

# De -Nioren, van het Oude Noorden

een rolmodelproject voor duurzame matching van senioren en junioren

methodiekbeschrijving



Foto: Pijnackerplein

## Voorwoord

Allereerst dank aan de deelgemeente Noord die de uitvoering van dit project mogelijk heeft gemaakt.

Zoals gebruikelijk start een verslag of methodiekb beschrijving met een voorwoord. Wij willen dit voorwoord anders vormgeven. Namelijk drie persoonlijke verslagen geschreven door de verantwoordelijk medewerkers vanuit de deelnemende organisaties. Als lezer krijgt u op deze wijze direct kijk op de effecten van het project. We wensen u veel leesplezier en hopen u op deze wijze inspiratie te geven tot het uitvoeren van een soortgelijk project.



Wat mij als Restomanager van Resto VanHarte opviel tijdens het proces was de verandering in het gedrag van de jongere deelnemers aan het project en ook van de ‘vaste’ gasten van ons restaurant. Na de eerste ontmoeting zag je wederzijds begrip ontstaan en ging men met elkaar in gesprek in plaats van onderlinge ergernis en irritatie de boventoon laten voeren.

De jongeren waren duidelijk niet gewend aan de setting en het eten in een restaurant aan tafel met oudere gasten. Een dergelijke avond duurt natuurlijk ook best lang en de gerechten zijn niet altijd bekend bij de jongeren. In het begin was een telefoon en naar buiten gaan dus ook een makkelijke uitvlucht. Toen we verder waren zag je dat de jongeren dit minder deden en begrepen dat het ook ongepast was om te doen. Hierdoor volgde ook begrip bij de ouderen en kwam het gesprek op gang en werd er steeds vaker onderling gecorrigeerd zonder scheve gezichten. Een verbeterpunt is dan ook om bij een vervolg de gerechten meer op de jongeren aan te laten sluiten.

Ook mooi in het proces was het gemis onderling als een deelnemer er niet was.

Niet alleen vanuit de organisatie maar ook vanuit de beide groepen werd er gevraagd naar ontbrekende deelnemers. Naar 1 deelnemer werd zelfs bezorgdheid uitgesproken en na veel bellen en zoeken werd uiteindelijk contact gevonden. Dit tot grote verbazing van de deelnemer. Die later in het proces aangaf dat het hem goed deed dat er mensen waren die oprecht geïnteresseerd in hem waren en die hem mistte. Op deze manier iemand in zijn kracht zetten is zeer waardevol.

Nu het project ten einde is merk ik dat de jongeren opener zijn naar de gasten en ouderen bezoekers van het buurtcentrum. Ook ik kom makkelijker met de jongeren in contact nu ze weten wat wij elke maandag en vrijdag doen in het buurtcentrum. Ze vragen regelmatig of ze kunnen helpen en vaak hebben we tussendoor leuke gesprekken over van alles.

Ook zijn er volwassenen uit het project die nu komen eten bij Resto VanHarte en er is zelfs een deelneemster die meedoet met een nieuw toneelproject. Zij zal op 29 maart 2014 in het theater optreden met een vrijwilligster en een vaste gast uit de Resto. Het project was voor onze organisatie een goede manier om de bekendheid in de wijk te vergroten en jong en oud dichter bij elkaar te brengen.



Bij Pluspunt heb ik als projectmedewerker, ervaring opgedaan in het werken met projecten waarbij een brug geslagen wordt tussen jongeren en ouderen. Maar tijdens het niorenproject heb ik op een andere manier bruggen zien slaan. Aan het begin van het project wisten zowel de junioren als de senioren niet zo goed wat zij moesten verwachten van het project. Het idee was om gezamenlijk aan de slag te gaan in de wijk. Na kennismaking kwamen hobby's, talenten en wensen naar boven. De nioren trokken steeds meer naar elkaar toe.

