



OUDEREN

**ALS ACTIEVE SCHAKEL
VOOR DE BUURT**

Ouderenweek 2018

Inspiratiegids



**vlaamse
OUDERENRAAD**

Ouderen als actieve schakel voor de buurt

Ouderen hechten veel waarde aan hun buurt. Zij hebben een grote interesse in de dingen die er zich afspelen en ze engageren zich graag om de handen uit de mouwen te steken voor grote en kleine zaken. Ze zijn een onmisbare speler, een sleutelfiguur, een bruggenbouwer, een actieve schakel. Die rol willen we verkennen, in beeld brengen en stimuleren.

Hoe kan je die houding ten volle benutten? Wat kan er door en samen met ouderen gedaan worden in de buurt? Dat is het uitgangspunt van de Ouderenweekcampagne in 2018. Want de buurt kan niet enkel veel betekenen voor ouderen, ouderen kunnen ook veel betekenen voor hun buurt.

Dat potentieel wordt nog te vaak onbenut gelaten. Veel ouderen willen zich engageren, maar hebben soms een concrete aanleiding of dat extra duwtje in de rug nodig. Eens ze een engagement aangaan, doen ze dit echter niet alleen, maar vaak samen met (potentiële) partners uit de buurt.

Een stimulerend beleid

De Vlaamse Ouderenraad stelt vast dat ook op Vlaams beleidsniveau en in onderzoek de aandacht groeit voor sterke buurten. Vermaatschappelijking van de zorg, zorgzame buurten, burgerparticipatie, sociale cohesie, ... zijn sleutelrecepten voor de toekomst.

Het mag echter nooit de bedoeling zijn om de nood aan hulp en ondersteuning in onze samenleving volledig in handen van (oudere) burgers, buren, vrijwilligers of mantelzorgers te leggen. Zij moeten duidelijk ondersteund worden door overheden die faciliterend optreden. Ze werken samen als volwaardige partners en vullen elkaar aan.

Er gebeurt al heel wat!

Heel wat ouderen zijn nu al een actieve schakel in hun buurt. In deze inspiratiegids bundelt de Vlaamse Ouderenraad daarvan concrete voorbeelden, zodat andere lokale ouderenraden, verenigingen, lokale dienstencentra, organisaties, ... het thema alvast kunnen verkennen en eigen initiatieven kunnen uitdenken.

Later volgt een doe-gids die je instrumenten, tips en concrete stappenplannen aanreikt.



Hard Rock
CAFE
ANTWERP



Ouderen als schakel

Alle ouderen hebben kwaliteiten die waardevol zijn om tot een sterke en levendige buurt te komen. Velen spelen daarin al een actieve rol. Je kan hun kennis en ervaring inzetten en samen bouwen aan boeiende initiatieven.

Kijk naar de talenten die ouderen hebben en die van grote waarde zijn voor de buurt. Spreek hen hierop aan of geef hen een duwtje in de rug. Creëer een stimulerende context waarbinnen hun rol betekenisvol is. Op die manier kunnen zij het belang dat zij aan hun buurt hechten, ook actief mee uitdragen.

Grote en kleine zaken

Buren helpen is voor velen evident. Het gaat om kleine klusjes zoals boodschappen doen, helpen in de tuin of naar de apotheek gaan. Ook emotionele steun bieden en een oogje in het zeil houden of samen fijne dingen doen horen daarbij. Het zijn geen verplichte taken, wel spontane zaken die je af en toe doet. Het is een behulpzame houding.

Met de Ouderenweekcampagne kijken we verder dan dit 'kleine helpen'. Ouderen hebben ook andere zaken te bieden voor de buurt. Zij hebben heel wat expertise op diverse vlakken en willen deze gerust ter beschikking stellen van partners zoals andere initiatiefnemers, organisaties, het lokale beleid, ... Ze kunnen bestaande werkingen of initiatieven voeden met prikkels van onderuit. Zo zijn ouderen een schakel in het grote geheel. Samen met partners kunnen ze streven naar een buurt waar niemand uit de boot valt.

