

PLUS PUNT

2018

JAAERVERSLAG

VOORWOORD

Ouder worden is jezelf vernieuwen en uitdagen. Jezelf ontwikkelen is essentieel voor de zin in het leven. Hoe je dat vormgeeft, bepaal je zelf. Als je nieuwsgierigheid maar wordt geprikkeld, want dat geeft schwing aan je bestaan.

Pluspunt stimuleert dit proces graag door bijeenkomsten te organiseren waar senioren elkaar ontmoeten en inspireren. Op deze manier faciliteren we met een klein team een grote groep senioren, zodat zij hun projecten en activiteiten voor, door en met elkaar kunnen uitvoeren.

Ons uitgangspunt is dat ouderen zich kunnen blijven ontwikkelen en vernieuwen. In 2018 hebben we mooie projecten voort kunnen zetten en andere afgerond. Ook zijn we nieuwe projecten gestart zoals Het verhaal van je leven. In dit project vertellen oudere migranten hun levensverhaal. De levensverhalen worden vastgelegd in levensboeken door vrijwilligers met verschillende achtergronden.

Als markering van de afronding van het Lang Leve Kunst-project voerden we een groot gezamenlijk kunstproject uit met 215 ouderen: een Mega Vlaggenlijn, gespannen boven De Boezem, die onthuld werd door wethouder Kasmi van Cultuur. Tijdens het event konden diverse workshops worden gevolgd. Met dit event vroegen we aandacht voor kunstbeoefening door ouderen in de wijken. Uit onderzoek blijkt dat cultuurparticipatie bijdraagt aan het welbevinden. Het vergroot het gevoel van eigenwaarde en is een verrijking voor het leven.

In 2018 hebben vertellers van het bekende project Verhalenderwijs weer vertellingen uitgevoerd op aanvraag van organisaties.

Het project Verhalen Verbinden werd in het voorjaar afgerond. Met dit project hebben we het thema roze ouderen bespreekbaar gemaakt binnen diverse ouderengroepen.

Anders Ouder Worden (AOW), al 46 jaar actief, werd ook in 2018 met veel enthousiasme uitgevoerd. De AOW-bijeenkomsten in diverse wijken bereikten veel senioren: ruim 8.200! En dit dankzij de inzet van alle werkgroepleden die de bijeenkomsten organiseren. De netwerken op wijkniveau zijn van groot belang voor ouderen in het kader van langer zelfstandig thuis wonen en het voorkomen van sociaal isolement.

Ook dit jaar zijn er nieuwe groepen gestart, mede dankzij de inzet van de methode Seniorenateliers. Centraal staan steeds ontmoetingen, (doe)activiteiten en het informeren van elkaar over onderwerpen die voor ouderen interessant zijn. Per Seniorenatelier worden vijf tot zeven vrijwilligers getraind die met elkaar bijeenkomsten gaan opzetten. Met de Seniorenateliers richten we ons met name op ouderen met een migratieachtergrond.

In Rotterdam stijgt het aantal ouderen de komende jaren flink. Graag willen we met onze werkwijze van 'voor en door ouderen' velen inspireren hun talenten en kwaliteiten in te blijven zetten voor de samenleving. Jij gaat wel met pensioen, maar je talenten niet!

Heili Bassa, directeur Pluspunt



Seniorenateliers

Anders Ouder Worden

ANDERS OUDER WORDEN/SENIORENATELIERS

Al 46 jaar zijn er Anders Ouder Worden-werkgroepen actief in Rotterdam. De groepen organiseren bijeenkomsten voor andere ouderen in de wijk.

In 2018 waren er 38 werkgroepen, met in totaal 125 werkgroepleden. De werkgroepen organiseerden ongeveer 437 bijeenkomsten die door 8.203 senioren werden bezocht, over thema's als langer thuis wonen, levenstestament en veranderingen in de zorg.

Tijdens de stedelijke bijeenkomsten die Pluspunt voor de werkgroepen organiseert, wisselen de leden ervaringen en ideeën uit en inspireren elkaar. In 2018 zijn er inleidingsbijeenkomsten gehouden over actuele thema's als thuishetchnologie en hebben de werkgroepleden een bezoek gebracht aan de Zorginnovatiewinkel, waar technologische hulpmiddelen werden gedemonstreerd. Het Stedelijk Overleg is, net als vorig jaar, op visite geweest bij een van de werkgroepen.