Wat mij het meest is bijgebleven is dat een junior die aan het begin van het project erg de kat uit de boom keek, degene was die overal bij betrokken wilde zijn en werd. Hij was gastheer tijdens verschillende activiteiten en kwam op zijn vrije middag kijken waar hij mee kon helpen. Een senior die mijn aandacht trok was een mevrouw die een duidelijk beeld had over hoe jongeren zich moesten gedragen naar ouderen toe. Een jongere kon niet alle vragen aan een oudere stellen, vond zij. Gedurende het project heb ik opgemerkt dat haar beeldvorming over jongeren is bijgesteld. Ze gaf aan dat ze haar kinderen streng heeft opgevoed, dat hebben haar kinderen haar ook gezegd. Ze zag haar deelname aan het niorenproject als een kans om op een andere manier met jongeren om te gaan en ze wat bij te brengen. En ze had aan het eind van het project het gevoel dat het haar gelukt is.

Als ik kijk naar de leefbaarheid in de wijk kan ik zeggen dat de senioren een veiliger gevoel hebben in hun wijk. Senioren hebben aangegeven dat wanneer er jongeren voor de deur van het buurthuis stonden, zij het eng vonden om dan langs te lopen. Dat is na het niorenproject niet meer het geval. *'Toen ik die jongeren voor de deur zag staan, toen wist ik dat we daar moesten zijn.'* zei een van de deelnemende senioren.

Het werken aan en met dit project heeft ook Pluspunt nieuwe vrijwilligers opgeleverd. Senioren voelen zich gezien en gewaardeerd en hebben gemerkt hoe leuk het kan zijn om actief te blijven en ergens bij te horen.



Nioren is een project waarmee het jongerenwerk de jongeren op een andere manier in contact kon brengen met oudere buurtbewoners.

Geen senioren of junioren, maar Nioren. Jong en oud werken samen in deelgemeente Noord. Hun inzet is de sfeer in de wijk te verbeteren en meer contact te hebben met elkaar. Ze willen elkaar respecteren en vooroordelen wegnemen. Er valt veel van elkaar te leren. De Nioren hebben de afgelopen maanden behoorlijk aan de weg getimmerd. Pittige onderlinge gesprekken over het thema "delen" tijdens de Dag van de Dialoog. Samen workshops voor kinderen begeleiden op het Noordplein. Ze waren goed voorbereid en volgden daarvoor een workshop handvaardigheid in de Weerhaan. Uit de workshops kwamen pareltjes van Kerststukken die richting deelnemers aan de voedselbank gingen. Wie herinnert zich ook niet de heerlijke hapjes tijdens Move Baby op het Heer Vrankeplein? Een bijzondere ervaring was ook het speed daten, één op één. Wat zijn je hobby's, wat

lees je zo al? Bewogen senioren zijn blij met een mondige ondernemende jeugd. Jongeren staan versteld van de spirit van ouderen. Onbekend maakt onbemind.

Door dit project kwamen jongeren in aanraking met situaties waarin zij het burgerschap in de praktijk kunnen oefenen. Ze leerden vaardigheden en gedragingen die nodig zijn voor sociale participatie: het tonen van respect, inlevingsvermogen, tolerantie, zelfbeheersing, openstaan voor andersdenkenden en nieuwe ideeën, het krijgen van waardering voor diversiteit, oog voor de noden van anderen en het vermogen om te leven met fundamentele verschillen tussen mensen. Door dit project groeide hun gevoel van eigenwaarde en verworven ze competenties die nodig zijn om een bijdrage te leveren aan de samenleving.

## **1. Inleiding**

In deze methodiekbeschrijving zijn de verschillende generaties die met elkaar samenleven in het Oude Noorden het uitgangspunt, de zogenaamde nioren d.w.z. junioren en senioren. Hoewel zes van de acht letters gemeen, toch ligt er een wereld van verschil tussen. De uitdaging was die werelden te verbinden met elkaar. In feite was dat de vraag/opdracht van deelgemeente Noord aan Resto VanHarte, Stichting Welzijn Noord (SWN) en Stichting Pluspunt. Kom met een plan wat jongeren en ouderen in de wijk weer met elkaar in contact brengt en wat bij draagt aan een beter woon en leefklimaat in de wijk. Dit is het project Nioren geworden.