Samen met partners

Anderen uit de buurt zijn dus een uitgelezen partner in dit verhaal. Ze kunnen zowel professioneel als niet-professioneel zijn. Thuiszorgdiensten, gemeentelijke diensten, burens, buurtopbouwwerk, lokale dienstencentra, buurthuizen, een sociaal-culturele vereniging, mantelzorgers, familie, ... Allemaal zijn ze noodzakelijk om van de buurt een aangename plek te maken.

De hulp van de partners en de ouderen-vrijwilligers moet op elkaar afgestemd worden. Het is een en-en-verhaal. Zij kunnen elkaar mooi aanvullen en ondersteunen om te komen tot buurten waarin iedereen zich gewaardeerd voelt. Het uitsteken van voelsprietten in de buurt, zaken opvangen, een aanspreekpunt zijn en signaleren zijn gemeenschappelijke taken. Op die manier zet je de buurt in beweging.

In de buurt

De plek waar de initiatieven zich afspelen, is de buurt. Dat is het ankerpunt van deze Ouderenweekcampagne. Die buurt verschilt van persoon tot persoon. Voor sommigen is het de straat waarin hij of zij woont, de vereniging waarin hij of zij actief is, voor anderen gaat het om de wijk of zelfs de volledige gemeente of stad.

Daarnaast verschilt een buurt ook van plaats tot plaats. Elke buurt is anders qua omgang, sfeer, bewoners, voorzieningen, infrastructuur, sociaal weefsel, ... Denk bijvoorbeeld aan het verschil tussen een buurt in een plattelandsgemeente en eentje in een stad. De buurt is dus een dynamisch gegeven dat afhankelijk is van veel invloeden.

Positieve effecten als gevolg

Ouderen die zich actief inzetten voor de buurt. Dat heeft heel wat positieve gevolgen. Eerst en vooral voor jezelf: iets ondernemen voor anderen geeft je het gevoel nuttig te zijn, nieuwe dingen te leren, je buurt op een positieve manier te beïnvloeden. Ook leer je er nieuwe mensen door kennen.

Daarnaast ondervinden de mensen waarvoor zij iets ondernemen ook resultaten: zij weten dat ze altijd op iemand kunnen rekenen, voelen zich niet alleen, leren nieuwe mensen kennen die misschien wel vrienden worden, krijgen sneller toegang tot professionele hulp, kunnen langer thuis wonen, ze raken meer betrokken bij de samenleving en participeren vaker.

Maar ook gemeentebesturen, -diensten en professionele organisaties doen er hun voordeel mee: zij vangen signalen op die anders onder de radar zouden blijven, kunnen meer aanbod op maat ontwikkelen en creëren een draagvlak om verdere initiatieven ingang te doen vinden, ... Bovendien geeft het natuurlijk een fijn gevoel als jouw gemeente, stad of buurt waarin je werkt gezien wordt als een sterke, sociale plek.

Op zoek naar de missing link

Waar situeert zich precies de missing link? Waar kunnen vraag en aanbod op elkaar worden afgestemd? Welke mensen kunnen iets betekenen voor elkaar? Welke noden zijn er? Welke competenties zijn aanwezig? Welke aanknopingspunten kan je vinden? Die vragen vormen het startpunt van je zoektocht.

Met dit stappenplan kan je alvast aan de slag om je richting uit te stippelen. Later geven we in de doe-gids hapklare instrumenten.

1/ Wat is de vraag?

Allereerst moet je zicht krijgen op de hulpvragen, de kansen, de signalen en de noden in de buurt. Waar situeren ze zich en wat is de aard ervan?

2/ Welke talenten zijn aanwezig?

Daarnaast moet je ook weten wie precies welke talenten heeft in de buurt en hoe zij zich willen engageren. Zijn deze mensen of organisaties een interessante actieve schakel voor de buurt?

