de ouderen in gesprek. Zij spreken over hun leven, maar ook over de uitdagingen die zij als

ouderen tegenkomen in het dagelijks leven in de grote stad. De jongeren gaan vervolgens aan de slag met de zaken die de ouderen dwars zitten, zoals kapotte stoeptegels of te korte oversteeptijden bij de stoplichten. Een Living Library-sessie duurt ongeveer anderhalf uur, waarna er met z'n allen wordt gegeten.

MEER INFORMATIE

- [Website Living Library](#)



San Pasqual Academy Neighbors

ESCONDIDO, VERENIGDE STATEN

In 2001 werd in Escondido in San Diego County de San Pasqual Academy opgericht, een kostschool speciaal voor pleegkinderen. Een kwetsbare groep, waarvan in de Verenigde Staten slechts de helft de middelbare school afmaakt. Om de scholieren te ondersteunen en hen het gevoel te geven (eindelijk) een thuis te hebben, heeft de school tien 'grootouders' aangesteld die op de campus zijn gaan wonen. Deze 'San Pasqual Academy Neighbors' betalen een lage huur en zetten zich in ruil daarvoor in voor de jongeren. Ze helpen hen met bijvoorbeeld hun huiswerk, loopbaankeuzes en levensvragen en geven daarnaast les in vakken als handenarbeid, tuinieren en vissen.

Dit is een van de vele intergenerationele initiatieven die worden ondersteund door San Diego County vanuit de overtuiging dat ouderen de gemeenschap in het algemeen, en jongeren in het bijzonder, heel veel te bieden hebben. San Diego County heeft daarom vijf 'intergenerational coordinators' aangesteld die tientallen programma's ondersteunen die ouderen mobiliseren om kwetsbare jongeren te helpen. Zoals de 'Garden Grannies' die bij een kleuterschool in El Cajon de kinderen twee keer per week alles leren over tuinieren en smullen van wat er groeit en bloeit.



Foto: Cade Martin, Dawn Arlotta, USDCDCP via Pixnio

MEER INFORMATIE

- [Website San Diego County, intergenerational programs](#)
- Meer Amerikaanse intergenerationele initiatieven zijn verzameld in de publicatie [I need you, you need me - The young, the old and what we can achieve together](#) van Generations United en de Eisner Foundation, mei 2017



Foto's: Tsao Foundation



Curating Whampoa

SINGAPORE

Whampoa is een wijk in Singapore. De ouderen van deze wijk worden actief betrokken bij diverse projecten onder de noemer Curating Whampoa, een programma met als doel de geschiedenis en het levende erfgoed van de wijk te behouden en op een andere manier te presenteren. Niet in een stoffig museum, maar in een brede context van mensen, objecten, ruimtes en activiteiten. De oudere bewoners spelen hierin een sleutelrol. Curating Whampoa is een initiatief van de Tsao Foundation en universitair hoofddocent Thomas Kong en wordt ondersteund door de National Heritage Board in Singapore. Via dit project hopen de initiatiefnemers te stimuleren dat ouderen blijven meedoen en dat zij hun erfgoed kunnen vastleggen en overdragen. Er worden diverse thematische evenementen georganiseerd met als doel een breed, bottom-up en inclusief perspectief te tonen van een wijk in verandering. Het biedt een alternatieve museumervaring bestaande uit de herinneringen, de hoop maar ook de bezorgdheid van de bewoners van Whampoa.

Bij de start van ieder project worden in een co-creatieproces 'Community Curators Workshops' georganiseerd. Naast oudere wijkbewoners zijn er vaak ook kunstenaars, ontwerpers, studenten en welzijnswerkers bij betrokken. Deze mensen gaan uiteindelijk zelf projecten opzetten, leiden en uitbouwen. De workshops gaan steeds over het verkennen van thema's die voor gemeenschapsvorming en het delen van kennis in de wijk van belang zijn. Het eerste evenement dat hieruit voortkwam was de Rumah Whampoa-tentoonstelling in 2017, die ging over een typische thuisomgeving in Whampoa en bestond uit foto's en verhalen van personen en objecten in het bezit van de oudere bewoners. De expositie is op twaalf plekken in de wijk tentoongesteld.

