

Inventarisatie Maatschappelijke Dialoog over Ouder worden

Inventarisatie van activiteiten die de maatschappelijk dialoog over ouder worden
stimuleren

Odile Vermeulen, Pauline Willems
22 november 2024

Colofon

Opdrachtgever: Centrum voor Cliëntervaringen (CvC)

Onderzoekers CvC: Odile Vermeulen, Pauline Willems

Moment van uitgave: november '24

Versie: eerste versie

Copyright © 2024 Centrum voor Cliëntervaringen

Niets uit dit rapport mag worden gepubliceerd zonder vermelding van de naam van het onderzoeksinstituut en een verwijzing (link) naar het totale rapport.

Introductie

De Coalitie Ouderen van Amsterdam Vitaal en Gezond heeft als prioritaire opgave te werken aan samen vitaal ouder worden in Amsterdam. Alle Amsterdammers en Weespers moeten de kans krijgen om zo fijn, fit en gezond mogelijk ouder te worden. Zo kunnen zij langer zelfstandig blijven, hun kwaliteiten inzetten en meedoen in de samenleving.

Een onderdeel van de prioritaire opgave is het aanjagen van de maatschappelijk dialoog over ouder worden in Amsterdam met als doel het vergroten van het bewustzijn over toekomstig ouder worden, over eigen autonomie en regie en toekomstverwachtingen van professionele zorg en ondersteuning. Amsterdammers en organisaties gaan met elkaar in gesprek over: Wat zijn de behoeften? Hoe kun je je voorbereiden? Wat kun je verwachten van de overheid, maar ook jouw omgeving?

Er zijn enkele initiatieven in Amsterdam gericht op de voorbereiding op de derde levensfase (denk aan gesprekken, informatiepunten en dialogen, cultureel informatieve evenementen). De coalitie wil graag een inventarisatie van bestaande initiatieven in Amsterdam en wat hierin werkt (en niet), zowel vanuit het perspectief van de organisatoren (professionals of vrijwilligers) als de deelnemers (ouderen zelf).

Vragen die leven bij de coalitie zijn:

- *Welke initiatieven zijn er in de stad en wat doen die?*
- *Wat zet ouderen in beweging om in actie te komen?*
- *Wat mist er nog?*

Met deze informatie kan de coalitie beter besluiten waar ze het beste op kunnen aansluiten om te werken aan 10 gezonde levensjaren extra. Je kunt dan denken aan het stimuleren van initiatieven die als succesvol worden gezien of inzetten op het delen van werkzame mechanismen.

De coalitie ouderen heeft aan het Centrum voor Clientervaringen gevraagd om hier onderzoek naar te doen. Het onderzoek wordt opgedeeld in twee delen. Het eerste onderdeel in 2024 richt zich op het inventariseren van initiatieven en/of activiteiten die er zijn in 11 aangewezen wijken in Amsterdam. Het tweede deel richt zich op de ervaring van de ouderen bij de initiatieven en wat hen in actie zet. Dit deel wordt eventueel later uitgevoerd.

Dit rapport gaat over de inventarisatie van de initiatieven die er zijn in de 11 aangewezen buurten of wijken.

Onderzoeksvraag

De onderzoeksvraag is:

Welke initiatieven of activiteiten zijn er in de aangewezen buurten of wijken rondom het onderwerp 'De dialoog over ouder worden'?

Wijken

De inventarisatie vond plaats in de 11 hieronder genoemde wijken in Amsterdam. Deze wijken zijn geselecteerd door de coalitie op basis van een verwachte toename van 65-plussers of omdat er andere bijzonderheden zijn in deze wijken.

Stadsdeel/gebied	Wijk	Motivatie
------------------	------	-----------



Noord	Noordelijke IJ-oever-west	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar
Nieuw-West	Sloten Nieuwsloten	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar
West	Akbarstraat	Bijzondere wijk die aandacht verdient i.v.m. demografie
West	Centrale markt	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar
Centrum	Jordaan	Ouder wordende vanaf 65 jaar + gebied die bijzondere aandacht verdient
Centrum	Oostelijke eilanden Kadijken: specifiek Czaar Peterbuurt	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar
Oost	Oostelijke Havengebied	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar
Zuid	Diamantbuurt	Bijzondere wijk die aandacht verdient i.v.m. demografie
Zuid	Buitenveldert West	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar
Zuidoost	Amsterdamse Poort	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar
Weesp/Driemond	Bloemendalerpolder	Toename van ouder wordende vanaf 65 jaar

Methode

De inventarisatie is uitgevoerd door een onderzoeker die in de 11 aangewezen gebieden is gaan observeren en inventariseren wat er voor 55+ plussers is aan activiteiten en initiatieven die de dialoog of ouder worden faciliteren. Tijdens de bezoeken kreeg de onderzoeker een globaal beeld van de situatie in de gebieden. Wat voor mensen er wonen, wat voor (openbare) voorzieningen er zijn en hoe de afstanden en vervoersmogelijkheden zijn.

De volgende activiteiten zijn uitgevoerd:

- Bezoeken van sociale plekken, zoals buurtkamers, huizen van de wijk, buurthuizen, verenigingen (bijvoorbeeld religieus of artistiek) en bibliotheken.
- In gesprek gaan met (actieve) buurtbewoners van 55+, professionals in het sociale domein en linkin-pins om zo via via activiteiten te ontdekken.

- Google maps zoektocht naar plekken waar mensen elkaar kunnen ontmoeten en waar activiteiten plaats zouden kunnen vinden, bijvoorbeeld sociale plekken of sportfaciliteiten.
- Contact leggen met initiatiefnemers uit de aangewezen gebieden.
- Contact leggen met gebiedsmakelaars, coördinatoren van Platform Informele Zorg en Wijktafels.
- Buurtkrantjes, flyers en internet doorspitten op activiteiten in de buurten.

