

OUDER WIJS



EINDRAPPORTAGE PILOT

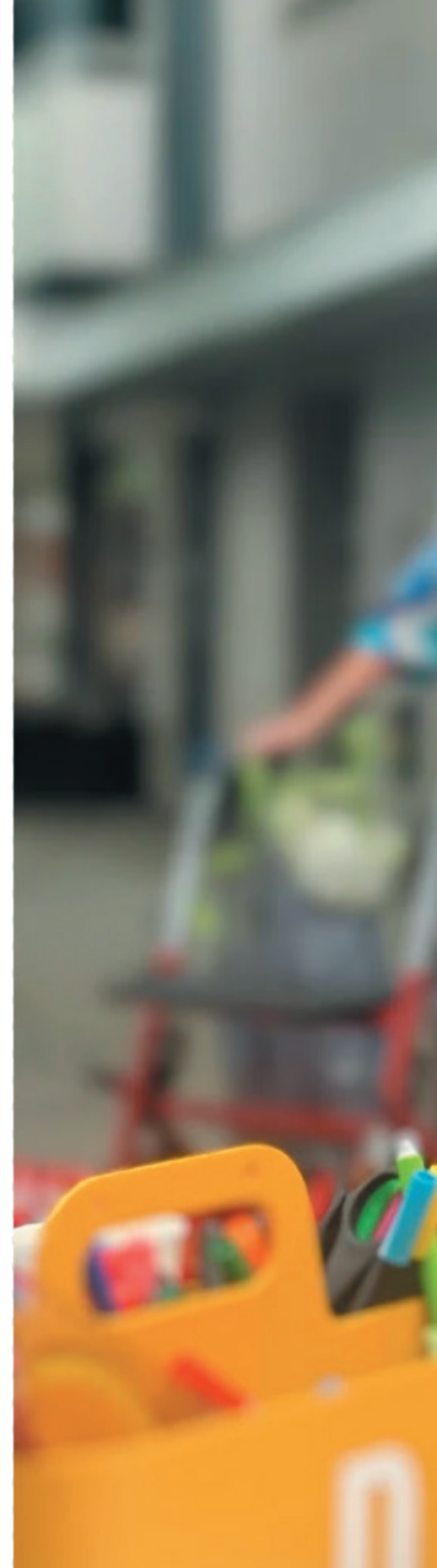
OUDEWIJS EEN ANDERE KIJK OP OUDER WORDEN

De ontwikkeling van Ouderwijs begon als een zoektocht naar een vernieuwende manier om bewustwording over ouder worden te stimuleren. In het boek SLOW werd de visie op Samen Leren Ouder Worden uiteengezet, met de vraag: kunnen we leren ouder worden, en hoe ziet een leven lang leren eruit?

In februari 2023 startte een studiereis waarin gesprekken, workshops en co-creatiesessies waardevolle inzichten opleverden. Dit proces resulteerde in een eerste conceptversie, die de basis vormde voor de pilot in september 2024.

Tijdens deze reis ontstond discussie over de term School voor Ouder Worden, die als te schools en beperkend werd ervaren. Dit leidde tot een hernieuwde visie op leren en ontwikkelen. Door 'onderwijs' letterlijk anders te benaderen, ontstond de naam Ouderwijs _ Samen Leren Ouder Worden.

Een programma dat niet alleen kennis biedt, maar vooral ruimte creëert voor dialoog, reflectie en een andere kijk op ouder worden.





AKTIEF
BLIJVEN
EN BEZIG ZIJN

BELANGRIJKE THEMA'S

De Raad van Ouderen heeft vijf belangrijke thema's naar voren gebracht die cruciaal zijn voor een positieve benadering van ouder worden. Deze thema's omvatten verschillende aspecten die ouderen ondersteunen bij het behouden van hun welzijn en zelfstandigheid.

1. Gezondheidsbevordering richt zich op het stimuleren van een gezonde leefstijl, zowel fysiek als mentaal, om de kwaliteit van leven te verbeteren.

2. Het versterken van de sociale basis benadrukt het belang van sociale netwerken en gemeenschappen die ouderen ondersteunen en betrekken bij sociale activiteiten.

3. Betaalde en onbetaalde arbeid benadrukt hoe ouderen kunnen blijven bijdragen aan de samenleving door middel van werk of vrijwilligersactiviteiten, wat niet alleen bijdraagt aan een gevoel van waarde maar ook aan sociale integratie.

4. Proactieve zorgplanning speelt in op het belang van het tijdig bespreken en organiseren van zorgbehoeften, zodat ouderen zelf de regie behouden over hun zorgproces.

5. Langer zelfstandig thuis wonen legt de focus op het creëren van omstandigheden waarin ouderen zo lang mogelijk in hun eigen huis en omgeving kunnen blijven wonen, met de nodige ondersteuning en aanpassingen

Deze vijf pijlers heeft Ouderwijs, naast de randvoorwaarden die in de tussenrapportage Ouderwijs (december 2023) beschreven worden, als uitgangspunt genomen voor de ontwikkeling van het programma. Deze staan op de volgende twee pagina's.