Om de banden tussen jongeren en ouderen te versterken, is in 2018 een nieuw thema gekozen: 'zelf bereid eten', ofwel het Rumah Whampoa EATS project. Rumah betekent huis, EATS staat voor Elders And Teens Sharing. In dit project zijn tien oudere wijkbewoners en zestien middelbare scholieren aan elkaar gekoppeld. Ze zijn meerdere keren bijeen gekomen, eerst zijn traditionele gerechten geproefd en later door de jongeren en ouderen samen bereid.

Wat maakt het bijzonder?

De teams hebben de verhalen achter hun gerechten besproken en foto's gemaakt van het samen snijden, koken en uitserveren. De recepten, verhalen en foto's zijn verzameld in een reizende tentoonstelling die in april en mei 2018 in Whampoa te zien was. Daarnaast konden de teams hun foto's en verhalen als collages insturen voor de Rumah Whampoa EATS-wedstrijd, zoals de inzending hierboven van Auntie Helen en haar teamleden Karthik, Swetha en Lois. De prijswinnaars zijn bekendgemaakt op 1 oktober 2018, Internationale Ouderendag.

Wat kunnen we ervan leren?

Curating Whampoa heeft een overkoepelend doel, maar laat de invulling vooral over aan de oudere bewoners zelf zodat zich zoveel mogelijk betrokken voelen en enthousiast worden. De Community Curators Workshops zijn een interessante manier om tot nieuwe activiteiten te komen, zeker met behulp van de creatieve inbreng van kunstenaars en ontwerpers.

MEER INFORMATIE

- [Website Curating Whampoa](#)

COLUMN Pieter en Oma Rieka

Laatst kwam Pieter bij ons logeren. Pieter is twee en een half jaar oud en voor zijn leeftijd al heel wijs. Hij kan fietsen zonder zijwieltjes en presteert het om zonder angst op een snowboard een besneeuwde helling af te gaan. Ik ben niet zijn echte oma, maar voor Pieter ben ik oma Rieka. Het is een genot (en ook best een beetje vermoeiend) om Pieter de hele dag om mij heen te hebben. Ik moet zeer alert blijven, hem volop vermaken en verwennen, maar ook even troosten als iets niet lukt of mag. Met Pieter om mij heen krijgt mijn eigen leefwereld een extra dimensie. Ik ben me meer bewust van mijn drieënvijftigjarige jarige leeftijd: ik realiseer me dat tig keer optillen, ronddraaien en achter elkaar aan rennen vermoeiender is dan vroeger. Maar het levert ook heel veel pret op. Het versterkt mijn identiteit in de relatie met de ander. Ik mag er als oma Rieka voor Pieter zijn en ik zie dat hij het fijn vindt dat ik er ben. We hebben betekenis voor elkaar.

Identiteit ontstaat in relatie tot de ander. Identiteit is belangrijk voor het 'zijn': er mogen en willen zijn. Ongeacht je leeftijd wil ieder mens (h)erkend worden. Jongeren onderling doen dat steeds meer door het delen van foto's en filmpjes via sociale media. Het werk, de sportvereniging, de school, maar ook woonzorgcentra en verpleeghuizen zijn plekken waar de identiteit wordt ingekleurd op basis van levensloop, gedrag, uiterlijk en prestaties. In ons leven bouwen we onze identiteit op en passen we die op basis van de situatie steeds weer aan. Gaandeweg ontstaan er stereotype beelden op basis van de identiteit van de groep. Die beelden kunnen het contact in de weg zitten, zoals bij groepen met een diverse etnische achtergrond of van verschillende generaties. Als het gaat over jong en oud dan zijn er dominante negatieve stereotype beelden die moeilijk te slechten zijn. Ouderen vinden dat jongeren altijd maar haast hebben en raar praten. Jongeren vinden ouderen traag en oninteressant. Maar is dat wel zo? Negatieve beeldvorming belemmert daadwerkelijk contact en zo is er een ongewenste kloof ontstaan tussen jongeren en ouderen. We leven in een leeftijd-gesegregeerde maatschappij. Onbekend maakt onbemind. Maar gelukkig is hier iets aan te doen.

