

PLUSPUNT



2019

JAAERVERSLAG

VOORWOORD

Ouder worden is loslaten en je focussen op je doelen. Als Pluspunt ondervonden we dat dit jaar wel op een heel praktische manier. Begin januari werd duidelijk dat we, door een wetswijziging, als stichting Pluspunt zelf werkgever moesten worden om te voorkomen dat de kosten voor medewerkers extra hoog zouden worden. Voorheen lag het formele juridische werkgeverschap bij een payroll organisatie.

Nadat wij dit in hoog tempo hadden geregeld kregen we in februari het volgende op ons bordje: het pand waarin wij een etage huurden werd verkocht. In rap tempo gingen we op zoek naar vervangende kantoorruimte en gelukkig vonden wij die net op tijd. Het werd een kleine kantoor-unit aan de Scheepmakershaven 58. Minder ruimte betekende veel opruimen. Voor een organisatie die al 28 jaar bestaat en die heel veel activiteiten en projecten heeft uitgevoerd, is het een uitdaging te selecteren wat je wilt bewaren en wat niet. Uit de archieven kwamen stoffige ordners tevoorschijn, gevuld met de prachtige projecten die we in die 28 jaar hebben ontwikkeld en uitgevoerd. Een kleine greep: Grijs, fit & vitaal, De kracht van generaties, Ruimte voor verschillen, Ik+Jij = Wij, Samen zorgen, samen leven, Mekân, ontmoetingsruimte voor migrantenouderen, Dementievoorlichting voor Turkse en Marokkaanse ouderen, Voorlichting om ouderen mishandeling tegen te gaan, conferenties over 50-plus en werk, Liefde op leeftijd, de Theaterwerkplaats en cursussen als Ongekend talent. Het was echt veel en soms dachten we ook: het is nog even actueel als toen, alleen zit het nu (soms) in een ander jasje.

Het mooie van al die projecten is dat de kracht zit in de sterke werkwijze waar we voor staan: voor en door ouderen. Pluspunt heeft zich in haar werk altijd gericht op het stimuleren van mogelijkheden van ouderen, door ouderen. Je levenslang kunnen blijven ontwikkelen als mens is van grote waarde voor de zin van je bestaan.

In het nieuwe gemeentelijke ouderenbeleid, met het programma Rotterdam Ouder en Wijzer, wordt uitgegaan van wat ouderen zelf willen en kunnen. Hoe kun je vitaal en fit blijven, hoe kun je je talenten inzetten, hoe regel je het zo dat het er voor jou toe doet? Uiteraard is er in het programma ook veel aandacht voor wonen en voor de zorg die je eventueel nodig hebt. Ook voor ouderen met een migratieachtergrond. Dit inspireerde ons en onze buurorganisatie MOB om in het voorjaar een lunchbijeenkomst te organiseren om samen met diverse partijen en ouderen kennis te delen over Wonen, Welbevinden en Gezondheid & Oudere Migranten.

Ons duurzame programma Anders Ouder Worden (AOW) past goed in de uitgangspunten van het gemeentelijk beleid. De AOW-bijeenkomsten in diverse wijken bereikten weer veel senioren, namelijk een kleine 11.000. Dit is mogelijk gemaakt dankzij de inzet van alle 121 werkgroep-leden die deze bijeenkomsten organiseren. De werkgroepleden zijn zelf senioren en delen op stedelijk niveau kennis en ervaringen met elkaar en doen aan deskundigheidsbevordering.

Dit jaar zijn, op basis van de werkwijze voor Seniorenateliers, weer nieuwe groepen gestart. Centraal staan steeds ontmoetingen, (doe)activiteiten en het informeren van elkaar over onderwerpen die voor ouderen interessant en van belang zijn. Met de Seniorenateliers richten we ons met name op ouderen met een migratieachtergrond.



© Johannes Odé

Culturele huiskamer Emmahuis

Onder de vlag van Lang Leve Kunst zijn er in 2019 weer diverse kunstprojecten uitgevoerd. Leuk en nieuw is de Culturele huiskamer Emmahuis, een initiatief van ouderen die behoefte hadden aan kunstactiviteiten in hun wooncomplex in de wijk Blijdorp. In de Culturele huiskamer werden steeds op de derde zondagmiddag van de maand concerten en exposities georganiseerd. De toeloop van bezoekers uit het wooncomplex en de wijk is gedurende het jaar snel toegenomen.