Onderwijs
Onderwijs
Onderwijs
Onderwijs

ONTSTAAN VAN DE NAAM

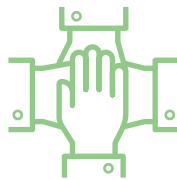


OUDER

UITGANGSPUNTEN



**45 minuten
per les**



**ontmoeten van
anderen**



**experts uit
diverse disciplines**

WIJS



kennis delen
met elkaar



voor iedereen
toegankelijk



fysiek & dichtbij
in de buurt

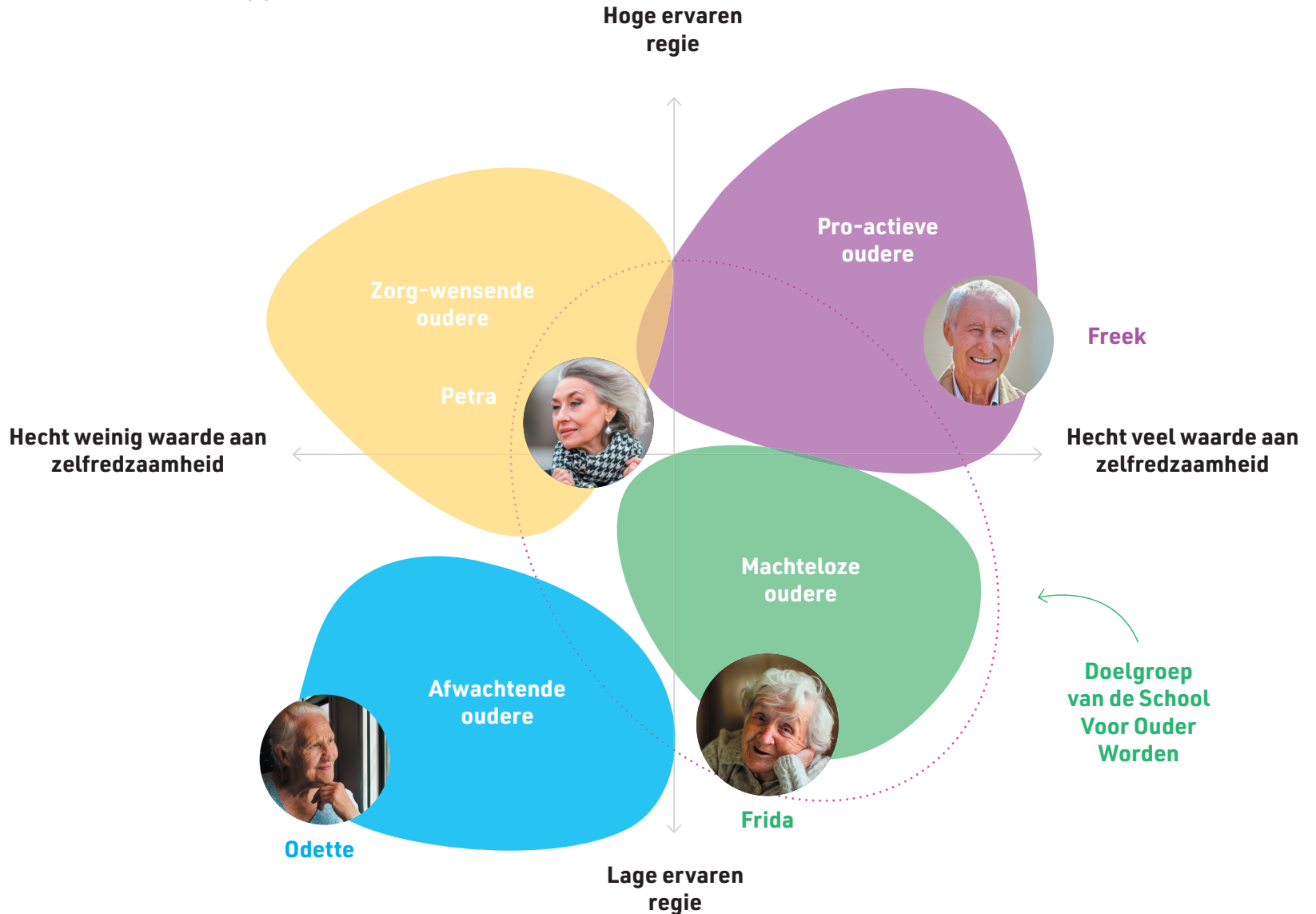
DOELGROEP

Alle 65-plussers uit stadsdeel Gestel waren welkom. De doelgroep werd in de tussenrapportage (december 2023) beschreven aan de hand van een schema dat ouderen indeelt op basis van ervaren regie en gehechte waarde aan zelfredzaamheid.