Dit keer werd de AOW-groep Caribische Zilveren Krachten bezocht, die bijeenkomsten organiseert in Humanitas-De Leeuwenhoek.

De AOW werkgroepleden hebben dit jaar drie trainingen gevolgd. Het Rode Kruis gaf een voorlichting over de veiligheid om de zelfredzaamheid te vergroten, Hooning Consult gaf een training over de AVG, de nieuwe privacywet en Loek Harmeling gaf een training over het levenstestament. We konden dit jaar drie nieuwe Seniorenateliers verwelkomen: in Prins Alexander Kayena (Caribisch), in Noord Plata Broki (Surinaams) en in Feijenoord Abrassa (Kaaipverdiaans). Na een training te hebben gevolgd, gingen de deelnemers enthousiast aan de slag om zelf activiteiten te organiseren. Sinds 2018 is AOW te vinden op de Menukaart-activiteiten 65+ van Coalitie Erbij Rotterdam. In de Menukaart staan diverse activiteiten voor 65-plussers door de hele stad.



De Mega Vlaggenlijn boven De Boezem.

LANG LEVE KUNST

Mega Vlaggenlijn

In Kralingen-Crooswijk en in Noord is van 2014 tot en met 2017 het meerjarige programma Lang Leve Kunst uitgevoerd door Pluspunt. Ieder jaar werd in oktober een Plus Parade Festival georganiseerd, met gratis workshops, optredens en exposities. Dit festivalprogramma was gericht op het stimuleren van kunstbeoefening door ouderen. We werkten hierbij samen met woonzorginstellingen van Aafje, Lelie zorggroep, Middin en Humanitas in Noord en Kralingen-Crooswijk. Drie jaar Lang Leve Kunst in Kralingen-Crooswijk en Noord vroeg om een passende afsluiting, waarbij zichtbaar gemaakt kon worden wat het project heeft opgeleverd en wat kunstbeoefening betekent voor ouderen. Al snel werd een mooi idee geboren en omarmd: met ouderen en een beeldend kunstenaar per locatie een vlaggenlijn van textiel maken. Het centrale thema van de vlaggen werd Dromen aan het water.

In vier maanden tijd maakten 215 ouderen tijdens workshops in de twee gebieden 287 vlaggen. Sommige ouderen hadden wel eens geschilderd - enkelen zelfs heel vaak - maar het grootste deel had het nog nooit gedaan. Aan de workshops deden ouderen met diverse culturele achtergronden mee. Ook deden er ouderen mee die een fysieke beperking

hadden, die dementerend waren of op een andere manier beperkt. De begeleidende kunstenaars werkten in de workshops steeds vanuit de mogelijkheden van deelnemers. Op 11 oktober 2018 werd de Mega Vlaggenlijn in Aafje-Hoppesteijn geopend door Said Kasmi, de wethouder van Cultuur van Rotterdam. Hij onthulde vlag nummer 250, gemaakt door mevrouw Pregers, die voor de eerste keer had geschilderd. Na de onthulling was er een workshopprogramma en optredens van de 60-plus dansgroep Durf te Dansen en het 60-plus Roze Lijsterbessenkoor. Ook konden er diverse workshops worden gevolgd met als thema ouderen en actieve kunstbeoefening. Eén van de workshops werd gegeven door Rieke Schouten vanuit het landelijke programma van Lang Leve Kunst en ging over het belang van actieve cultuurparticipatie. Een andere workshop was gericht op het belang van samenwerking tussen diverse partijen en hoe nieuwe verbindingen tot stand te brengen, ook tussen generaties. Er waren ruim 200 deelnemers aanwezig. De Mega Vlaggenlijn heeft drie weken boven De Boezem gehangen, ook in het kader van de Kunstroute Kralingen-Crooswijk die ieder jaar in oktober wordt georganiseerd. Daarna waren de vlaggen te zien in de buitentuin van woonzorgcentrum Pniël.



Resultaat van vlaggenworkshop bij Humanitas-De Leeuwenhoek.



Vlaggenworkshop bij Seniorenatelier Amisade.



Wethouder Kasmi onthult de vlag van mevrouw Pregers.



Resultaten van vlaggenworkshop bij AOW-groep Tori Oso.