In 2019 hebben we het project Het verhaal van je leven kunnen voortzetten. Naast het trainen van vrijwilligers als schrijvers, het werven van migrantenouderen als vertellers en het matchen ervan, is er een presentatie geweest van het project: een prachtige vertelvoorstelling in Theater 't Kapelletje. Geïnterviewde ouderen en vrijwilligers die schrijven vertelden over hun bijzondere ervaringen. Inmiddels zijn er al veel ontroerende fragmenten uit levensverhalen van migrantenouderen te lezen op onze website.

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

ANDERS OUDER WORDEN/SENIORENATELIERS

Al 47 jaar organiseren Anders Ouder Worden (AOW)-werkgroepen bijeenkomsten voor andere ouderen in hun eigen wijk. In 2019 waren er 33 werkgroepen, met in totaal 121 werkgroepleden. De werkgroepen organiseerden ongeveer 675 bijeenkomsten die door 10.787 senioren werden bezocht, over thema's als vitaal ouder worden, levenstestament en langer thuis wonen. Tijdens de stedelijke bijeenkomsten die Pluspunt voor de werkgroepen organiseert, wisselen de leden ervaringen en ideeën uit en inspireren elkaar. In 2019 zijn er inleidingen gehouden over actuele thema's zoals het ontstaan van de Europese Gemeenschap in het kader van de Europese verkiezingen en hebben de brandweer en Ambulancezorg Rotterdam-Rijnmond een voorlichting gegeven over brandveiligheid in huis. Ook hebben de werkgroepleden een bezoek gebracht aan de comfortwoning in Overschie, een modelwoning vol technische snufjes voor ouderen om extra comfort te bieden bij het zelfstandig thuis wonen.

De AOW-werkgroepleden hebben dit jaar drie trainingen gevolgd. Avant Sanare gaf twee voorlichtingen over het herkennen van signalen van depressie bij ouderen en het herkennen van eenzaamheid onder ouderen. Zorg van Nu (ministerie van VWS) heeft de Tea-Health training verzorgd over onder meer digitale mogelijkheden voor gezondheid en veiligheid.

Bewegen is belangrijk voor ouderen. We namen dit jaar dan ook graag deel aan de werkgroep voor de Fitfestivals in Rotterdam. Per gebied betrekken we de AOW-werkgroepen erbij.

De AOW-werkgroepen en Seniorenateliers uit Kralingen/Crooswijk hebben de workshop KUNST bekijk het maar gevolgd, georganiseerd door Kunstroute Kralingen-Crooswijk en Kunstuitleen Rotterdam.

Diverse migrantengroepen hebben de cursus Weet wat u slikt gevolgd, een initiatief van Zorgbelang Inclusief in samenwerking met verschillende (welzijn)organisaties.

Tijdens het Congrestival van het gemeentelijke programma Ouder en Wijzer, hebben we twee workshops over Anders Ouder Worden gegeven. Yvonne Witter, beleidsadviseur bij Aedes, nam deel aan een

Bezoek aan comfortwoning Overschie.

Drie werkgroepleden hebben van november 2018 tot januari 2019 een onderzoek uitgevoerd onder de AOW-werkgroepen. In 2015/2016 hebben de werkgroepleden ook een dergelijk onderzoek uitgevoerd.

Een samenvatting van het onderzoek

Het specifieke van het AOW-programma is dat er naast recreatieve ook informatieve, educatieve en culturele activiteiten worden aangeboden. Het aantal groepen is iets lager dan drie jaar geleden i.v.m. het overgaan naar dagbesteding of gehele opheffing. De groepen draaien gemiddeld beter dan drie jaar geleden en er is meer samenwerking met welzijnsorganisaties en gebiedscommissies. Er wordt nog meer ingespeeld op maatschappelijke ontwikkelingen dan voorheen.

Er zijn meer groepen gekomen met een migratieachtergrond. Zij vierden ook gezamenlijk de feesten uit het land van herkomst (bijvoorbeeld het Holyfeest, Thanksgiving of Halloween).

Er is vaker dan bij het eerste onderzoek in 2015 een verbinding met een woonzorgcentrum. Een aantal centra zien de AOW-groep als een laagdrempelige voorziening die de stap 'naar binnen' later gemakkelijker maakt. Een aantal groepen is inmiddels onderdeel van de dagopvang. Deze groepen zijn niet meer bij AOW aangesloten omdat ze nu onder het professionele netwerk vallen en niet meer op basis van de AOW-formule werken van voor ouderen door ouderen.