Aan buurtbewoners van 55+ die de onderzoeker tegenkwam tijdens het verkennen van de gebieden werd gevraagd wat voor activiteiten zij en hun leeftijdsgenoten ondernemen in hun buurt of wijk (en daarbuiten) en wat plekken zijn waar zij graag komen. In deze gesprekken kwam aan bod of iemand bezig is met ouder worden, of er voldoende aanbod is en of het fijn wonen is in de buurt of wijk.

Leeswijzer

In dit rapport geven we eerst onze algemene bevindingen over de activiteiten die wij hebben gevonden die de dialoog stimuleren. Vervolgens geven we per wijk een beschrijving die context geeft bij het overzicht van het aanbod.

Alle, door de onderzoeker gevonden, activiteiten en initiatieven die voor mensen van 55+ bij zouden kunnen dragen aan het vormen van een beeld over het zelf ouder worden zijn verwerkt in een overzicht.

<https://padlet.com/pwillems11/inventarisatie-activiteiten-rondom-de-dialoog-ouder-words-7fox5zej5mitncig>

Dit is een levend openbaar document dat door iedereen kan worden aangevuld. We geloven in *wisdom of the crowd*, dus ook opdrachtgevers kunnen dit aanvullen.



Algemene bevindingen

Weinig activiteiten gericht op het aangaan van de dialoog

Tijdens de inventarisatie bleek al snel dat er in de gekozen buurten geen of slechts enkele activiteiten plaatsvinden waarbij de dialoog over ouder worden wordt gefaciliteerd. Slechts in 2 van de 11 aangewezen gebieden waren zulke activiteiten te vinden en in 1 wijk was er de intentie om dit soort activiteiten te gaan organiseren. De activiteiten die we tegenkwamen zijn eenmalig of slechts een aantal keer per jaar. Opvallend was dat professionals aangaven dat ze wel activiteiten rondom dit thema willen organiseren maar dat hun bezoekers niet bezig willen zijn met dit thema.

Dit sluit aan bij het onderzoek Amsterdammers praten over morgen (2024) dat tegelijkertijd door het Centrum voor Clientervaringen werd uitgevoerd. Hieruit bleek dat er veel weerstand is op het onderwerp en mensen er liever niet mee bezig zijn. Ook bleek uit dit onderzoek dat de dialoog ook spontaan ontstaat wanneer er een vertrouwensband is of dat mensen gewoon willen 'doen' en niet willen praten.

Activiteiten gericht op de dialoog

Hieronder volgt een opsomming van de initiatieven die wij hebben gevonden binnen de aangewezen wijken waarin de dialoog wordt gefaciliteerd.

- In Buitenveldert organiseert de werkgroep Ouderen Vriendelijk Buitenveldert 2 keer per jaar een bijeenkomst voor hun buurtgenoten om het over thema's rondom ouder worden te hebben. Een voorbeeld van een recente bijeenkomst is: AOW, wat nu?
- In Huis van de Wijk Claverhuis in de Jordaan stond de waarschijnlijk éénmalige activiteit 'Voorlichting over ouder worden' van Centram aangegeven. Er was hier verder geen informatie over te vinden en was ook niet bekend bij het Huis van de Wijk.
- Tussen de Bogen in de Jordaan heeft een seniorensoos waar je terecht kan met vragen of zorgen over het ouder worden.
- Bij de Buurtcoöperatie De Eester in het Oostelijk Havengebied leeft de intentie om dit soort activiteiten aan te gaan bieden, maar is een knelpunt hoe je dit aantrekkelijk kan maken voor de doelgroep zodat zij ook willen deelnemen.

In de afgelopen periode zijn we ook enkele activiteiten tegengekomen die de dialoog faciliteren buiten de aangewezen gebieden:

- Wij ouder Wijzer, een burgerinitiatief opgezet door senioren waarbij de vraag hoe ziet de kwaliteit van leven er voor jou uit centraal staat door het delen van ervaringen met elkaar. Tijdens 8 verschillende bijeenkomsten delen de buurtbewoners hun ervaringen en komen verschillende onderwerpen aanbod die zij zelf bepalen. Doelstelling van het WOW-programma is deelnemers te ondersteunen en te versterken om op actieve wijze aan hun gezondheid en welbevinden te werken in de buurt. Zij leren de eigen regie mogelijkheden te vergroten met betrekking tot veranderingen, vragen en/of uitdagingen die spelen in het proces van ouder worden. De bijeenkomsten worden begeleid door een vrijwillige senior. Na afloop kan de groep zelfstandig samen doorgaan. De groepen staan open voor alle bewoners uit een bepaalde buurt. We zitten inmiddels in oud west, Bellamy buurtkamer, oba's in oos, Javaplein, Linnaeus, de Witte Boei in Oost, buurtkamer de Bol in Noord.



De bijeenkomsten vinden momenteel plaats in de OBA Linneaus Oost, Javaplein, de Boomspijker en de Piramide Centrum, De Horizon en de Koperen Knoop West, De witte Boei Oost, Buurtkamer de Bol Noord, Bellamy buurtkamer Oud west,

- UP! Is een landelijke organisatie met als doel mensen op een persoonlijke, realistische manier met elkaar in gesprek laten gaan over belangrijke en zingevende thema's die ertoe doen als je ouder wordt. In Amsterdam organiseren zij een reeks gesprekken:
 - o Bewegen en een goed gesprek in Amsterdam Noord en West. (In samenwerking met Dance Connects.)
 - o Groepsgesprekken in Amsterdam West

Zij organiseren deze bijeenkomsten in het Turks, Spaans en Arabisch zodat mensen in hun eigen moedertaal op een luchtige manier in gesprek kunnen gaan over onderwerpen die hen bezighouden rondom het ouder worden.