3/ Wie kan facilitator zijn?

Iemand moet het geheel coördineren, het overzicht behouden, de buurtwerking ondersteunen en de puzzel maken. Deze persoon maakt ook de vertaalslag naar het lokaal beleid. Hij of zij is op de hoogte van initiatieven én van de beleidscontext.

4/ Hoe valt de puzzel in elkaar?

Een laatste stap is dan om te kijken hoe je de actieve schakels kan inzetten in de buurt. Je koppelt vraag en aanbod. Je maakt de puzzel.



Inspiratievoorbeelden

We bundelen hier een aantal goede voorbeelden waaruit je inspiratie haalt om zelf te experimenteren. Misschien zijn er wel voorbeelden bij die ook in jouw buurt werken, eventueel mits enkele aanpassingen.

De voorbeelden zijn zeer divers. Soms zijn ouderen de initiatiefnemers, soms neemt een organisatie het initiatief en springen er ouderen mee op de kar. Soms zijn ouderen bewust of onbewust de schakel in de buurt, maar altijd zijn ze onmisbaar. Alle voorbeelden hebben een positief effect op de buurt. We laten de ouderen die een schakel zijn voor hun buurt aan het woord.

Het warm water hoeft niet steeds heruitgevonden te worden. Bovendien is het mogelijk dat in jouw buurt al interessante initiatieven aanwezig zijn, waarover je verder kan nadenken en waaraan je nieuwe ideeën kan vastknopen.

Buren voor Mekaar

In **HOEGAARDEN** ontstond een van de allereerste zorgnetwerken in Vlaanderen. Zo'n 12 jaar geleden bestudeerde een opbouwwerkorganisatie de sociale situatie in Hageland-Haspengouw. Hoegaarden ging met de resultaten aan de slag en ontwikkelde 'Buren voor Mekaar'.

De werking draait op meer dan 50 vrijwilligers en wordt gecoördineerd door de vrijwilligerscoördinator van de gemeente. Buren voor Mekaar wil (vooral) ouderen uit hun isolement halen en bijspringen voor praktische zaken. Dat kan oppas zijn of een kleine boodschap, hulp met de papieren, toezicht bij onverwachte afwezigheden, ... Ook bibliotheek-aan-huis en bijstand voor mantelzorgers horen erbij. Het is een 'natuurlijk' project: mensen nemen rechtstreeks met de vrijwilligers contact op. Het OCMW van de gemeente is in principe bij de dagelijkse hulpvragen niet betrokken.

Ann, coördinator : "De grote sterkte van dit project is dat we als OCMW vrijheid hebben durven geven aan de vrijwilligers."

De vrijwilligers, bijna allemaal 60-plussers, vormen een netwerk over de gemeente die ingedeeld wordt in buurten. Per buurt zijn er zo'n 2 vrijwilligers actief. Zij spelen een belangrijke informatieve rol voor het OCMW, dat eventueel verdere stappen kan nemen zoals maaltijden aan huis, schuldbemiddeling of professionele hulpverlening.

Ludo, 71 jaar: "We worden als vrijwilligers permanent goed opgeleid en begeleid. Twee keer per jaar komt de sociale dienst langs voor een babbeltje en we worden op de hoogte gehouden van nieuwe ontwikkelingen binnen het OCMW. Er zijn ook geregeld gerichte opleidingen en uitstapjes."

Meer informatie

an.vanende@ocmwwhoegaarden.be



Pleinverzorgers

NEERPELT is een gemeente met een Schepen van Buurtontwikkeling, wat niet alledaags is. In 2007 was er ook een oproep naar vrijwilligers in de wijk 'het Look' om het verantwoordelijkheidsgevoel van bewoners aan te wakkeren en tegelijk sociale netwerken te versterken. Samen met de politie, de sociale huisvestingsmaatschappij 'Kempisch Tehuis' en RIMO Limburg zetten ze een aantal acties op rond sluikstorten, zwerfvuil, hondenpoep en trager verkeer. Daaruit ontstond de groep van Pleinverzorgers.