In mijn dagelijks leven ontbreken frequente en intense ontmoetingen met leeftijdsgenoten van Pieter. Op mijn werk en tijdens feestjes van de kinderen, ontmoet ik twintigers. Mijn schoonvader ontmoet eigenlijk alleen nog maar een paar familieleden, kennissen en zorgverleners. De generatie van



Pieter is voor hem onbereikbaar geworden, met uitzondering van de anonieme kleintjes in de supermarkt. Als we streven naar een inclusieve samenleving, waarin alle generaties betekenis voor elkaar hebben en mensen van alle leeftijden erbij horen, zijn interacties en sociale relaties van levensbelang. Projecten en activiteiten gericht op intergenerationeel contact kunnen de beeldvorming van jong en oud ten positieve veranderen en de houding naar elkaar toe verbeteren. Van belang is de kwaliteit en de frequentie van het contact. Jongeren en ouderen kunnen veel van elkaar leren en elkaars leefplezier vergroten. Het contact tussen jong en oud versterkt de identiteit. Ik ben ervan overtuigd dat dit effect universeel is en de mens eigen: de verrijking die ik voel als de kleine Pieter door ons huis huppelt, zullen mijn leeftijdsgenoten overal ter wereld herkennen.

Marieke van der Waal
Directeur Leyden Academy on Vitality and Ageing

SLOTWOORD

In deze publicatie zijn voorbeelden verzameld van intergenerationele initiatieven die gaan over *samen wonen*, *samen leven* en *samen beleven*. We hoefden niet lang te zoeken: over de hele wereld stuitte we op interessante projecten die in de kern vaak veel op elkaar lijken, al zijn ze mijlenver van elkaar verwijderd. Mariano Sánchez e.a. (2007)⁽¹⁾ beschrijven dat de eerste intergenerationele projecten in de zestiger en zeventiger jaren van de vorige eeuw in de Verenigde Staten werden opgezet, omdat familieleden steeds verder uit elkaar gingen wonen vanwege veranderingen in de arbeidsmarkt. In de jaren negentig van de vorige eeuw kwamen er vele projecten in Amerika en Canada bij vanwege sociale problemen, culturele en economische behoeften. Pas later kwamen er projecten in Europa en Azië als een reactie op veranderingen in de maatschappij die isolatie van ouderen en veranderingen in de beeldvorming over ouderen tot gevolg hadden. Inmiddels brokkelen overal traditionele gezinsstructuren af en migreren jonge mensen naar de stad. Die verandering lijkt niet te stoppen: ook niet met wetgeving, zoals in China wordt geprobeerd. Ouderen kunnen daar hun kinderen voor de rechter dagen om financiële en emotionele ondersteuning af te dwingen. De eeuwenoude Confuciaanse traditie om de ouderen te eren, lijkt er op zijn retour. In elk geval zal slim moeten worden nagedacht hoe de verbinding tussen generaties kan worden behouden.

In de voorbeelden in deze bundel is er vaak een praktische aanleiding: kamernood onder studenten, een wijk revitaliseren of de behoefte om lokale waarden, normen en tradities te behouden en over te dragen. Maar de overtuiging groeit dat intergenerationele projecten jong, oud én de samenleving als geheel veel kunnen opleveren. De 'winst' voor oudere mensen is het meest evident. Zeker voor kwetsbare ouderen is het niet meer zo eenvoudig om nieuwe contacten op te doen. Eerder in het leven zijn er fasen waarin je heel natuurlijk nieuwe relaties opdoet, zoals in de klas, tijdens de zwangerschapsgym, als ouder wachtend op het schoolplein, op het werk, tijdens vrijwilligerswerk. Als je ouder bent, is het minder makkelijk om verticale netwerken op te bouwen met jongere mensen, terwijl het horizontale netwerk met eigen leeftijdsgenoten steeds smaller wordt. Jonge mensen kunnen voor ouderen het leven van buiten naar binnen halen, een nieuw netwerk meebrengen, de digitale wereld ontsluiten en