- ESAN (Energieke Senioren Amsterdam Nieuw West) is een vrijwilligersorganisatie van, voor en door senioren. Zij organiseren activiteiten voor Amsterdammers vanaf 50 jaar. Zij organiseren veel verschillende activiteiten waaronder ook activiteiten die de dialoog faciliteren zoals:
 - o Bijeenkomst: Toekomstbestendig wonen, wat is daar voor nodig?
 - o Bijeenkomst: De invloed van leefstijl op ouder worden
 - o Bijeenkomst: De toekomst van de zorg
 - o Cursus smartphone gebruik en social media
 - o Gespreksgroep mensen met beginnende dementie
- Hudsonhof in de Baarsjes is een zelforganisatie voor en door ouderen die een bijdrage wil leveren aan het zo zelfstandig mogelijk laten wonen van ouderen in de Amsterdamse wijk de Baarsjes en bijdraagt aan sociale cohesie en het bevorderen participatie en integratie van ouderen in de wijk. Zij bieden laagdrempelige activiteiten, ook specifiek aan Surinaams, Turkse, Marokkaanse en Bosnische ouderen. Zij hebben ook af en toe activiteiten op de agenda staan die bijdragen aan het gesprek over ouder worden.
- Stadsdorp Wetering+ stimuleert ouderen om na te denken over prettig oud worden en bij de tijd blijven en hierover het gesprek op te zoeken met vrienden, in familieverband, maar ook binnen het stadsdorp. Vragen zijn bijvoorbeeld:
 - o Voer ik nog regelmatig een goed gesprek?
 - o Voel ik me nog betrokken bij wat er gebeurt in mijn directe omgeving?
 - o Ben ik nog geïnteresseerd in wat er gebeurt in mijn buurt en in de wereld?
 - o Hoe houd ik mijn sociale contacten in stand?
 - o Zorg ik ervoor dat ik 'fit' blijf, ook als mijn krachten afnemen of mijn stabiliteit problemen geeft?
 - o Kan ik de weg vinden op het internet, bijvoorbeeld om de gezondheid te bewaken?

Daarnaast organiseren zij bijeenkomsten over thema's die bij ouder worden horen zoals dementie, testamenten en doen zij op aanvraag checks of woningen levensloopbestendig zijn.

- Stichting Questio biedt begeleiding door geestelijk verzorgers die speciaal zijn opgeleid voor begeleiding van vragen rondom zingeving, kwaliteit van leven, sterven, levensbeschouwing, religie en spiritualiteit. Zij bieden individuele coaching door een luisterend oor te bieden, helpen om gedachten te ordenen en begeleiden bij rouw en verdriet.
- De stadsdorpen bieden activiteiten door en voor ouderen aan. In sommige stadsdorpen worden activiteiten georganiseerd waarin de dialoog wordt gestimuleerd. De stadsdorpen hebben een onderzoek gedaan naar de werking van de stadsdorpen en hun activiteiten. Hierover verwachten wij begin 2025 het



eindrapport te ontvangen. Aangezien zij o.a. een inventarisatie hebben gedaan naar de activiteiten bij de stadsdorpen hebben wij dit achterwegen gelaten.

Spontane dialoog stimuleren

Uit het onderzoek Amsterdammers praten over morgen (2024) dat tegelijkertijd door het Centrum voor Clientervaringen werd uitgevoerd bleek uit straatinterviews dat er weerstand is op het onderwerp, dat het gesprek over ouder worden ook spontaan ontstaat wanneer er een vertrouwensband is of dat mensen gewoon willen 'doen' en niet willen praten. Dit sluit ook aan bij wat professionals aan ons meegaven tijdens de inventarisatie.

Daarom is besloten de inventarisatie breder te trekken en ook activiteiten mee te nemen die indirect de dialoog faciliteren of tot actie aanzetten. Een overzicht van deze activiteiten kan aanknopingspunten geven over waar in de toekomst de dialoog kan worden gestimuleerd of extra informatie kan worden gegeven dat aanzet tot doen. Denk hierbij bijvoorbeeld aan sportlessen voor 55+ die bijdragen aan de fysieke voorbereiding op het verouderingsproces, koffie-inlopen waar met leeftijdsgenoten het gesprek gevoerd zou kunnen worden over waar zij tegenaan lopen bij het ouder worden, inloopsprekuren waar vragen gesteld kunnen worden over ouder worden en eigen initiatieven vanuit de doelgroep, zoals tuinwerkgroepjes, die bijdragen aan het vergroten van het sociale vangnet van deze mensen. Dit soort activiteiten worden aangeboden door welzijnsorganisaties, maar we kwamen ook activiteiten tegen die op eigen initiatief van buurtbewoners of kleine organisaties en verenigingen werden georganiseerd.

Indirecte plekken voor de dialoog

Er is een aanbod aan activiteiten dat zich specifiek richt op verschillende leeftijdsgroepen van 55+. Daarnaast is er aanbod dat voor alle leeftijden bedoeld is, maar waar voornamelijk 55-plussers gebruik van maken of waar een groot deel 55+ is. Dit gold bijvoorbeeld voor veel van de activiteiten, met name die met een sociaal doeleind, die overdag aangeboden worden in huizen van de wijk, buurthuizen en buurtkamers.

Van het aanbod waar ouderen gebruik van maken is een deel vrij zeker en structureel en een deel van het aanbod is dit minder, omdat het bijvoorbeeld afhankelijker is van vrijwilliger(s) of subsidie.