Plata Broki



Turkse vrouwengroep DSB.

van de workshops en schreef een artikel over Anders Ouder Worden: www.zorgsaamwonencongres.nl/nieuws/20191119-ouderen-voor-ouderen-in-rotterdam
Uit het artikel: “Hun geheim? Op laagdrempelige wijzen activiteiten organiseren waar ouderen behoefte aan hebben. Gedreven vanuit de werkwijze voor ouderen

door ouderen mogelijkheden creëren om je te kunnen blijven ontwikkelen als oudere.”

We konden dit jaar drie nieuwe Seniorenateliers verwelkomen: Turkse vrouwengroep DSB in gebied Feijenoord; senioren groep Bo Tu in gebied Delfshaven en senioren groep Kerkeplaats in gebied Noord.



LANG LEVE KUNST

Durf te Dansen

Bij de start van het Lang Leve Kunstproject in 2014 is er in Rotterdam-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. Durf te Dansen heeft een kleine vaste kern die al vanaf het begin danst. Deze kerngroep stimuleert ieder seizoen, onder andere door 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.

De groep gaat na het dansen vaak gezellig met elkaar iets drinken en praat dan over actuele onderwerpen. Er is een whatsappgroep gevormd om contact te houden, ook buiten de dansmeetings om. De groep heeft aansluiting gezocht bij het AOW-programma.

Dit jaar had het Open Dansatelier gemiddeld dertien deelnemers. De danslessen werden gegeven in het Atrium van Humanitas-Bergweg en een keer in het park omdat het prachtig weer was. De groep heeft meerdere keren opgetreden in Humanitas-Bergweg in de week van Zorg en Welzijn in maart. Ruim 100 bezoekers zagen de voorstellingen.

Open Textielatelier

In 2019 werd het Open Textielatelier, voorheen ook onderdeel van Lang Leve Kunst, voortgezet in Kralingen-Crooswijk. Er is steeds vier weken lang met een thema gewerkt en er zijn verschillende technieken toegepast. De begeleiding was in handen van beeldend kunstenaars Mirjam Peeters, Caroline Grootenboer en Paula van Dijken. De deelnemers maakten in 3D fantasievogels, herfstplateau's van vilt en ander materiaal en tot slot werd fotografie toegevoegd in combinatie met textiel en andere materialen. De workshops vonden plaats in woonzorgcentrum Rubroek. Gemiddeld had het Open Textielatelier per keer acht tot tien deelnemers. Van ieder onderdeel is een expositie gehouden.