De bevolkingssamenstelling in Rotterdam laat twee tegengestelde bewegingen zien: Rotterdam vergroent en vergrijsst. Ofwel: zowel de groep kinderen en jongeren als de groep oudere Rotterdammers neemt verhoudingsgewijs toe. Zo ook in de wijk het Oude Noorden van de deelgemeente Noord, met circa 5.100 mensen van 65 plus en circa 9.600 mensen vanaf 10 jaar tot en met 24 jaar. Uit diverse landelijke onderzoeken blijkt dat er grote verschillen zijn in leefstijl, opvattingen en gedrag van de verschillende generaties. Daarnaast is het zo dat junioren en senioren elkaar niet vanzelfsprekend treffen in de diverse levensdomeinen, maar ook niet in de buitenruimte of in het sociale domein. In dit project zijn we op zoek gegaan naar de gemeenschappelijke kernmerken die het woon en leefklimaat in de wijk voor de nioren aangenamer en leuker maken. Een project waarin rolmodellen een sfeer hebben neergezet waar je als nioren uit de wijk bij wilt horen!

## **2. Doel**

Het project heeft als doel om op een eenvoudige wijze duurzame ontmoetingen/matches tussen (kwetsbare) ouderen en jongeren tot stand te brengen, waardoor er meer begrip voor elkaars leefwereld ontstaat en er een sfeer van vanzelfsprekendheid een omzien naar elkaar ontstaat (samenredzaamheid). Het project kan als een rolmodelproject werken voor de wijk, waarmee voor een brede groep bewoners zichtbaar wordt hoe jong en oud met elkaar omgaan.

Hoe leuk kan het zijn om te ontdekken dat je meer gemeen hebt met elkaar dan dat je eerst dacht? Jongeren denken vaak: die ouderen begrijpen ons niet, maar ze vergeten dat die ouderen ook jong geweest zijn. Ook met onzekere gevoelens te maken hadden, ook bij een groep wilden horen, ook verdriet hadden om vriendschappen/relaties die voorbij gingen. En ouderen zijn soms vergeten dat ze vroeger ook graag op straat rondhingen, naar harde muziek luisterden en dingen deden die eigenlijk niet altijd konden. En ook over hun toekomst dachten en keuzes moesten maken. Ontdekken dat je elkaars talenten en kwaliteiten kunt benutten, dat je elkaar wat kan leren hoe klein ook. Van hulp bij de digitale snelweg tot gezond koken en kleine reparaties van kleding, tot klusjes in huis of tuin en hulp als je iets niet alleen -meer- kan.

Het project heeft een rolmodel functie in de wijk. Het gedachtegoed wordt voortgezet door de methode te koppelen aan andere activiteiten van organisaties die al plaatsvinden in de deelgemeente. Zoals presentaties van het project, de matches tijdens de Swan Market, activiteiten van OpzoomerenMee, Halloween, Noordpool festival en tijdens de nieuwjaarsreceptie van de deelgemeente.

## **3. Doelgroep**

Junioren vanaf 10/12 jaar tot en met 24 jaar en senioren vanaf 60/65 jaar tot en met 90+ in de wijk het Oude Noorden.

#### 4. Werkwijze

De werkwijze zal in de meeste gevallen aanpast dienen te worden aan de situatie. Hier is geen blauwdruk voor te geven. Immers niet in alle gebieden zijn dezelfde organisaties actief is en is er geen zelfde bevolkingssamenstelling. Om toch een idee te geven kunnen we hier wel aangeven hoe wij het aangepakt hebben. Wat de successen waren en waar we tegenaan liepen.

Het rolmodelproject Nioren maakte gebruik van bestaande infrastructuren en lopende activiteiten in de wijk. Hierdoor konden activiteiten versterkt worden en de methode van het Nioren project verduurzaamd.

Uitgangspunt voor de werkwijze is laagdrempeligheid, eenvoudig toe te passen en een aansprekende, niet problematische insteek. Het rolmodelproject heeft een bepaalde looptijd maar de werkwijze is erop gericht om onafhankelijk door te kunnen gaan. Gekozen is om gedurende de looptijd van het project te investeren in samenwerking, ook met andere deelgemeentelijke partijen, om zo de methode al werkend ‘on the floor’ overdraagbaar te maken .