Dit schema maakte het mogelijk om de programmatische aanpak beter af te stemmen op verschillende groepen ouderen, waaronder proactieve en meer afhankelijke ouderen. Met name de proactieve en geïnteresseerde ouderen namen deel aan de pilot, wat waardevolle inzichten opleverde voor toekomstige opschaling. Voor een visuele weergave van dit schema zie het schema rechts.

'De school helpt mij alvast om te leren omgaan met het ouder worden en de zin van het leven in te zien. Ik weet waar ik hulp kan 'inkopen' wanneer ik deze nodig ga hebben...'

'De school is voor mij vooral praktisch op het moment dat ik een vraag heb. Ik heb geleerd hoe ik daar het antwoord op kan ontdekken...'



'De school is voor mij zwaar... Ik ben bang dat ik het niet altijd aankan of goed kan volgen. Op advies van mijn hulpverlener kom ik toch. Helaas heb ik door ziekte niet alle lessen kunnen volgen...'

'Ik heb tips en praktische voorbeelden gekregen om te zien wat ik nog wel kan. De school is voor mij leerzaam bij veel problemen die ik tegenkom in mijn eigen gezondheid en die van mijn achteruitgaande partner.'

DOELSTELLING PILOT

**Het vergroten van
bewustwording, reflectie
en invloed van eigen gedrag
rondom het ouder worden.**

SPECIFIEKE DOELSTELLINGEN

Educatie en voorlichting: Het programma bood deelnemers uitgebreide informatie over het proces van ouder worden. Door middel van interactieve lessen werden thema's zoals gezondheid, sociale netwerken en financiën op toegankelijke wijze behandeld. Dit gaf deelnemers inzicht in zowel uitdagingen als mogelijkheden.

Zelfreflectie en zingeving: Deelnemers werden gestimuleerd om na te denken over hun persoonlijke situatie, waarden en doelen. Reflectie-opdrachten en groepsgesprekken hielpen hen om hun eigen kijk op het ouder worden te verdiepen en een positievere mindset te ontwikkelen.

Praktische voorbereiding: Het programma bood praktische handvatten voor het omgaan met de dagelijkse realiteit van ouder worden. Dit omvatte onderwerpen zoals zorgplanning, financiën en het opstellen van een levenstestament. Deelnemers kregen concrete tools om hun zelfstandigheid te behouden.

Dialogoog: Ouderwijs stimuleerde open gesprekken tussen deelnemers, docenten en experts. Door ervaringen en kennis te delen, werd een veilige en ondersteunende omgeving gecreëerd waarin ouderen zich gehoord voelden en van elkaar konden leren.



EMPATISCH ONDERZOEK & STRAATACTIVATIE



Een belangrijk onderdeel van onze promotiecampagne voor Ouderwijs was de straatactivatie. Door direct in gesprek te gaan met ouderen op verschillende drukbezochte locaties in Gestel, hebben we waardevolle inzichten verkregen en onze boodschap effectief kunnen overbrengen.

Onze teams (vrijwilligers en professionals) hebben op drie strategische plekken in Gestel gesprekken gevoerd:

- Franz Leharplein
- Albert Heijn Hoogstraat
- Kastelenplein

Door deze gerichte aanpak hebben we ongeveer 10% van de 65-plussers in Gestel persoonlijk gesproken.

Om de gesprekken toegankelijk en interactief te maken, maar hier ook input uit op te halen, stelden we diverse vragen aan de voorbijgangers, zoals:

- Wat zou u graag nog willen leren?
- Zou u meer willen leren over ouder worden?
- Wat zou u helpen om fijner ouder te worden?

Door deze vragen te stellen, kregen we niet alleen waardevolle input, maar konden we ook direct uitleg geven over Ouderwijs en hoe wij ouderen ondersteunen in hun dagelijks leven.

Uit de gesprekken kwamen een aantal terugkerende thema's naar voren, met name sociaal contact, digitale vaardigheden en bewustwording van het lichaam werden als belangrijke aspecten genoemd in het leren ouder worden.

COMMUNICATIE

Om zoveel mogelijk mensen te bereiken en bewustwording te creëren rondom Ouderwijs, hebben we een brede en doeltreffende communicatiestrategie ingezet. Door een mix van offline en online middelen wisten we onze doelgroep effectief te informeren en enthousiasmeren. Het was een bewuste keuze om in eerste instantie niet direct alleen Ouderwijs te promoten, maar juist de open dag Ouder Worden in Gestel, waar Ouderwijs onderdeel van was. Hieronder een overzicht van de belangrijkste onderdelen van onze campagne:

1. Radiocampagne

We hebben een radiocampagne gelanceerd om de Open Dag Ouder Worden in Gestel onder de aandacht te brengen bij een breed publiek. Hierbij hebben we samengewerkt met Studio 040, waar de doelgroep veel naar luistert.