Open Dansatelier

Tijdens het Lang Leve Kunstproject is in Noord een Open Dansatelier opgezet voor 60-plussers: Durf te Dansen. Bij Durf te Dansen gaat het om moderne dansexpressie en wordt er steeds in zestien weken toegewerkt naar een danspresentatie. De begeleiding is in handen van Marie-Louise Gilcher, danseres en choreografe met een jarenlange ervaring in het geven van lessen moderne dans aan senioren.

Er is inmiddels een kleine vaste kern die al enkele jaren danst. Deze kerngroep stimuleert ieder seizoen, onder andere door de dansoptredens, andere ouderen ook te gaan dansen. De drempel is laag, want danservaring is niet nodig. Voor ouderen is dansen een van de leukste manieren om soepel en fit te blijven, en dans is een manier om te uiten wat er in je leeft. Dansen geeft vrijheid en zelfvertrouwen.

Dit jaar had het Open Dansatelier vijftien deelnemers. De danslessen werden gegeven in het Atrium van Humanitas-

Bergweg. De groep heeft opgetreden in Humanitas-Bergweg, tijdens de opening van de Mega Vlaggenlijn in Aafje-Hoppesteyn, in Huis van de Wijk De Put in Delfshaven en in de Bergsingelkerk. Ruim 400 bezoekers zagen de diverse voorstellingen.

Open Textielatelier

In 2018 werd het Open Textielatelier, ook onderdeel van Lang Leve Kunst, voortgezet in Noord. Er werd steeds vier weken lang met een thema gewerkt en er werden verschillende technieken toegepast. De begeleiding was in handen van beeldend kunstenaar Haadjar Fris. De deelnemers maakten zelfportretten van stof en andere materialen. Ieder kwartaal was het werk voor publiek te zien in het Atrium van Humanitas-Bergweg. De eerste tentoonstelling werd geopend door Ina Chabot, lid van de gebiedscommissie Noord. Gemiddeld had het Open Textielatelier per keer zes deelnemers.



Open Textielatelier

HET VERHAAL VAN JE LEVEN

Met het project Het verhaal van je leven wil Pluspunt oudere migranten de kans geven hun levensverhaal te vertellen, vast te laten leggen en naar buiten te brengen. Onze ervaring is dat het vertellen van een levensverhaal ervoor zorgt dat ouderen hun leven positiever bekijken en er trots op worden. Ze beseffen dat ze, ondanks allerlei tegenslagen, toch hebben doorgezet en dat ze daardoor zijn gekomen waar ze nu zijn.

In 2018 zijn we gestart met de werving van schrijvers. In november is er een informatiebijeenkomst georganiseerd in de Leeszaal Rotterdam West, waar 24 belangstellenden aanwezig waren. Op de informatiebijeenkomst is verteld over wat een levensboek inhoudt en over het belang ervan. Verder is het filmpje Mijn leven in kleur vertoond en is verteld over de methode Mijn leven in kleur.

Er zijn in 2018 drie trainingen georganiseerd voor vrijwilligers. Ook zijn we gestart met het werven van oudere migranten die een levensboek willen laten schrijven, onder meer door over het project te vertellen bij ontmoetingsgroepen.

VERHALEN VERBINDEN

Met het project Verhalen Verbinden hebben we in 2017 en 2018 in verschillende gebieden bijeenkomsten georganiseerd met als doel LHBTI ouderen en heteroseksuele ouderen een ontmoetingsplek te bieden. Hier kunnen ze elkaar hun levensverhalen vertellen, zodat er respect en sociale acceptatie ontstaat voor elkaars leefstijl. Verhalen Verbinden bestaat uit twee bijeenkomsten. De eerste bijeenkomst werd in januari 2018 geopend door Tour d'Amour van Eveline van de Putte, auteur van 'Stormachtig Stil: met levensverhalen van roze ouderen'. De tweede bijeenkomst bestond uit een high tea en het WAVE-spel (Wederzijdse Acceptatie Van Elkaar). Naar aanleiding van de stellingen en vragen van het WAVE-spel praatten ouderen over wat nodig is om een leefomgeving te creëren waarin roze ouderen zich welkom voelen. Het project werd in 2018 uitgevoerd in Feijenoord in samenwerking met stichting Prefuru.

VERHALENDERWIJS

Ons project Verhalenderwijs bestaat al bijna twintig jaar. De vertellers met hun verhalen uit verschillende culturen leveren iedere keer weer waardevolle bijdragen aan bijeenkomsten. Zo werd in 2018 Verhalenderwijs gedurende een paar maanden intensief ingezet in het Jan van de Ploeghuis om samen met vrijwilligers bijeenkomsten voor bewoners op gang te brengen. De verhalen gingen over vroeger en nu, specifiek op thema's gericht.