Het plan omvat het organiseren van vier tot zes bijeenkomsten in bij voorkeur Resto van Harte. Deze ontmoetingen vinden plaats aan een maaltijdavond daar. De bijeenkomsten hebben steeds een ander thema. En tijdens de maaltijden kunnen de deelnemers ongedwongen verder met elkaar op het thema doorgaan. Echter vooraleer we aan de bijeenkomsten toe zijn zal er eerst geworven moeten worden.

*Tip! Een maaltijd aanbieden lijkt een lokkertje, maar tijdens de maaltijd gaat het proces verder. Wees hier als begeleider alert op en stuur hier ook op tijdens en na de maaltijd.*

#### 5. Werving

In eerste instantie zijn de deelnemers geworven via het netwerk van de drie samenwerkende organisaties. Stichting Welzijn Noord (SWN) richtte zich op de jongeren. Pluspunt op de ouderen. En Resto van Harte op beide doelgroepen.

*Valkuil! Houd rekening met het feit dat de werving relatief veel tijd vraagt. Het aansluiten bij bestaande initiatieven is nog geen garantie dat er voldoende deelnemers zijn.*

SWN is gestart met werving binnen de bestaande jongens en- meisjesgroepen die het buurthuis al bezochten. Die jongeren waren erg betrokken bij het buurthuis en kwamen er regelmatig over de vloer. Jongeren werden uitgenodigd om jongeren uit hun eigen netwerk uit te nodigen om deel te nemen. Dit werkte: er zijn jongeren aangehaakt die van leeftijdsgenoten hoorden over het project. Pluspunt heeft gebruik gemaakt van haar netwerk en senioren aangesproken die in het oude Noorden wonen die het leuk vinden om met jongeren samen te werken. Ook deze groep breidde zich uit door middel van mond-tot-mond reclame.





Naast werving via het eigen netwerk is er geflyerd in de wijk. We zijn persoonlijk naar woon- en zorgcentra gegaan om mensen uit te nodigen en hebben we buurtactiviteiten bezocht.

*Tip! Ga persoonlijk naar die plekken waar de doelgroep aanwezig is en nodig de mensen persoonlijk uit.*

De flyer is terug zien in bijlage 1. Resto van Harte heeft aandacht besteed aan de werving tijdens de restaurantavonden op maandag en vrijdag.

Uiteraard is er ook gebruik gemaakt van diverse nieuwsbrieven, zoals o.a. de nieuwsbrief van Pluspunt, weekkrant De Havenloods en wijkkrant De Noorderzon en in Noord010 in beeld zijn er diverse publicaties gedaan. In bijlage 2 staan de links naar de digitale publicaties.

*Valkuil! Als de organisatie onbekend is in een bepaald gebied en mensen er geen gezicht bij hebben heeft het plaatsen van stukjes in huis aan huis bladen, het verspreiden van flyers, enz. over het algemeen weinig effect.*



Lopende het project is het project steeds meer gaan leven. Dit zorgde ervoor dat we bij iedere nieuwe bijeenkomst nieuwe aanmeldingen kregen. Iedereen is in principe welkom, maar aldoor nieuwe mensen erbij kan een ingezet proces verstoren. We wilden niemand buiten sluiten en hebben deze mensen vooral uitgenodigd op het moment dat we producten teruggaven aan de wijk. Zo hielpen zij bijv. met het uitdelen van appelflappen.

## **6. Uitvoering**

Na de werving is het tijd voor de uitvoering.

Tijdens de uitvoering is er gekeken naar andere activiteiten die al plaatsvonden in de deelgemeente. Ook is er tijdens de eerste bijeenkomst een 0-meting gedaan om na afloop van het project vast te kunnen stellen of het project ook daadwerkelijk het beoogde effect heeft gehad. Ter inspiratie en om een beeld hierbij te krijgen staan de ondernomen activiteiten op een rij met daarbij een korte beschrijving.

1° bijeenkomst: - speeddaten, als eerste is er kennis gemaakt met elkaar.

Aan de hand van een 'speeddate' zijn jongeren en ouderen met elkaar in gesprek gegaan. Ze kregen vragen toegereikt die ze aan elkaar mochten stellen.

Aan de hand van de voorkeuren van de junioren en senioren zijn er matches gemaakt. Nadat de matches bekend waren, hebben nioren met elkaar besproken wat zij zouden kunnen en/of willen ondernemen.