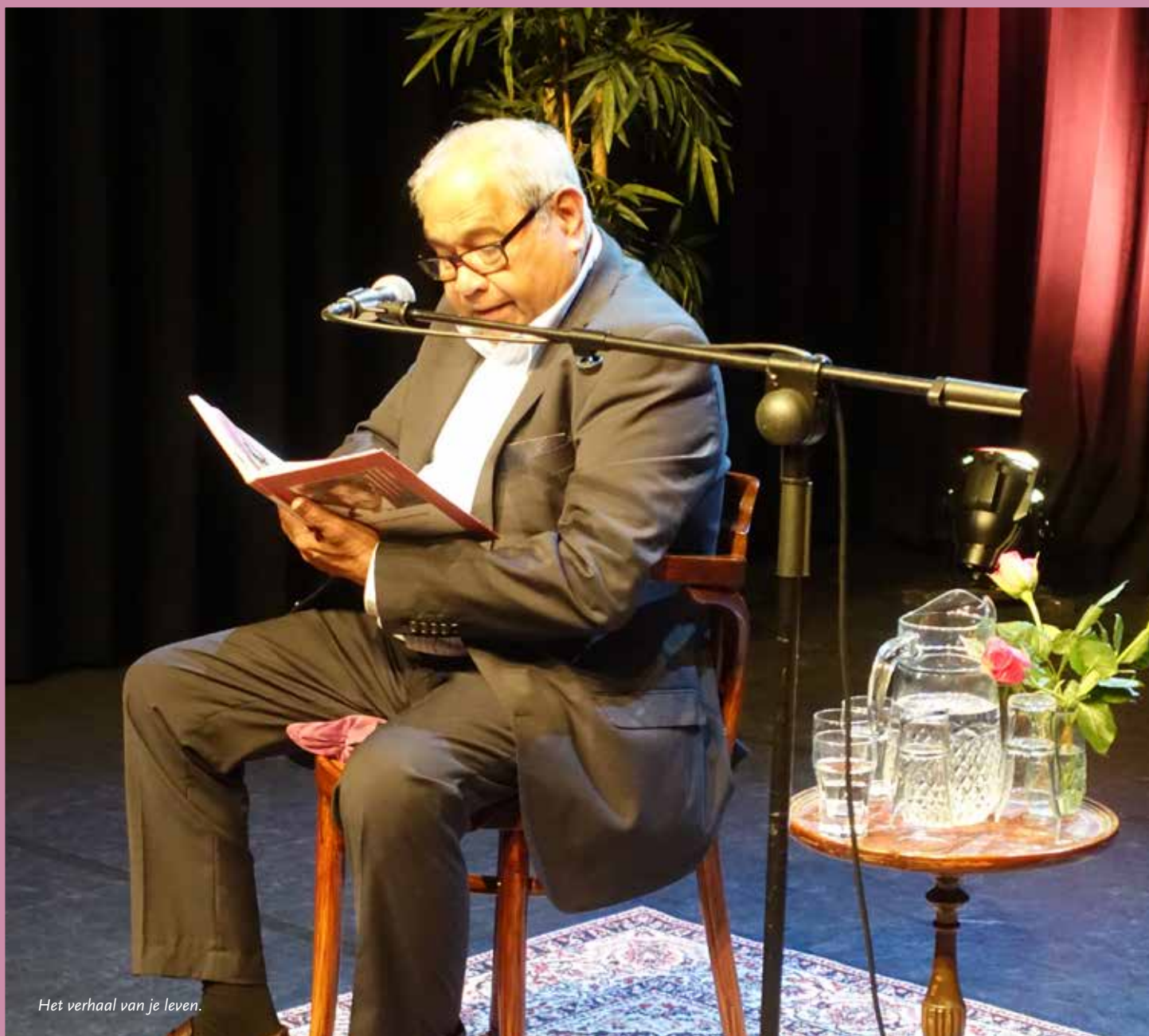


Culturele huiskamer Emmahuis

Bewoners van het Emmahuis in Rotterdam-Blijdorp hebben het initiatief genomen om culturele activiteiten in het wooncomplex te organiseren. Het werd een programma bestaand uit verschillende muziekstijlen, exposities van kunstenaars en film- en documentaire vertoningen. De activiteiten zijn bestemd voor bewoners van het Emmahuis en voor mensen uit de wijk. De wijkraad Blijdorp honoreerde de aanvraag en Pluspunt werd gevraagd voor ondersteuning bij de organisatie en programmering, samen met kunstenaarscollectief Karmijn en Cultuurscout Noord.

Vanaf maart tot en met november 2019 vond de Culturele huiskamer Emmahuis plaats op de derde zondagmiddag van de maand. De formule: een opening van een expositie van een kunstenaar uit Noord of elders uit de stad en aansluitend een concert van Rotterdamse muzikanten. Bij de bijeenkomsten waren gemiddeld 35 bezoekers aanwezig.

De eerste Culturele huiskamer opende met een tentoonstelling van beeldend kunstenaar Jan Wagner met zijn kenmerkende Rotterdamse schilderwerken en een concert van het Sunolia duo met warme Braziliaanse muziek. Bij de laatste Culturele huiskamer, een tentoonstelling van het fotocollage /schilderwerkwerk van fotografe Marita Beukers en een klassiek concert door het pianotrio CHILO, waren zelfs 63 bezoekers. Niet alleen bewoners van het Emmahuis, ook wijkbewoners. De tentoonstellingen waren steeds een maand te zien. De initiatiefgroep Culturele huiskamer Emmahuis kijkt terug op een mooi resultaat en gaat in 2020 door. Op verzoek van bezoekers wordt de programmering dan aangevuld met poëzie.



Het verhaal van je leven.

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 2019 waren ongeveer twintig vrijwilligers aan de slag om een levensboek te schrijven. Er zijn verschillende trainingen gegeven aan kleine groepjes vrijwilligers. Ook zijn er een aantal terugkombijeenkomsten georganiseerd waar ervaringen werden uitgewisseld. Eind oktober hebben we het eerste projectjaar afgesloten met een presentatie in Theater 't Kapelletje. Vijf ouderen hebben een fragment uit hun levensboek voorgelezen. Daarnaast las een vrijwilliger voor uit het levensboek dat ze voor haar moeder schrijft die is

geboren in Papoea-Nieuw-Guinea en een vrijwilliger las voor uit het levensboek dat ze heeft geschreven voor een mevrouw die is geboren in Indonesië. Twee vrijwilligers vertelden wat het voor henzelf betekende om levensboeken voor oudere migranten te schrijven. Voor hen is het onder meer bijzonder om op deze manier een blik in iemands leven te mogen werpen. De muzikale omlijsting werd verzorgd door gitarist Hüsnü Uysal, die vertelde hoe hij precies 48 jaar geleden met zijn band van Istanbul naar Rotterdam was gereisd.