Onze verteller Mohamed El Wakidi vertelde een verhaal tijdens een bijeenkomst in Delfshaven over eenzaamheid onder oudere migranten.

VERDER:

- participeerden we in de kennissateliers van IDEM
- namen we deel aan het platform Samen tegen Armoede in Rotterdam (ouderen)
- verstuurden we vier keer onze digitale nieuwsbrief naar 1.068 contacten
- woonden onze vrijwilligers Joan Edwards en Mohamed El Wakidi de conferentie 'Digital skills 50-plus' bij in Lodz (Polen) in het kader van het Europese Learning in Later Life-programma
- ontvingen we een aantal partijen in het kader van het Europese Learning in Later Life-programma en wisselden kennis en ervaringen uit
- werkten we mee aan het project Ouderen aan het woord van Genero voor het maken van films met verhalen van ouderen voor beleidsmakers, bestuurders en politiek
- gaven we op verzoek van het gemeentelijke programma Voor mekaar voorlichting over ons werk aan Huizen van de Wijk tijdens de presentatie van de website Coalitie Erbij Rotterdam/Menukaart voor 65+
- kwam Woonsaem uit Amsterdam op excursie bij Pluspunt om kennis op te doen over onze werkwijze
- werkten we mee aan de nieuwe digitale nieuwsbrief van de landelijke website van Lang Leve Kunst
- vertelden we over ons project Nioren tijdens de Impacttour van Een van de jongens, een conferentie waar de verbinding tussen jong en oud centraal staat
- namen we deel aan de klankbordgroep Ouderenmishandeling van Regioplan, beleidsonderzoek
- verhuisde onze Check In bus voorgoed naar het noorden van het land. In Olderberkoop gaat hij dienst doen bij Open Stal, een van de oudste kunstroutes van Nederland

KENGETALLEN

Deelnemers

Cursussen/workshops/trainingen/projecten:	1.109
Themabijeenkomsten:	8.537
Publieksbijeenkomsten:	942
Advies en begeleiding:	428
Sociale media volgers/leden/bezoekers:	3.612

Totaal: 14.628

SAMENWERKING

Aafje, Abrassa, Atelier Juffrouw Jansen-Pameijer, Caribische Zilveren Kracht, Coalitie Erbij Rotterdam, Cultuur Concreet, Huizen van de Wijk Irene en Prinsenhof, Humanitas, Jan van der Ploeg, Kunstroute Kralingen-Crooswijk, Lang Leve Kunst, Lelie Zorggroep, Middin, Prefuru, SOR Heulbrug, Tour d'Amour, Tori Oso/Plata Broki en Zorgcocon.

FINANCIERS

De totale omzet van € 200.500,- bestaat voor ruim de helft uit prestatiesubsidies van de overheid, het overige deel is afkomstig uit projectfinanciering van fondsen. Voor meer informatie, zie het verkort financieel jaarverslag op onze website.

Coalitie Erbij Rotterdam, Erasmusstichting, gemeente Rotterdam, Fonds Sluyterman van Loo, Oranje Fonds, Sint Laurensfonds, Stichting Elise Mathilde Fonds, Stichting Het R.C. Maagdenhuis, Stichting RCOAK, Stichting Solidarodam en Van Leeuwen van Lignac Stichting.

Algemene informatie

Medewerkers

Heili Bassa, directeur
Lia Henderson
Willy Hilverda
Pascalie van Kralingen
Ingrid Sprok
Audrey de Zanger

Bestuur

Freddy May, voorzitter
Peter Dohmen, penningmeester
Cynthia Ortega, lid
Agnes Vaillant, secretaris

Stagiaires

Fehiema Alkhamisi (t/m juni)



Adres

Scheepmakershaven 58 (unit 11)
3011 VD Rotterdam
010 – 467 17 11

✉ info@pluspuntrotterdam.nl
w pluspuntrotterdam.nl
t twitter.com/PluspuntSenior
f facebook.com/PluspuntSenior

Colofon

Redactie

Willy Hilverda

Ontwerp

Brigitte van Loon – ANIMA MIA

Foto's

Medewerkers Pluspunt

Rotterdam, juni 2019