2° bijeenkomst: - elkaar leren kennen.

Aan de hand van stellingen is men verder met elkaar in gesprek gegaan. Dit om te kijken of de matches ook inderdaad klopten. Afgesloten met een maaltijd.

3° bijeenkomst: - pannenkoeken en appelflappen bakken

Om pannenkoeken en appelflappen te kunnen bakken zijn er ingrediënten nodig. Vooraf hebben de duo's met elkaar vastgesteld wat ze gingen maken en hoeveel. Vervolgens is er een boodschappenlijstje gemaakt en is er in gezamenlijkheid boodschappen gedaan. Tijdens het bakken werden er vragen gesteld om erachter te komen wat de nioren gemeen hadden en waarover zij hetzelfde dachten. Vervolgens zijn de gebakken producten weer uitgedeeld aan de wijk. De pannenkoeken werden gemaakt voor de jongeren die vrijwilligerswerk deden tijdens de activiteit 'Move Baby' (wijkbijeenkomst) van SWN. De appelflappen waren voor de bezoekers van Move Baby. Op deze wijze werd er ook weer iets teruggegeven aan de wijk en werd de zichtbaarheid van het project vergroot.

4<sup>e</sup> bijeenkomst: uitdelen appelflappen en werven van nioren

De appelflappen die de dag ervoor gemaakt zijn door de junioren uitgedeeld aan senioren en andersom. Iedereen die een appelflap in ontvangst nam kreeg ook een uitnodiging mee om deel te nemen aan de volgende <sup>1</sup>wijkbijeenkomst van het project. Met als resultaat dat er ruim 80 bezoekers aanwezig waren bij deze bijeenkomst.

Verder zijn een senior en een junior samen opgetreden als buikdanseressen. Zowel in de Hindoestaanse als in de Marokkaanse cultuur wordt er geboekdanst.



5<sup>e</sup> bijeenkomst: creatief handwerk bij Tori Oso

In duo's zijn de deelnemers creatief bezig geweest. Zo zijn er met karton, versieringen en gastendoekjes hoedjes gemaakt. Ook de begeleiding van deze activiteit bestond uit een duo. De senioren waren verbaasd over hoe snel de jongeren de creatieve opdracht verwerkt hadden.

Uitspraak begeleidster (senior) *'Met de ouderen ben je meestal langer bezig.'*

6<sup>e</sup> bijeenkomst: week van de dialoog – 'Delen'

Het thema van de week van de dialoog was 'delen'. Over dit onderwerp zijn de duo's met elkaar in gesprek gegaan. Een junior en een senior mochten de stellingen leiden. Om de beurt deelden de nioren hun mening. Er bloeiden verschillende gesprekken voort door de stellingen te bespreken. Jong en oud merkten dat het fijn was om met elkaar in gesprek te gaan, ook al kenden zij elkaar niet goed.

*'Mevrouw, kunt u roti maken? Ik ben daar zo dol op.'*

---

<sup>1</sup> Het project is uitgegaan van matches tussen junioren en senioren en het teruggeven aan de wijk. De bijeenkomsten die betrekking hadden op het teruggeven aan de wijk worden wijkbijeenkomsten genoemd.



*‘Natuurlijk kan ik dat! Je wilt zeker proberen.’*

7° bijeenkomst: kerststukken maken

Wijkbijeenkomst: na eerst als duo's geoefend te hebben met het maken van kerst stukken hebben een aantal duo's zich ingezet om in gezamenlijkheid met de wijk aan de slag te gaan. Na een chaotische start kwamen de gesprekken tussen de twee generaties op gang. *‘Later wil ik met ouderen werken. Mijn moeder werkt met ouderen, soms help ik haar en dat vind ik erg leuk.’* zei een van de junioren. Een meisje vertelde dat ze henna kan zetten. Dat wilde een van de senioren graag proberen. Vervolgens hebben zij een afspraak gemaakt.