zorgen voor andere gespreksonderwerpen. Maar oudere mensen hebben op hun beurt ook heel veel te bieden. Denk aan de levenservaring, wijsheid en verhalen van de ouderen als 'levende musea' (zoals in Whampoa, Singapore) of 'levende bibliotheken' (zoals in Kuala Lumpur, Maleisië). Ze hebben meer tijd om bijvoorbeeld een oogje in het zeil te houden, kunnen een luisterend oor bieden en een rol spelen in de opvoeding, zoals de oudere 'Neighbors' op de campus in Californië en de grannies in Zuid-Afrika. Zo dragen deze initiatieven voor alle betrokkenen bij aan nieuwe contacten, ervaringen en vaardigheden.

Deze indruk kregen wij al vanuit de projecten in deze publicatie, maar het wordt bevestigd door wetenschappelijk onderzoek: intergenerationele projecten bevorderen het welzijn van ouderen, kinderen en jongeren. Uit onderzoek van Judith MacCallum e.a. (2006)⁽²⁾ kwam naar voren dat ouderen vrolijker en vitaler worden en beter kunnen omgaan met fysieke en mentale achteruitgang. Andere voordelen waren een hogere eigenwaarde, het doorbreken van eenzaamheid en het gevoel van betekenis te zijn. Zij leerden van de jongeren nieuwe vaardigheden. MacCallum heeft ook de kinderen en jongeren gevraagd welke voordelen zij ervaren: zij kregen meer zelfvertrouwen en betere sociale vaardigheden. Ze waren verrast hoe verschillend oudere mensen eigenlijk zijn. MacCallum vond in haar onderzoek dat de beeldvorming over en weer verbeterde, maar ook dat gemeenschappen vitaler werden – er was meer reuring – en dat mensen meer naar elkaar omkeken.

Matthew Kaplan e.a. (2017)⁽³⁾ schreven over het belang van intergenerationele relaties, waarvan zij vinden dat deze het fundament vormen voor een maatschappij waarin je goed oud kan en mag worden. Het is van belang voor een duurzame samenleving, waarin relaties binnen families, gemeenschappen en wijken en buurten de dragers zijn.

Waar ook ter wereld, intergenerationele projecten maken mensen vrolijk en ze dragen bij aan een samenleving waarin iedereen betekenis kan hebben voor elkaar. Hopelijk bieden de diverse voorbeelden in deze publicatie inspiratie om hier zelf mee aan de slag te gaan.

1 Mariano Sánchez e.a. 2007. *Intergenerational programmes*. Towards a society for all ages. Fundación 'la Caixa'. http://generationsworkingtogether.org/downloads/53aabc130d1c6-lG%20programmes%20-%20towards%20a%20society%20for%20all%20ages%20vol23_en.pdf

2 Judith MacCallum e.a. 2006. *Community building through intergenerational exchange programs*. Australia: National Youth Affairs Research Scheme. https://docs.education.gov.au/system/files/doc/other/community_building_through_intergenerational_exchange_programs.pdf

3 Matthew Kaplan, Mariano Sanchez, Jaco Hofman. *Perspectives on sustainable growth. Intergenerational pathways to a sustainable society*. Springer 2017: DOI 10.1007/978-3-319-47019-1

Deze publicatie is een uitgave van:

Leyden Academy on Vitality and Ageing

www.leydenacademy.nl

Jo Visser fonds

www.jovisserfonds.nl

Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg

www.kcwz.nl

COLOFON

| | |
|------------|-------------------------------------------------------------------------|
| Tekst | Danielle Swart, Marieke van der Waal, Niels Bartels en Yvonne Witter |
| Vormgeving | Engelen & de Vrind, Leiden |
| Fotografie | Alle rechthebbenden zijn vermeld bij de betreffende foto's |
| Drukwerk | Drukwerkdeal |

Kijk op www.leydenacademy.nl/generatiesoverdegrens
voor de digitale versie van deze publicatie,
met handige linkjes naar websites en artikelen.