2. Flyers & Straatactivatie

Met een grootschalige flyeractie hebben we Ouderwijs direct onder de mensen gebracht. Vrijwilligers en betrokkenen deelden flyers uit op drukbezochte plekken, zoals supermarkten, buurtcentra en op drukke winkelplekken. Daarnaast voerden we straatactivaties uit om op een interactieve manier met de bewoners in gesprek te gaan en hen persoonlijk te informeren over de mogelijkheden van Ouderwijs. We hebben dit met een speciaal ontworpen gespreksboom gedaan om ook gelijk input op te halen voor het programma van Ouderwijs.

3. Artikel in Groot Eindhoven

Ouderwijs kreeg een prominente plek in Groot Eindhoven, een veelgelezen krant in Gestel. Het artikel gaf diepgaande informatie over ons initiatief en belichtte hoe Ouderwijs bijdraagt aan een betere toekomst voor ouderen in Gestel en omgeving.

4. Facebookcampagne

Onze online strategie werd versterkt met een gerichte Facebookcampagne via het account van Gemeente Eindhoven, waar met name de jongere ouderen te vinden zijn. Met advertenties en organische berichten bereikten we een breed publiek.

5. Communicatie via samenwerkingspartners

Naast deze hoofdacties hebben we nog ons netwerk ingezet waaronder lokale partners zoals welzijnsorganisaties, huisartsen en overige buurthuizen om via hun netwerken Ouderwijs te promoten.

Impact

De campagne zorgde niet alleen voor meer bezoekers tijdens onze activiteiten, maar ook voor een versterkte community rondom het thema ouder worden in Gestel, vooral het krantenbericht en het netwerk heeft voor veel bezoekers van de open dag gezorgd. We hebben hen namelijk bij binnenkomst gevraagd naar hun postcode en de manier waarop zij geïnformeerd waren over de Open dag. De uiteindelijke inschrijvers voor Ouderwijs kwamen voor het overgrote deel vanuit de ontmoetingen en directe inschrijvingen op de open dag.



MEER WETEN OVER HET OPBOUWEN VAN EEN SOCIAAL NETWERK? MELD JE AAN.

CURSUS

11/10 + **18/10**
10.30 - 12.00 13.30 - 15.00

LOCATIE:
GEMEENSCHAPSHUIS GENDERDAL
BOCCHERINILAAN 6, EINDHOVEN

KOSTEN
EENMALIG
€2,00

EENZAAMHEID IS BESPREEKBAAR

ERIC SCHOENMAKERS - DOCENT/ONDERZOEKER

Eenzaamheid is een fundamenteel menselijk gevoel. Toch hebben we het er zelden over. Waarom eigenlijk? We bespreken waarom praten over eenzaamheid belangrijk is en wisselen tips uit. Ook voeren we mooie gesprekken met elkaar...

AANMELDEN VIA: INFO@SAMENLERENOUDERWORDEN.NL OF 040 311 8 311



NADENKEN OVER DE TOEKOMST EN HOE JE HET WIL REGELEN? MELD JE AAN.

WORKSHOP

15/10 13.30 - 15.00 GEMEENSCHAPSHUIS GENDERDAL
BOCCHERINILAAN 6, EINDHOVEN

GRATIS DEELNAME

HET NUT VAN EEN LEVENSTESTAMENT

MAARTEN SEGERS - NOTARIS

Soms sta je voor een ingrijpende operatie of voel je jezelf helaas achteruit gaan. Dan is het goed eens na te denken over wie je belangen behartigt als je dit zelf niet meer kunt. Zo hou je de regie. Dit is anders dan een testament bij overlijden.



OUDER WIJS

AANMELDEN VIA: INFO@SAMENLERENOUDERWORDEN.NL OF 040 311 8 311



OOG VOOR DETAILS



OPEN



DAG OUDER WORDEN IN GESTEL

Het doel van deze open dag 'Ouder Worden in Gestel' was om inwoners van Gestel te informeren over de mogelijkheden rondom ouder worden, zorg, welzijn en sociale activiteiten in de wijk. We hebben er bewust voor gekozen om niet alleen een open dag voor Ouderwijs te organiseren, maar juist ook voor een moment om het totale ecosysteem van partners welke ouder worden in de wijk mogelijk maken te belichten. We doen het namelijk samen.

Opkomst en betrokkenheid

Er zijn ruim 150 bezoekers geweest. De sfeer was positief en bezoekers waren zichtbaar geïnteresseerd in de aangeboden informatie en activiteiten.

Programma en activiteiten

Tijdens de open dag waren er diverse informatiestands van lokale organisaties (21 organisaties), een aantal interactieve presentaties, inclusief een proefles van Ouderwijs en de mogelijkheid om in gesprek te gaan met vrijwilligers en met elkaar.