8° bijeenkomst: Buurtfeest

Jong, oud, klein en groot, alle buurtbewoners waren welkom. Toen het feest eenmaal begonnen was hebben de mensen met elkaar gesproken, gelachen, gedanst en gewerkt. Deelnemers van het nioren project zijn aan de hand van vragen met elkaar in gesprek gegaan. Een jongere stelde een vraag aan een oudere en andersom. Buurtbewoners leerden elkaar (opnieuw) kennen. In totaal waren er meer dan 60 bezoekers.

9° bijeenkomst: Nieuwjaarsreceptie deelgemeente Noord

Tijdens de nieuwjaarsreceptie van de deelgemeente hebben Pluspunt, SWN en Resto van Harte gestaan op de Noordermarkt. Bewoners van noord kwamen langs bij de kraampjes. Ook waren drie nioren aanwezig tijdens de receptie. Zij hebben hun persoonlijke ervaring van het project gedeeld met de bezoekers aan het kraampje.

10° bijeenkomst: Feestelijke afsluiting

Het project ‘Nioren van het Oude Noorden’ is afgerond in buurthuis Mozaïek. Alle betrokkenen bij het project zijn hiervoor uitgenodigd. Evenals de voorzitter van Deelgemeente Noord. Resto van Harte, Stichting Welzijn Noord en Pluspunt presenteerden wat zij het afgelopen half jaar gedaan hebben om het project tot een succes te maken. Een film ondersteunde het geheel. Deze kunt u op de website van Pluspunt bekijken via deze link: <http://pluspuntrotterdam.nl/Projecten/Nioren-van-het-Oude-Noorden.html>

## **7. Valkuilen/tips**

Al lezend bent u al een aantal tips en valkuilen tegengekomen. Een aspect is echter nog niet aan bod gekomen. Namelijk de samenwerking tussen de drie organisaties. Het projectplan is in gezamenlijkheid geschreven, gesprekken vooraf hebben plaatsgevonden, methodes zijn bedacht en toch kwamen we halverwege het project op het punt dat we een tussentijdse evaluatie nodig hadden. Een ieder was van goede wil, het project succesvol en toch bleek dat de neuzen niet helemaal dezelfde kant op stonden. Tussentijds is hier over gesproken achteraf echter alleen taakgericht en concluderen we dat we te weinig tijd hebben geschonken aan het proces van samenwerken. Wie neemt de regie? Ieder denkt in andere beelden, spreekt een andere taal, kent een andere organisatiecultuur enz. De tip die we dan ook mee willen geven is:

*Tip! Plan tussentijdse evaluaties en/of overleggen om te zorgen dat de neuzen (nog) dezelfde kanten op (blijven) staan.*

*Stel in gezamenlijkheid vooraf vast wat jullie onder samenwerken verstaan.*

En wellicht helpt onderstaande theorie.

<sup>2</sup>Wat is samenwerken?

Als jij een definitie mocht geven van samenwerken, wat versta jij er dan onder? Het woord samenwerken, kent iedereen wel, maar er zijn net zo veel definities als er mensen zijn. De definitie die ik zal hanteren is: “twee of meer mensen die samen werken om een bepaald doel te bereiken”.

Deze definitie kan je opdelen in drie delen: individu, team en systeem. Bij het individu gaat het om: competenties, persoonlijke kenmerken, teamrol, diversiteit, eigen belangen. Bij het team gaat het om: de ontwikkeling van het team en de teamdoelstellingen. Tenslotte gaat het bij systeem om de ondersteunende middelen en gereedschappen. Denk hierbij aan een projectmanagementsysteem, communicatiemiddelen, maar ook leiderschap, tijd en locatie.

Samenwerken is niet zo makkelijk als het lijkt. Zo zal het systeem ondersteunend moeten zijn aan de samenwerking. Verder ligt er een struikelblok tussen het individu en het team, de individuele doelen versus de groepsdoelen. Waarom zou je meewerken om de doelen van de groep te realiseren? Dat doe je alleen als jouw individuele doelen ook bevredigd worden. Je moet wel bereid zijn om eerst te investeren om pas later iets terug te krijgen. Wie geeft, krijgt dat op een later moment terug. Vaak met rente. Dit heet met een mooi woord asynchrone wederkerigheid.

---

<sup>2</sup> <http://samenwerken.nu/samenwerken-in-de-21e-eeuw>