In grote lijnen zou het aanbod waar ouderen aan meedoen op basis van de hoofddoelen van activiteiten ingedeeld kunnen worden in de volgende categorieën:

- Sociaal: bijvoorbeeld koffie-inloop, buurtmaaltijden
- Bewegen: bijvoorbeeld dans of bewegen, (stoel)yoga, wandelgroepen
- Creatief/artistiek/cultureel: bijvoorbeeld Naaicafé, teken/schildercursussen
- Informatief of hulp: bijvoorbeeld Digitale inloop, hulp spreekuren

De verdeling van de activiteiten verschilt per buurt. Zo zijn er buurten waar veel sportactiviteiten aangeboden worden en in andere buurten juist veel activiteiten gericht op sociaal contact en plezier. De activiteiten die worden aangeboden lijken in alle buurten heel erg op elkaar. Als sociaal contact niet het hoofddoel van de activiteiten was, hadden de activiteiten dit vaak toch als bij-doel. Na een beweegactiviteit is er bijvoorbeeld vaak nog ruimte voor een kop koffie met elkaar en tijdens creatieve activiteiten is vaak ruimte voor gesprek.

Onbekendheid in de buurten over het aanbod

De onderzoeker werd in de wijken vriendelijk ontvangen door buurtbewoners en professionals. Er leek in de wijken behoefte te zijn aan overzicht van de activiteiten die daar plaatsvinden. Veel professionals en andere mensen die ik gesproken heb zijn nieuwsgierig naar het resultaat van deze inventarisatie. De professionals waren niet altijd bekend met wat er door andere organisaties in de buurt werd aangeboden voor ouderen. De professionals die een overkoepelend beeld zouden kunnen hebben van het aanbod in een wijk, zoals gebiedsmakelaars, waren niet goed bereikbaar.

Zonder de wijken en buurten in te gaan was het als buitenstaander moeilijk om erachter te komen waar plekken zijn waar de dialoog wordt gevoerd of kan worden gevoerd. Er is geen centrale plek on- of offline waar je het overzicht van het aanbod kan vinden. Veel gaat op buurtniveau via mond op mond reclame. Ook vind je op sociale plekken zoals huizen van de wijk, veel flyers en posters over allerlei activiteiten. Ook zijn daar mensen aanwezig die een beetje bekend zijn met het aanbod. Online is het zonder voorkennis over het aanbod of de aanbieders lastig om hier informatie te vinden. Ook is de informatie die online te vinden is soms niet in overeenstemming met de werkelijkheid. Denk hierbij bijvoorbeeld aan online activiteitenchema's van buurthuizen die niet up to date of onvolledig zijn.

Buurtbewoners zijn niet gebonden aan buurtgrenzen

De buurtgrenzen zoals we die hanteren zijn geen grenzen die de buurtbewoners hanteren. Sommige buurtbewoners wonen dichtbij buurtgrenzen en zijn zodoende misschien wel vaker in de aangrenzende buurt te vinden dan in de eigen buurt als voorzieningen daar dichterbij zijn of meer aanspreken.

In sommige van de onderzochte gebieden, zoals de Centrale Markt, Noordelijke IJ-oever West, Diamantbuurt en Bloemendalerpolder waren weinig tot geen voorzieningen. Activiteiten gericht op 55+ of activiteiten waar de doelgroep op af komt ontbraken dus ook. In de aangrenzende omgevingen van deze gebieden zijn activiteiten gevonden die gericht zijn op 55+ of wellicht interessant voor de doelgroep. Deze activiteiten zijn bereikbaar voor 55-plussers die nog redelijk mobiel zijn. Een ander voorbeeld is de grote wijk Oostelijk Havengebied, afhankelijk van waar men woont in deze wijk zijn de activiteiten in de Indische buurt of Czaar Peterbuurt dichterbij.

Toelichting per buurt

In dit hoofdstuk geven we een toelichting per buurt op basis van de observaties en gesprekken die zijn gevoerd bij het inventariseren van de activiteiten.

Buitenveldert West

Gesproken: 3 professionals, 3 vrijwilligers, 1 medewerker De boshalte, 3 buurtbewoners van 50+

Je zou kunnen zeggen, in ieder geval ten opzichte van de andere tien verkende gebieden, dat Buitenveldert West een Walhalla is als het gaat om activiteiten voor oudere buurtbewoners. Dit komt overeen met de bevindingen in het onderzoek Amsterdammers praten over morgen (2024) waar buurtbewoners in straatinterviews aangeven dat er veel te doen is voor ouderen in de buurt.

Tijdens de verkenning/inventarisatie van Buitenveldert West zijn 60 activiteiten gevonden waar veel mensen van 55+ gebruik van maken. Deze activiteiten worden georganiseerd door 8 verschillende aanbieders. 97% van de activiteiten die we hebben gevonden worden georganiseerd door welzijnsinstellingen. De overige 5 activiteiten door kleinere initiatieven, een initiatief dat inwoners betreft bij organisatie of door bewoners zelf.

Ouder Vriendelijk Buitenveldert, een werkgroep bestaande uit oudere buurtbewoners die is opgezet vanuit een onderzoek naar Age Friendly Communities, organiseren twee keer per jaar een informatieve activiteit waarbij er over een thema gerelateerd aan ouder worden in de wijk gesproken wordt.

Bij de welzijnsaanbieders is het overgrote deel van de activiteiten gericht op sport, bewegen en ontspannen. Ook worden er activiteiten georganiseerd rondom hobby's en spel, zoals bridgeclub, sjoelen en creatief bezig zijn. Daarnaast zijn er voor buurtbewoners mogelijkheden om samen te lunchen of dineren. De bibliotheek biedt op het gebied van cultuur diverse activiteiten. Ook zijn er inlooptmomenten waarop mensen elkaar kunnen ontmoeten of informatie kunnen krijgen.