Door de ruim zestig aanwezigen werd de middag beschreven als 'een ontzettend leuke en warme bijeenkomst'.

VERHALENDERWIJS

Ons project Verhalenderwijs bestaat inmiddels al twintig jaar. De vertellers met hun verhalen uit zeven verschillende culturen leveren iedere keer weer waardevolle bijdragen aan bijeenkomsten. Dankzij hun verhalen maken ze thema's als eenzaamheid, inkomen of leefstijlen gemakkelijker bespreekbaar in een groep. Dit jaar vertelden onze verhalenvertellers in oktober verhalen tijdens activiteiten voor ouderen in de Week van KomErbij en in de kerstperiode. Ook gaven we vijf vertellingen cadeau voor de stad aan Coalitie Erbij Rotterdam tijdens hun vijfjarig bestaan. En twee vertellers vertelden verhalen over Seksuele diversiteit bij ouderen op de stedelijke bijeenkomst van IDEM over diversiteit in de ouderenzorg.

KENNISDELEN

Samen met het MOB organiseerden we op 26 maart een lunchbijeenkomst over Wonen, Welbevinden en Gezondheid & Oudere Migrant. Het doel van de bijeenkomst was kennis met elkaar te delen. Er kwamen meer dan veertig deelnemers op af: veel ouderen en professionals van diverse woon-, zorg- en welzijnsorganisaties en ook ondernemers, wetenschappers en beleidsmakers van het gemeentelijke beleidsprogramma Rotterdam Ouder en Wijzer. In het gemeentelijke beleid is ruimte voor de positie van ouderen met een migratieachtergrond, gericht op een meer cultuursensitieve benadering in de zorg en in de welzijnssector.

VERDER:

- Werd Stichting Pluspunt per 1 januari zelf werkgever, voorheen was het formele juridische werkgeverschap ondergebracht bij een payroll-organisatie.
- Verhuisden we met het kantoor in april naar ons nieuwe stekkie aan de Scheepmakershaven 58, unit 11.
- Adviseerden we Wintertuin met het organiseren van het Groot Letterfestival in mei in het Jan van der Ploeghuis.
- Werden we vanaf september actief betrokken in de werkgroep van de pijler Ertoe doen, onderdeel van het gemeentelijke beleidsprogramma Rotterdam Ouder en Wijzer.
- Werkten we in de zomermaanden samen met de Kunstroute Kralingen Crooswijk aan de workshops KUNST bekijk het maar voor ouderen.
- Gaven we in oktober twee workshops bij het kennisatelier van IDEM over diversiteit in de ouderenzorg.
- Participeren we in het stedelijk netwerk Digitale inclusie 55+ en ondertekenden we in december de samenwerkingsovereenkomst met andere partijen om Digitale vaardigheden bij 55-plussers in de stad te stimuleren.
- Werkten we mee aan een boek over Lang Leve Kunst dat uitkomt in 2020.
- Namen we deel aan het platform Samen tegen Armoede in Rotterdam (ouderen).

KENGETALLEN

Deelnemers

Cursussen/workshops/trainingen/projecten:	684
Themabijeenkomsten:	10.850
Publieksbijeenkomsten:	576
Advies en begeleiding:	357
Sociale media volgers/leden/bezoekers:	5.002

Totaal: 17.469

SAMENWERKING

Abrassa, Activos, Caribische Zilveren Krachten, Coalitie Erbij Rotterdam, Cultuur Concreet, DOCK, DSB, Huizen van de Wijk, Humanitas-Bergweg, Kunstroute Kralingen-Crooswijk, Laurens Wonen, Emmahuis, Kerkeplaats, Middin-Rubroek, MOB, Prefuru, SOL (Samen Ondernemend Leren), SOR Heulbrug, Tori Oso/Plata Broki, Wmo-Radar en Zorgcocon.

FINANCIERS

De totale omzet afgerond op € 213.500,- 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, gemeente Rotterdam, Fonds Sluyterman van Loo, Oranje Fonds, Sint Laurensfonds, 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



Adres

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

✉ info@pluspuntrotterdam.nl
🌐 pluspuntrotterdam.nl
🐦 twitter.com/PluspuntSenior
📘 facebook.com/PluspuntSenior

Colofon

Tekst

Willy Hilverda

Ontwerp

Brigitte van Loon – ANIMA MIA

Foto's

Johannes Odé
Medewerkers Pluspunt

Rotterdam, april 2020