Nol (74), Jean (76), Jan (72), Rita (76) en Marc (68) zijn al even met pensioen en zorgen er ondertussen al 10 jaar voor dat de buurt proper blijft. Dat doen ze samen met de mensen van de groendienst. Het is niet de bedoeling dat zij hun taak overnemen, ze hebben vooral een signaalfunctie. Deze 5 enthousiastelingen zijn het eerste aanspreekpunt voor vragen en suggesties van buurtbewoners. Daarnaast steken ze een handje toe.

Rita, 76 jaar: "De buurtbewoners appreciëren ons werk enorm, we krijgen heel veel respect. Dat is fijn!"

De technische dienst van de gemeente deed hen een basispakket tuingereedschap en herkenbare hesjes cadeau. Ze kunnen ook beroep doen op een vrijwilligersverzekering. Omdat deze 5 ouderen zich al 10 jaar lang inzetten, kregen ze in de zomer van 2017 een grote versie van '4 op een rij' cadeau dat op het buurtplein geplaatst werd.

Meer informatie

www.neerpelt.be/hulde-aan-de-pleinverzorgers-van-het-look

Samen eten

In **PEULIS**, een deelgemeente van Putte nabij Mechelen, organiseren ouderenvereniging OKRA en het lokaal dienstencentrum sinds januari 2017 'Samen eten'. De initiatiefnemers Rosa, Danny, Martha, Ghis en Mathieu richten zich voornamelijk op kwetsbare ouderen die een grotere kans op vereenzaming hebben. Ze willen de deelnemers een keer per maand een gezellige namiddag bezorgen. Ze kunnen aanschuiven voor een middagmaal en nadien meedoen met een activiteit.

Mathieu, 71 jaar, initiatiefnemer: "Je hoeft niet altijd te wachten tot je gemeente iets organiseert. Zelf iets organiseren is vaak de beste manier om je buurt in beweging te brengen. Nadien springt je gemeente misschien wel mee op de kar. En dat kan al met eenvoudige activiteiten. Een idee hoeft niet per se vernieuwend te zijn om succesvol te zijn."

De vereniging, andere partners en de gemeente hebben de smaak te pakken. Ze denken na over andere initiatieven om het buurtnetwerk te versterken, zoals riksja-fietstochten met minder mobiele ouderen, 65-plussers die bijles Nederlands geven aan kinderen uit de buurt, ...

Meer informatie

www.peulis.be/samen-eten-peulis

Warme tuinen

Veel zorgvoorzieningen zijn vragende partij om de buurt te betrekken bij hun werking. En omgekeerd zijn veel buurtbewoners vaak benieuwd naar de organisaties die in hun buurt aanwezig zijn.

Landelijke Gilden verbindt beide vragen door middel van 'Warme tuinen'. Ze startten enkele jaren geleden met 'inclusieve volkstuinten'. Het zijn tuintjes op het terrein of in de omgeving van een zorgvoorziening, waar burensamen met de bewoners verantwoordelijk zijn voor een stukje grond. Op die manier komt de buurt tot in de zorgvoorziening. Oudere buurtbewoners die advies geven aan nieuwe jonge gezinnen. Gasten van de bijzondere jeugdzorg die samen tuinieren met burens, schoolkinderen die samen met oudere bewoners aan de slag gaan in verhoogde tuinbakken: de 'warme tuin' creëert spontane verbindingen tussen iedereen in de buurt. Bovendien hebben het tuinieren en het sociaal contact een grote therapeutische waarde voor de bewoners, zowel lichamelijk als psychisch.

Ook in **VELM** in de provincie Limburg is zo'n warme tuin te vinden in Triamant Haspengouw. Dat is een innovatief woonzorgconcept waar mensen met en zonder zorgvraag samen wonen in een volledig aangepaste omgeving. Wille, Boudewijn en Karel van Landelijke Gilde Velm ondersteunen het initiatief.