Uit observatie en gesprekken blijkt dat mensen die hier voornamelijk gebruik van maken vooral de wat oudere buurtbewoners (65+) te zijn. Dit is het beeld wat ik heb gekregen van de bezoekers van de activiteiten die ik heb gezien of waar ik over heb gehoord. Zo gaf de directeur van het Huis van de Wijk Buitenveldert aan dat de doelgroep van tussen de 50 en 65 jaar nog niet of nauwelijks gebruikt maakt van zijn aanbod, maar dat hij ook deze groep mensen probeert te bereiken.

Uit de gesprekken met professionals bleek dat er veel aandacht is voor het welbevinden van de oudere buurtbewoner. In de OBA is iemand aangesteld als 'Senioren Activiteiten Begeleider'. Daarbij leken de professionals die ik sprak wel meer samenwerking te willen en probeerden velen de verbinding met andere partijen ook op te zoeken. Ik ontving vaak enthousiasme bij het vertellen over deze inventarisatie en er was nieuwsgierigheid naar de resultaten.

De verschillende aanbieders van activiteiten voor 50-plussers kennen een groot aantal locaties in de buurt waarvan zij vermoeden dat er voor deze doelgroep wat te doen is, maar zijn niet op de hoogte van het specifieke aanbod voor de doelgroep op deze locaties. Een typerend voorbeeld zijn OBA Buitenveldert en Huis van de Wijk Buitenveldert. Deze twee plekken bevinden zich rondom hetzelfde plein. Bij het Huis van de Wijk ging ik langs bij Inloop 'De buurvrouw' waar allemaal oudere dames gezellig zaten bij te praten of een spelletje



zaten te spelen. De activiteitenbegeleiders hier en de oudere dames die ik sprak wisten allemaal niet dat er in de OBA een seniorenochtend is.



In deze wijk kom je, vergeleken met de andere bekeken gebieden, opvallend veel 50-plussers tegen op straat. Je ziet mensen van 50 jaar oud tot veel ouder op de fiets, te voet, in het winkelcentrum, bij cafeetjes, in groepjes zittend op hun rollator, als stel aan de wandel en bij activiteiten. Wat betreft de culturele diversiteit zijn de ouderen die ik zie voor het overgrote deel van Nederlandse komaf. Daarnaast zag ik enkele ouderen met Aziatische culturele achtergrond.





Amsterdamse Poort

Gesproken: 6 professionals/aanbieders, 1 buurtbewoner van 50+

In de Amsterdamse Poort bleek meer voor 50-plussers te zijn dan ik aanvankelijk had verwacht op basis van mijn Google Maps zoektocht naar 'sociale plekken'. In de inventarisatie in de wijk ben ik 24 activiteiten tegengekomen vanuit 13 verschillende aanbieders.

Veel activiteiten en initiatieven zijn begonnen vanuit de wijk of vanuit specifieke culturele gemeenschappen. De activiteiten worden aangeboden door een diverse groep aan stichtingen en initiatieven. Een veel kleiner deel door de bekende welzijnsaanbieders. De verschillende aanbieders benoemen dat 'iedereen welkom is', maar richten zich duidelijk op een specifieke culturele doelgroep. Met name voor 50-plussers van Surinaamse komaf zijn er veel plekken waar zij terecht kunnen en het aanbod echt op hen gericht is. Oudere mensen van andere komaf zullen zich hier soms minder snel op hun plek voelen, gaf ook een beheerder van buurthuis Kwakoe aan.

We zijn geen activiteiten tegengekomen die specifiek gericht zijn op het voorbereiden op het ouder worden of hierover in gesprek gaan. De meeste activiteiten zijn gericht op spel, eten, creatief bezig zijn en plezier of hulp en informatie bieden. Het aanbod op het gebied van bewegen was erg klein. Bij de OBA kwamen 55-plussers vooral bij het 'Hulp bij Digitaal Spreekuur' en het 'Woningnet Spreekuur'. Opvallend was dat de OBA vooral informatie en hulp activiteiten bood en dat er op het gebied van cultuur minder werd aangeboden door de OBA. Dit werd voornamelijk binnen de eigen cultuur door de stichtingen verzorgd.



De stichtingen zitten verspreid door de buurt, soms in kleine ruimtes, of op onverwachte plekken zoals in de plint van gebouwen die dienstdoen als galerie, in woning of juist winkelruimtes of zoals op de foto in een neergezette keet.



Noordelijke IJ-oeveren West

Gesproken: 1 buurtbewoner van 50+, 1 ondernemer, 2 professionals

Binnen de buurtgrenzen was er erg weinig te vinden voor ouderen. We zijn 6 activiteiten tegengekomen waarvan 5 vanuit een buurtinitiatief. Dance Connects lijkt de enige partij te zijn die hier al enkele jaren een activiteit voor 60+ organiseert. Rita Gemert, een bekende Sport en Beweeg sleutelfiguur in Noord, heeft een Walkfit groepje voor ouderen. De buurt moest het, zeker in het begin na de bouw van de eerste woningen, vooral hebben van het eigen initiatief van de bewoners. Zo zijn er allerlei clubjes ontstaan en een wijkvereniging.

'Eén van de redenen voor het opzetten van initiatieven in het begin (tijdens de eerste fase van Overhoeks = de eerste 9 gebouwen) toen er nog maar enkele gebouwen stonden, was dat er een soort pioniersgeest onder de nieuwe bewoners leefde: 'in de buurt was iedereen nieuw, er waren geen faciliteiten behalve Eye, de bouwterreinen achter ons lagen er verlaten bij. Het domein van hazen en watervogels. Er werd ook weinig gebouwd in het begin wegens de crisis.' - een buurtbewoonster.