Feedback van bezoekers

Uit de ontvangen feedback blijkt dat bezoekers vooral de volgende punten waarderen:

- De duidelijke en nuttige informatie over beschikbare zorg- en welzijnsdiensten.
- De laagdrempelige sfeer en mogelijkheid om vragen te stellen.
- De aanwezigheid van diverse organisaties op één plek.
- De bewustwording rondom ouder worden

PROGRAMMA EN UITVOERING

Opzet

De pilot bestond uit 8 lessen, 2 cursussen en 2 workshops. Elke sessie behandelde thema's zoals eenzaamheid, geheugen, sociale gezondheid en praktische onderwerpen zoals financiën en levenstestamenten.

Locatie

De pilot vond plaats in wijkcentrum Genderdal, een centraal gelegen locatie in stadsdeel Gestel die goed toegankelijk was voor de doelgroep.

Docenten

Deskundigen vanuit diverse disciplines begeleidden de sessies, waarbij de inhoud nauw aansloot bij de behoeften van de deelnemers.

LESSENPAKKET

8 LESSEN VAN 1,5 UUR - GROEP VAN 30 PERSONEN
TOTAAL €10,- (VOOR CONSUMPTIES OP LESDAGEN)

Het lessenpakket van OuderWijs bestaat uit 8 lessen van 1,5 uur. Je volgt deze lessen samen met een groep van 30 personen. Na deze lessen weet je hoe jij zelf meer betekenis kunt geven aan jouw ouder worden en wat je hiervoor kunt en gaat doen.

01/10 30 - 12.00

1. SAMEN LEREN OUDER WORDEN

HUBERT CORNELIS & JIM STEENBAKKERS - OUDERWIJS



Samen Leren Ouder Worden (SLOW-visie) houdt in dat je niet alleen bent in het ouder worden. We doen dit namelijk allemaal iedere dag. Welke keuzes maak je daarin? Wie heb je daarbij nodig? Je start in de eerste les met bewustzijn richting het ouder worden.

08/10 30 - 12.00

2. LEUKER OUD WORDEN - DEEL 1

ANDREAS WISMEIJER - PSYCHOLOOG



In deze les ontdek je inzichten positieve psychologie die ons leven verrijken. Je leert hoe autonomie, authenticiteit, persoonlijke groei en zelfacceptatie bijdragen aan leuker oud worden. Met de concrete en wetenschappelijk onderbouwde tips doe je direct je voordeel.

05/10 30 - 12.00

3. LEUKER OUD WORDEN - DEEL 2

ANDREAS WISMEIJER - PSYCHOLOOG



We gaan verder met de stof van de vorige les. Hoe kunnen we leuker oud worden. Net zoals bij de vorige les gaan we met elkaar in gesprek om te kijken hoe jij leuker oud wilt worden. We passen de inzichten uit de les dus direct toe.

08/10 30 - 12.00

4. WAT IS OUDER WORDEN?

JUDITH WILMER - GERIATER



Waarom veranderen wij als mens bij het ouder worden? Wat gebeurt er tijdens het ouder worden? Kun je het proces van verouderen beïnvloeden? Zit het in je genen? In je omgeving? In je gedrag? Na afloop heb je hier meer kennis over.

29/10 10.30 - 12.00

5. EEN LEVEN LANG LOPEN

MIRJAM TUINHOUT - LOOPEXPERT



Een kopje koffie zetten, op blote voeten naar het toilet, boodschappen doen. Het zijn vanzelfsprekende dingen, totdat je last van je lijf krijgt. Tijdens deze les hoor je hoe je minder pijn kunt hebben. Nu én in de toekomst. Zo blijf je je leven lang lopen...

01/11 10.30 - 12.00

6. OUDER WORDEN IN ONZE MAATSCHAPPIJ

JUDITH WILMER - GERIATER

Het is geen vaststaand gegeven hoe er in verschillende culturen naar ouder worden gekeken wordt. Wat is in onze maatschappij het beeld van ouderen? We bespreken wat de betekenis is van ouder worden in Nederland en daar buiten. Hoe kan het ook anders?

05/11 10.30 - 12.00

7. SOCIALE GEZONDHEID

ERIC SCHOENMAKERS - DOCENT/ONDERZOEKER

Je netwerk is van groot belang voor de gezondheid. Maar, in hoeverre is jouw netwerk eigenlijk een individuele verantwoordelijkheid? We bespreken het belang van het netwerk, wat je zelf kunt doen en waar een taak ligt voor organisaties en overheden.