Karel, 70 jaar: "Er zijn bewoners die zelf niet meer kunnen tuinieren, maar zij genieten er enorm van om advies te geven of om op een bankje te genieten van de vorderingen."

Elke warme tuin wordt ondersteund door een vrijwilliger uit de buurt, in goed overleg met de voorziening. Landelijke Gilden faciliteert het geheel. Bij de opstart van een warme tuin worden zoveel mogelijk partners uit de buurt betrokken. Ouderenverenigingen en lokale ouderenraden kunnen hier een mooie rol spelen of zelfs initiatiefnemer zijn.

Wil je zelf een Warme Tuin opstarten?

Neem eens een kijkje op www.landelijkegilden.be/warme-tuin.

Zorg Samen Straten

Zorg Samen Straten, een project van **ANTWERPEN** Aan 't Woord, wil sinds het najaar van 2016 buren samenbrengen om eenzaamheid tegen te gaan. Ze willen straten creëren met bijzondere aandacht voor vereenzaming en kwetsbaarheid. Buren zijn alert voor kwetsbare mensen, die op hun beurt het gevoel krijgen dichtbij steun te kunnen vinden.

Het gaat om kleine zaken, maar bij kwetsbare mensen zijn er vaak een heleboel kleine zaken die niet meer te overzien zijn. Het buitenzetten van het vuilnis, boodschappen doen, een huisdier enkele dagen opvangen, samen een koffie drinken, ... Kleine inspanningen kunnen in dat geval grote verschillen maken.

Als een straat start als Zorg Samen Straat, worden er folders opgemaakt met informatie en een 'meldingsstrookje' waarop buren kunnen aangeven dat ze hulp willen verlenen of hulp nodig hebben. Er is ook een infomoment, vaak ingebed in een buurtactiviteit. Nadien worden vraag en aanbod op elkaar afgestemd, maar het motto "Eerst 'buurten' en dan zorgen" is belangrijk, zeker voor buurten waar nog maar weinig sociale cohesie is.

Koen, 75 jaar: "Buren moeten elkaar eerst kennen alvorens er een vertrouwensband ontstaat. In een eerste fase worden dus voornamelijk ontmoetingsactiviteiten georganiseerd."

Er is ook een structurele samenwerking met de thuiszorgdiensten in Antwerpen. Als een buurtbewoner bij iemand de nood aan professionele hulp opmerkt, kan hij of zij makkelijk specifieke diensten aanspreken.

Koen, 75 jaar: "Dankzij professionele diensten wordt zorg deskundig verleend. Maar kwetsbare mensen hebben niet enkel deskundige zorg nodig. Geluk en verbondenheid horen daar evengoed bij. En daar kunnen buren voor zorgen."

Meer informatie

zorgzamestraten@gmail.com



De Buurttelefoon

Een eenvoudig klusje, een boodschap, iemand vervoeren, paperassen ontcijferen, huiswerk begeleiden, of soms gewoon wat gezelschap... Veel mensen willen graag een handje helpen en de sociale contacten in hun buurt versterken. Dat bleek onder meer uit een onderzoek op vraag van de Koning Boudewijnstichting, maar vaak weten mensen niet wie in hun naaste omgeving welke hulp zou kunnen gebruiken. Omgekeerd hebben de buurtbewoners bij wie de hulp welkom zou zijn, wat schroom om dat kenbaar te maken.

De Buurttelefoon biedt een antwoord. Het initiatief gaat ervan uit dat iedereen wel eens iets of iemand nodig heeft, en dat iedereen ook iets te bieden heeft. De telefoonlijn kan je bellen om je vraag of aanbod kenbaar te maken. De vrijwilliger aan de andere kant van de lijn brengt die twee dan samen.

José, 66 jaar: "Soms krijgen we de vraag of er niet iemand naar de markt gaat, want die persoon geraakt er bijvoorbeeld niet alleen. Heel eenvoudige dingen dus, waar we toch veel kunnen betekenen."