De buurtinitiatieven waren niet bedoeld voor 55-plussers maar zijn dit in de praktijk wel geworden. Er zijn geen initiatieven gezien die gaan over voorbereiden op het ouder worden.

Inmiddels poppen er gelukkig langzaam wat buurtkamer-achtige initiatieven op en zijn er, tot grote vreugd van de (oudere) buurtbewoners, eindelijk wat winkels gekomen.



In de naastgelegen Van der Pekbuurt worden wel veel activiteiten aangeboden door welzijnsaanbieders. De 55-plussers uit deze wijk voelen zich toch minder op hun plek als zij meedoen met activiteiten in de naastgelegen Van der Pekbuurt en hetzelfde geldt andersom. Rita Gemert, een bekende Sport en Beweeg sleutelfiguur in Noord, probeerde haar Walkfit groepje van Overhoeks en Van der Pek te combineren. Het lukt haar echter niet goed om de mensen mee naar Overhoeks te krijgen, ofwel mee naar Van der Pek. *'Misschien dat ander soort kleding ook voor scheiding zorgt: lange kleding die in de weg zit en ander niveau van fitheid. Zien er anders uit (hoofddoek enzo) toch anders, andere cultuur.'* - dezelfde buurtbewoonster als hierboven. Ook speelt hier waarschijnlijk in mee dat de bewoners van Overhoeks inmiddels een vriendengroep hebben gevormd. Zij komen gemakkelijk bij elkaar over de vloer voor een kopje koffie.



Bloemendalerpolder

Gesproken: 3 buurtbewoners van 50+, 1 Weesperenaar van 50+, 1 Gemeente Amsterdam ambtenaar beheerder sportzaal

Tijdens mijn bezoek aan deze wijk kwam ik geen voorzieningen en activiteiten voor 55+ tegen. De Bloemendalerpolder in Weesp is een voormalig landbouwgebied dat momenteel wordt getransformeerd tot de nieuwbouwwijk Weesperluis. Deze wijk wordt ontwikkeld met een mix van ongeveer 3.550 woningen, variërend van koopwoningen tot sociale en middenhuurappartementen en rijtjeshuizen.

Op dit moment zijn er nog weinig voorzieningen in de wijk. Er is een grote sporthal, buurtkamer, kinderdagverblijf en school. Onlangs is er tot grote vreugde van een buurtbewoner die ik sprak, een [winkelcentrum geopend](#) worden. Ook zijn er plannen voor een haventje met restaurants en cafés.

De buurtkamer en sporthal zouden gelegenheid kunnen bieden voor activiteiten voor 55-plussers. Momenteel is dat niet het geval. De buurtkamer is vaak dicht, zo ook toen ik daar op een donderdagmiddag stond, en de openingstijden staan (ook online) niet aangegeven. Van een actieve Weesperenaar van 55+ die goed op de hoogte was van activiteiten in Weesp waar 55-plussers aan deelnemen, nam ik kennis van, de voor zover zij wist enige, activiteit die in de Bloemendalerpolder plaatsvindt waar mensen van 55+ actief bij zijn. Een groep vrijwilligers van 55+ helpt namelijk mee om van Begraafplaats Landscroon een openbaar park te maken. Dit doen zij op initiatief van Landscroon en in samenwerking met twee vaste krachten van de begraafplaats.

We zijn verder geen buurtinitiatieven tegengekomen zoals we die tegenkwamen in Noordelijke IJ-oeveren West, als voortvloeisel van de pioniersgeest in nieuwbouwwijk. Mogelijk zijn deze initiatieven aanwezig maar niet zichtbaar voor ons geworden, doordat er op straat weinig mensen te vinden waren die ons hierover hadden kunnen vertellen en wij geen direct contactpersoon hadden uit de Bloemendalerpolder zelf. Zoals in lijn met de demografie van

de buurt waren op straat voornamelijk ouders met kinderwagens of jonge kinderen, een enkele sporter of iemand die de hond uitlaat.



Twee mannen van 50+ die ik op straat aansprak geven aan fijn te wonen in de Bloemendalerpolder. De één geeft aan dat dit vooral komt door de bereikbaarheid van deze locatie. *'Je zit zo op de snelweg, zo in de trein of in het oude centrum van Weesp of Amsterdam.'* De ander, voorheen bewoner van de buurt Reigersbos, geeft aan dat het voor hem vooral ligt aan dat het schoon en rustig is op straat: *'Ja je zit hier toch met een andere sociaaleconomische klasse, en ja die anderen (verwijst naar buurtbewoners in Reigersbos), die maken er een potje van.'* Als ik hen vraag wat plekken in de buurt zijn waar zij graag komen dan blijkt echter dat die allemaal in het oude centrum van Weesp liggen.

Sloten Nieuw-Sloten

Gesproken: 3 buurtbewoners van 55+ (waarvan 1 vrijwilliger in buurthuis en 1 actieve trekker van activiteiten in Sloten), 1 professional

De wijk Sloten Nieuw-Sloten heeft een duidelijk centrum waar het aanbod uit de wijk zich bevindt. Dit centrum omvat winkels, het buurthuis, met aardig wat activiteiten voor 55-plussers, en een enkel café. We zijn 24 activiteiten voor ouderen tegengekomen. De activiteiten richten zich voornamelijk op bewegen, spel en creativiteit. Ook is er een vervoersdienst voor korte ritjes in de buurt. Opvallend was dat er we in deze wijk maar een activiteiten met eten zijn tegengekomen. Ook zijn er in deze wijk twee kerken die kerkdiensten aanbieden en andere activiteiten. De meeste activiteiten die we hebben gevonden worden aangeboden door ESAN, energieke senioren Amsterdam Nieuw-West en NIVON, organiseert activiteiten op het gebied van natuur en cultuur.