15/11 10.30 - 12.00

8. MORGEN GA IK...

HUBERT CORNELIS & JIM STEENBAKKERS - OUDERWIJS

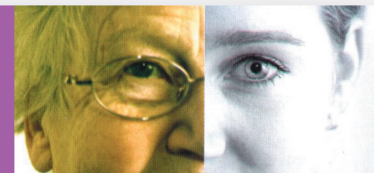


Doelen geven je leven zin. Je kunt er morgen mee beginnen, of misschien heb je dit al gedaan. Wat wil je zeggen, leren en doen? Met wie wil je in gesprek? Waar droom je over en spaar je nog voor? Maar ook: waar wil je mee stoppen? We zetten de lessen om in actie.

Praktische informatie

De lessen duren 45 - 60 minuten en daarna is er ruimte voor gesprek in groepen. Tussendoor wordt er gezorgd voor koffie of thee. Lessen vinden plaats op dinsdag- en vrijdagochtenden van 10.30 - 12.00 uur bij Gemeenschapshuis Genderdal - Boccherinilaan 6 in Eindhoven.

TOENAME VAN DE KANS
OP STERFTE BIJ TOENAME
VAN DE LEEFTIJD



TOENEMENDE SCHADE
ONVOLLEDIG HERSTEL
VOORTPLANTING
GENEN
EPIGENETICA



KEEP YOUR MIND AND BODY
MOVING
ALL THE
TIME



"Ik heb nooit eerder stilgestaan bij wat Ouder Worden voor mij betekent." - Vrouw 69 jaar

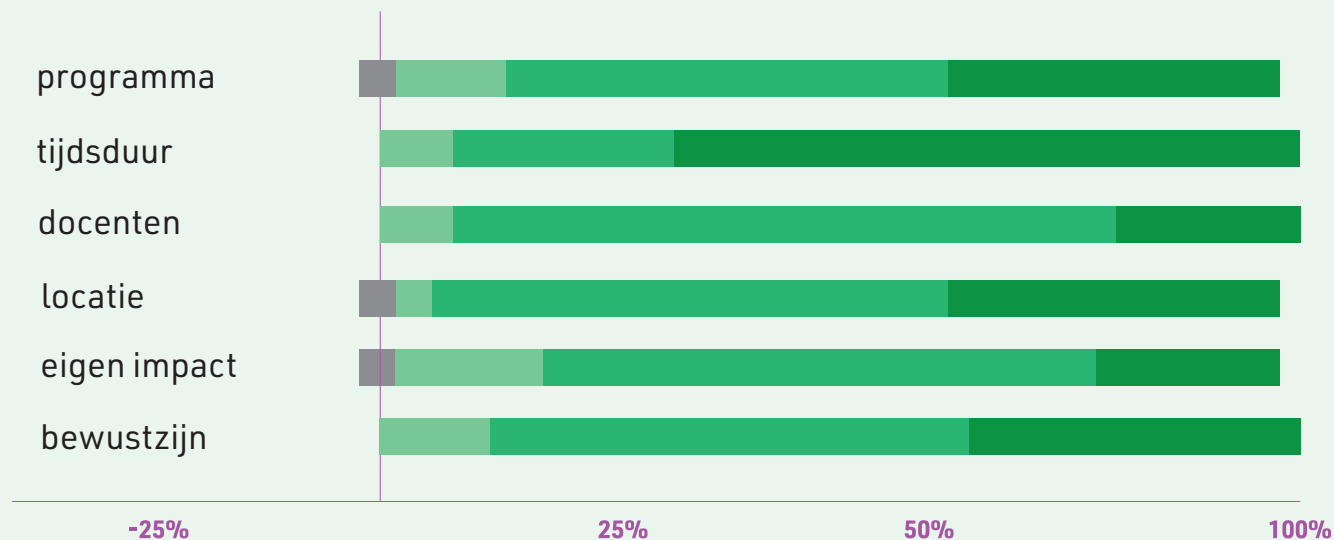
Plusen

- + Goed voor bewustwording
- + Fijn om in groepsverband met thema's bezig te zijn
- + Diversiteit van docenten
- + Naslagwerk en materialen

Minnen

- Soms te weinig tijd voor het gesprek
- Groepsdiscussie te veel met dezelfde mensen
- Geluidsversterking moet aanwezig zijn

ASPECTEN LESSENREEKS



RESULTATEN

Kwantitatief

- 70 deelnemers
- Gemiddelde leeftijd: 78 jaar
- Gemiddelde waardering: 8,2/10
- Tevredenheid over docenten: 92%

Kwalitatief

De ervaringen van zowel de deelnemers als de docenten hebben waardevolle inzichten opgeleverd. Ouderen gaven aan dat het programma hen aan het denken zette over hun eigen proces van ouder worden. Zij waardeerden de diversiteit aan docenten, de praktische tips en het prettige tempo van de sessies. Er werd echter ook aangegeven dat langere sessies en meer ruimte voor onderlinge uitwisseling een verbetering zouden zijn. Daarnaast kwamen wensen naar voren voor betere technische ondersteuning, zoals geluidsversterking, en meer digitale verwijzingen naar aanvullende informatie.

De docenten reflecteerden op de interactieve en energieke sfeer tijdens de sessies. Ze waren positief verrast door de mate van betrokkenheid en de persoonlijke verhalen die deelnemers inbrachten. Deze verhalen gaven de theorieën en inzichten een concrete dimensie, waardoor het programma nog relevanter werd. Docenten spraken hun enthousiasme uit over het idee om bij toekomstige edities betrokken te blijven.

EVALUATIEFORMULIER

LES: _____

Hoe tevreden ben je over de les?

1	2	3	4	5	6	7
zeer oneens	oneens	een beetje oneens	neutraal	een beetje eens	eens	zeer eens

Hoe tevreden ben je over de docent?

1	2	3	4	5	6	7
zeer oneens	oneens	een beetje oneens	neutraal	een beetje eens	eens	zeer eens

Hoe tevreden ben je over wat je er uit haalt voor jezelf?

1	2	3	4	5	6	7
zeer oneens	oneens	een beetje oneens	neutraal	een beetje eens	eens	zeer eens

Heb je tips of verbeterpunten voor deze les?

Bij de eerste drie vragen verzoeken we je om een score aan te geven tussen de 1 (zeer oneens) en 7 (zeer eens). Omcirkel hier het juiste cijfer. De 5^e vraag is open. Jouw antwoorden worden anoniem verwerkt, conform AVG wetgeving.

OUDER WIJS

CONCLUSIE

Conclusie

De pilot Ouderwijs heeft bewezen dat het programma waardevol is voor het vergroten van bewustwording over ouder worden. Het biedt een goede mix van theoretische kennis en praktische handvatten. Tegelijkertijd zijn er enkele uitdagingen gebleken die aandacht verdienen voor verdere opschaling.

Uitdagingen

- Diversiteit van deelnemers: Ouderen vormen geen homogene groep. Dé oudere bestaat niet. Dit maakte het noodzakelijk om een breed scala aan thema's en benaderingen te bieden om aan uiteenlopende behoeften tegemoet te komen.
- Opschaalbaarheid: Hoewel het programma flexibel is, vergt opschaling naar andere stadsdelen of gemeenten een zorgvuldige afstemming op lokale behoeften en bestaande netwerken.
- Praktische organisatie: Er bleek behoefte aan meer technische ondersteuning, langere sessies en verbeterde reflectiemomenten.
- Communicatie: Voorafgaande informatieverstrekking via bijvoorbeeld folders kan duidelijker en meer specifiek worden gemaakt, zodat deelnemers beter begrijpen wat zij kunnen verwachten van Ouderwijs.

Aanbevelingen

Uitbreiding doelgroep: Overweeg verlaging van de leeftijdsgrens naar 50+ om eerder bewustwording te stimuleren en mantelzorgers te ondersteunen.

Borging en opschaling: Integreer Ouderwijs in bestaande wijkvoorzieningen zoals bibliotopen en/of toegankelijke locaties in de stadsdelen.

Digitale ondersteuning: Gebruik en inzet van de Ouderwijs-website met aanvullende informatie en community-functionaliteiten. Deze website zal als eindproduct in Q2 -2025 worden opgeleverd.

Aanpassing programma: Faciliteer langere sessies en meer reflectiemomenten.

Communicatieplan: Ontwikkel een duidelijk communicatieplan om deelnemers voorafgaand aan deelname goed te informeren over inhoud, verwachtingen en mogelijkheden, i.c.m. open dagen.



**Ouder worden is
niet simpelweg de
jaren tellen, maar de
lessen waarderen
die ze brengen.**

Ontdek het met Ouderwijs



TOT SLOT

Ouderwijs richting 2040: Leren en Ontwikkelen als Sleutel tot Vitaal Ouder Worden

De gemeente Eindhoven zet met de Koers Sociaal 2040 en het ouderenbeleid Vitale Ouderen in (2)040 in op een samenleving waarin iedereen kan meedoen, verbonden blijft en langer vitaal en zelfstandig thuis woont. In lijn met deze visie speelt Ouderwijs een cruciale rol in de manier waarop ouderen zich voorbereiden op de toekomst en actief blijven deelnemen aan de maatschappij.

Een Leven Lang Leren als Fundament voor Zelfstandigheid

De Koers Sociaal 2040 benadrukt het belang van een sterke sociale basis en investeert in het versterken van sociale netwerken. Ouderwijs sluit hier perfect op aan door ouderen bewust te maken van hun eigen regie op het ouder worden. Door educatie en zelfreflectie krijgen ouderen de tools om langer zelfstandig te blijven wonen en gezond ouder te worden. Dit past binnen de beweging van 'zorgen voor' naar 'zorgen dat' zoals omschreven in het ouderenbeleid van Eindhoven.