Naast het buurthuis heeft Café Thijs, voor een café, een bijzondere buurtfunctie. Dit café biedt ook de faciliteiten om te squashen en te fitnessen. Twee keer in de week is er ouderen fitness en er worden in het café buurtactiviteiten georganiseerd zoals Bingo.

De wijk kent ook parkachtige delen die erg natuurlijk zijn opgezet. Een buurtbewoner van 50+ vertelde mij opgewekt dat de wijk als milieuvriendelijke wijk is opgezet en dat er meer dan 50 verschillende boomsoorten staan. Het groen biedt mogelijkheid tot het doen van vrijwilligerswerk in bijvoorbeeld natuurpark Vrije Geer, zoals meneer doet, of in de Groengroep.



In de wijken die grenzen aan Nieuw-Sloten zijn veel activiteiten voor en door 55-plussers. Zo zijn de groepen Energieke Senioren Amsterdam Nieuw-West (ESAN) en Senioren Netwerk Osdorp (SNO) actief in de omliggende buurten. Zij organiseren allerlei activiteiten voor de doelgroep, waaronder ook activiteiten die gericht zijn op gezond ouder worden en dus de voorbereiding op het ouder worden. SNO focust zich dit jaar bijvoorbeeld op het onderwerp wonen.

Daarnaast zijn er in de omliggende buurten een aantal buurthuizen waar activiteiten plaatsvinden voor de doelgroep. Het aangrenzende oude dorp Sloten heeft een kerk en een dorps huis waar voornamelijk activiteiten zijn voor en door 50-plussers. Hier zijn ook mensen uit Nieuw-Sloten welkom. De buurtwerker en buurtbewoners uit Nieuw-Sloten die ik in Buurthuis België sprak wisten van het bestaan van het dorps huis af, maar de voornaamste bezoekers komen toch vooral uit Sloten zelf.

Diamantbuurt

Gesproken: 7 professionals, 2 buurtbewoners van 50+ (waarvan 1 vrijwilliger bij buurthuis)

In de Diamantbuurt in Amsterdam-Zuid lijkt aanbod voor 55+ vooral vanuit buurtinitiatieven te komen. We hebben 7 activiteiten gevonden gericht op creatief bezig zijn, bewegen, spelletjes en computerkennis door voornamelijk buurtinitiatieven. Er is geen aanbod gevonden ter voorbereiding op het ouder worden.

De activiteiten vinden plaats bij de OBA en Plan C: een vereniging op initiatief van bewoners waar alle activiteiten gratis worden aangeboden door buurtbewoners die hun talenten en kennis delen. Buurtgebouw Henrick de Keijser was nog gesloten maar had mooie voornemens om meer voor de oudere buurtgenoot te betekenen. Zij zijn bijvoorbeeld in gesprek met de groep 'Preventief Oud Worden' om zich ook in het buurtgebouw te vestigen en willen vaker open zijn om met name ook de oudere buurtbewoners een plek te geven waar zij dagelijks terecht kunnen om een kopje koffie te drinken en een bekend gezicht te zien. Zo hopen zij de oudere buurtbewoner meer te betrekken bij de buurt en een oogje in het zeil te kunnen houden. Vanwege een grote verbouwing waren zij in de zomer van 2024 nog niet geopend. Wat de groep 'Preventief Oud Worden' doet en wie dat organiseert hebben wij niet kunnen uitvinden, maar zou via de contactpersoon van Buurtgebouw Henrick de Keijser kunnen worden achterhaald.

Voor meer aanbod voor 55+ kan je net over de buurtgrenzen terecht bij bijvoorbeeld Huis van de Wijk De Pijp of Rijn 58. Hier komen veel mensen van 50+ samen en worden diverse activiteiten voor hen georganiseerd vanuit de welzijnsorganisaties.



Jordaan

Gesproken: 3 vrijwilligers in buurthuis het Claverhuis (tevens buurtbewoners 50+ en professionals), 3 deelnemers SOOJ, 1 sportaanbieder bij De Palm

In de Jordaan kan ook op latere leeftijd de Jordaanse gezelligheid nog meegepakt worden. In deze wijk worden veel activiteiten voor 55-plussers aangeboden, door zowel welzijnsorganisaties, zoals Dock, als bewonersinitiatieven, zoals Stichting Ontmoetingsruimte Ouderen Jordaan (SOOJ en het Stadsdorp). Naast de activiteiten op gebied van bewegen, eten, creativiteit en spel wordt er in deze wijk, ten opzichte van de andere gebieden, meer aangeboden op het gebied van voorbereiden op het ouder worden. Centram is een organisatie die verschillende activiteiten aanbiedt zoals voorlichting op gebied van ouder worden, ondersteuning aan ouderen en bieden mensen de gelegenheid om in gesprek te gaan over ouder worden en wat daarbij komt kijken. In het Claverhuis in de Jordaan hebben

zij een voorlichting over ouder worden gegeven. Ook wordt er sinds kort een tweewekelijks ouderencafé georganiseerd bij een huisartsenpraktijk.

Van een ouder koppel dat al jaren in de wijk woont hoorde ik dat zij een vaste kroegavond hebben met buurtbewoners van dezelfde leeftijdscategorie. Wellicht dat er meer oudere buurtbewoners zijn zulke onderlinge initiatieven hebben.

Binnen bij de SOOJ is duidelijk te zien dat hier een bepaalde groep ouderen naartoe komt. De mensen zijn van Nederlandse afkomst, een ongeveer gelijke mix van mannen en vrouwen, allemaal veelal van een wat hogere leeftijd. Er zal hier misschien een enkeling jonger dan 65 jaar zijn geweest. De mensen die ik sprak gaven aan al jaren in de Jordaan te wonen of hier heel lang te hebben gewoond. Bij Het Claverhuis zat een wat diverser publiek wat leeftijd en culturele achtergrond betreft.

Oostelijk Havengebied

Gesproken: stuk of 3 buurtbewoners 50+ en stuk of 4 à 5 eigenaren/medewerkers van sociale plekken; buurtcoöperatie, restaurants/bars die ook in de leeftijdscategorie vallen.

Het Oostelijk Havengebied is met al haar verschillende 'eilanden' een grote wijk. Er zijn verspreid over dit gebied activiteiten en initiatieven voor en door 55-plussers te vinden, maar gezien de spreiding ervan en de grootte van de wijk zal er binnen de wijkgrenzen waarschijnlijk niet voor iedereen aanbod dichtbij in de buurt zijn.



We hebben 20 activiteiten gevonden voor ouderen. Opvallend in deze buurt is dat deze activiteiten met name georganiseerd worden vanuit bewoners, ondernemers (boekhandel en cafés) in de buurt en buurtcoöperatie de Eester. Ook zijn er twee stadsdorpen actief in de wijk.

Er lijkt in de wijk een grote betrokkenheid te zijn van de oudere buurtbewoners. In de gesprekken met initiatiefnemers of medewerkers van de sociale plekken die ik bezocht viel ook een hoge mate van de betrokkenheid bij de oudere buurtbewoner op.

Er zijn in de buurt meerdere eetcafés die activiteiten organiseren. Eetcafés Oceaan wil graag voor alle buurtbewoners een fijne plek zijn, zo ook voor degene met een kleinere

portemonnee. Naast de activiteiten die zij organiseren voor buurtbewoners, waar onder andere veel 55-plussers op af komen stellen zij zich flexibel op naar wie bij hen terecht wil. Zo hebben zij 2 keer in de maand een club veteranen over de vloer.

We zijn tijdens de inventarisatie geen activiteiten tegengekomen die zich richten op voorbereiden op ouder worden. De trekker van buurtcoöperatie De Eester vertelde graag meer activiteiten te willen initiëren voor buurtbewoners van 50+ om hen middels zingeving en betekenisgeving te helpen nadenken over het ouder worden, bijvoorbeeld gesprekken over ouder worden en verlies. Het knelpunt is hoe je dit aantrekkelijk kan maken voor de doelgroep zodat zij ook willen deelnemen. Vooralsnog is er weinig interesse bij buurtbewoners. Inmiddels is er een activiteit gestart voor 'mensen met een haperend brein'.

Czaar Peterbuurt

Gesproken: 3 professionals, 3 buurtbewoners van 50+ en 1 vrijwilliger in het inloophuis

De Czaar Peterbuurt is één van de acht buurten die samen de wijk Oostelijke eilanden/Kadijken vormen. Deze buurt ligt rondom de oude, gezellige Czaar Peterstraat waar wat lokale winkeltjes en eet/drinkgelegenheden zitten. Met de activiteiten uit de nabijgelegen buurten meegerekend zijn wij 20 activiteiten tegengekomen voor ouderen op gebied van bewegen, eten, creativiteit en informatie. Dit zouden 9 activiteiten zijn als wij enkel kijken naar wat er binnen de buurtgrenzen van de Czaar Peterbuurt gebeurt.

De activiteiten worden georganiseerd door inloophuis Czaar 51, buurthuis de Witte Boei en Sciandri. Bij inloophuis Czaar 51 en Amsta de Keyzer zijn buurtbewoners één keer in de week welkom om mee te lunchen. Verder organiseert Sciandri een aantal beweegactiviteiten in de wijk, waarvan de meeste in Sporthal Oostenburg, die vlak naast de Czaar Peterstraat ligt.

Er is een initiatief tegen eenzaamheid gevonden: Blij Buren Buurt Service Centrum. Dit initiatief is niet specifiek voor ouderen maar zij doen er wel aan mee. Naast activiteiten organiseren halen zij ook voedsel op dat zij uitdelen aan mensen met een kleine portemonnee.

We zijn geen activiteiten tegengekomen gericht op voorbereiden op het ouder worden.



Centrale Markt

Gesproken: niemand

Binnen de officiële grenzen van de wijk Centrale Markt vond ik, op twee buurten na, eigenlijk alleen maar industriegebied. In deze wijk zijn er geen activiteiten of voorzieningen gevonden voor ouderen. In de directe omgeving van deze wijk zijn wat winkeltjes te vinden en een paar activiteiten die interessant zouden kunnen zijn voor de oudere buurtbewoner bijvoorbeeld de beweegactiviteiten van Dance Connects of Meer Bewegen Voor Ouderen.



Akbarstraat

Gesproken: 1 medewerker café The Villy, 1 medewerker Maqam

De Akbarstraat is een straat in de Kolenkitbuurt met aan de ene zijde nieuwbouw en aan de andere zijde oudere woningen. De activiteiten die ik tijdens mijn verkenning in- en rondom de Akbarstraat ben tegengekomen lijken zich vooral te richten op het ontmoeten en samenbrengen van mensen. Een activiteit die specifiek op 55-plussers is gericht is een ontmoetingsgroep voor mensen van 55+ met een migratieachtergrond.

Er zijn echter nog een aantal plekken en activiteiten waar ik geen goed beeld van heb kunnen krijgen, maar waar misschien wel 55-plussers naartoe komen. Deze plekken en activiteiten zijn bijvoorbeeld: Buurtkamer Schaffie, de Kolenkitkerk Koffiemiddag en de buurtborrels in café The Villy.