Met het toenemende aantal 75-plussers en de stijgende zorgvraag is het essentieel dat ouderen vroegtijdig nadenken over hun toekomst. Ouderwijs biedt hier een preventieve aanpak voor door in te zetten op thema's als gezondheid, sociale netwerken, zingeving en zelfredzaamheid. Dit voorkomt zorgafhankelijkheid en draagt bij aan de ambitie van Eindhoven om de groeiende druk op de zorg te verminderen.

Sociale Cohesie en Gemeenschapsvorming

Eén van de speerpunten in de Koers Sociaal 2040 is het versterken van sociale cohesie. Eindhoven wil een stad zijn waarin inwoners naar elkaar omkijken en waar gemeenschapsvorming wordt gestimuleerd. Ouderwijs draagt hieraan bij door ouderen samen te brengen en dialoog te bevorderen. Dit voorkomt eenzaamheid en draagt bij aan de sociale participatie van ouderen.

Daarnaast wordt in de Koers Sociaal 2040 benoemd dat er een paradigmashift nodig is: van het betrekken van inwoners naar bij hen betrokken willen raken. Ouderwijs is hier een uitstekend voorbeeld van. Het programma vertrekt vanuit de behoeften van ouderen zelf en biedt een interactief leerplatform waarin zij actief hun eigen toekomst kunnen vormgeven.

Digitale Innovatie en Inclusie

Eindhoven zet sterk in op digitalisering en innovatie. Het ouderenbeleid pleit voor een digitale en fysieke leeromgeving waarin ouderen zich kunnen blijven ontwikkelen. Ouderwijs speelt hierop in met een hybride leerplatform waarin online kennisdeling, interactieve sessies en ervaringsgerichte leermodules samenkomen. Dit biedt ouderen meer flexibiliteit en stimuleert digitale inclusie.

Ouderwijs als Onderdeel van de Brede Sociale Agenda

De komende jaren biedt Ouderwijs kansen om verder te worden ingebed in het ouderenbeleid en de sociale structuren van de stad. Dit kan door het programma in wijkcentra, buurthuizen en bibliotheken aan te bieden en samen te werken met zorg- en welzijnsorganisaties. Zo wordt Ouderwijs niet alleen een educatief traject, maar een structurele pijler binnen de Eindhovense visie op vitaal ouder worden.

Met het oog op 2040 blijft Ouderwijs zich ontwikkelen als een essentieel programma waarin ouderen niet alleen leren, maar ook samen bouwen aan een toekomst waarin zij vitaal, zelfstandig en verbonden blijven.

Bibliotoop

Ouderwijs, sluit naadloos aan bij het concept van de Bibliotoop. Deze laagdrempelige ontmoetingsplekken in stadsdelen zoals Gestel, Tongelre en Woensel-Noord, bevorderen persoonlijke ontwikkeling, ontdekking en ontmoeten. Door Ouderwijs-sessies in de Bibliotopen te organiseren, kunnen ouderen in hun eigen wijk deelnemen aan workshops en cursussen over gezond ouder worden, sociale netwerken en zelfredzaamheid. Deze samenwerking versterkt de sociale cohesie en draagt bij aan een leeftijdsvriendelijke gemeenschap, waar ouderen actief betrokken blijven en hun welzijn wordt bevorderd. Binnen stadsdeel Gestel zou hiervoor in 2025 een start gemaakt kunnen worden.

Actief ouder worden

Ouderwijs, kan ook uitgevoerd worden binnen het 'Actief Ouder Worden'-initiatief binnen het Integraal Zorgakkoord (IZA) in de regio Eindhoven. Beide programma's streven ernaar ouderen te stimuleren actief en betrokken te blijven in hun gemeenschap, wat bijdraagt aan hun vitaliteit en welzijn. Beide richten zich op bewustwording en zelfreflectie over het ouder worden. Door deze initiatieven te combineren, ontstaat een integrale aanpak die ouderen ondersteunt in een gezonde en actieve levensstijl, in lijn met de doelstellingen van het IZA-regioplan Eindhoven-De Kempen.

Samenredzaam in het netwerk

Binnen de gemeente Son en Breugel zou Ouderwijs passen binnen het initiatieven die gericht zijn op het versterken van de samenredzaamheid in het netwerk. Door Ouderwijs te integreren met dit lokale initiatief, kunnen ouderen niet alleen werken aan hun persoonlijke ontwikkeling en bewustwording over het ouder worden, maar ook hun sociale netwerken versterken en actief blijven binnen de gemeenschap. Deze gecombineerde aanpak bevordert een inclusieve en ondersteunende omgeving voor alle senioren in de gemeente.

A group of people are gathered around a table in a bright, modern meeting room. A man in a light-colored jacket is smiling and looking towards the camera. Another man in a blue blazer is smiling and looking towards the camera. They are looking at a document on the table. The room has large windows with a view of greenery outside.

**Ouder worden,
het begin van een
nieuw inzicht.**

**Denk jij na
over hoe je**

OUDER

wil worden?