In het najaar van 2017 startte de Buurttelefoon op proef in **SINT-NIKLAAS, WETTEREN, LOKEREN EN LAARNE**. Later wordt deze ook opgestart in andere gemeenten.

Meer informatie

www.buurttelefoon.be

Senioren Thuis

Enkele alerte ouderen signaleerden de nood aan kwalitatieve en betaalbare woningen voor ouderen in **BORGERHOUT**. Het platform 'Ouderenzorg Antwerpen' (bundeling van verschillende organisaties) en sociale huisvestingsmaatschappij De Ideale Woning hadden oor naar hun verhaal en sloegen de handen in elkaar. Ze openden in 2014 een sociale woning waarin vijf kwetsbare alleenstaande ouderen een appartement kunnen huren. Ze hebben hun eigen kamer en delen een leefruimte en keuken.

Julia, 72 jaar: "Samenwonen motiveert ouderen om elkaar te helpen. Daardoor kunnen ze langer zelfstandig wonen. De medebewoners herkennen zichzelf in elkaar en hebben respect voor elkaar."

In tussentijd zijn er een aantal huizen bij gekomen. Het samenwonen wordt ondersteund door een van de oudere vrijwilligers die oorspronkelijk aan de kar trok.

Julia, 72 jaar: "Ik ben het aanspreekpunt voor zowel bewoners en mantelzorgers als vrijwillige en professionele hulpverleners die over de vloer komen. De bewoners worden rechtstreeks betrokken bij de inrichting van de eigen leef- en zorgomgeving."

Meer informatie

www.seniorenthuis.net



Alleenstaandenwerking

Ongeveer 3 jaar geleden kwam op een bijeenkomst van OKRA **LOMMEL** ter sprake dat het voor alleenstaanden moeilijk is om deel te nemen aan activiteiten. Daar wilden enkele leden van de afdeling die dat zelf ervoeren, iets aan doen.

José, 78 jaar: "We voelden zelf een struikelblok en waren ervan overtuigd dat anderen dat ook ervoeren. We brachten die mensen samen zodat het 'alleen zijn' niet langer een drempel is om te participeren."

De initiatiefnemers ontdekten op hun ledenlijst op dat moment 104 alleenstaanden. Ze brachten hen samen op een eerste kennismakingsmoment, waar naar hun ervaringen werd gevraagd. Daaruit bleek dat zondag de moeilijkste weekdag is. Er worden op die dag heel wat activiteiten georganiseerd, maar de alleenstaanden ervaren heel wat drempels om daaraan deel te nemen. Er kwamen op het kennismakingsmoment enkele voorstellen van activiteiten waar zij samen aan konden deelnemen.

De eerste activiteit was heel eenvoudig: samen met de groep van alleenstaanden iets gaan drinken. Op die manier konden de geïnteresseerden elkaar beter leren kennen en vond er een fijne zondagnamiddag plaats. Nadien organiseerde de vereniging nog een ontbijt, een uitstapje naar zee, wandelingen, culturele uitstapen, een bezoek aan het sociaal restaurant, ... voor de groep.

José, 78 jaar: "We kijken naar het bestaande aanbod in de buurt en stellen een kalender samen. Alle alleenstaanden kunnen naar believen aansluiten. Er zijn geen verplichtingen."

Aan het begin van het jaar komen de deelnemers samen en evalueren ze het afgelopen jaar. Welke activiteiten willen zij opnieuw organiseren? Welke waren een minder groot succes?

Andere verenigingen uit de buurt namen het idee al over.



Taal*ooR

Samenlevingsopbouw brengt in **ANTWERPEN**-Noord, Deurne-Noord, Deurne-Zuid, Oud-Borgerhout en Kiel buren bij elkaar: mensen die goed Nederlands spreken en mensen die dat willen leren.

Mieke, 69 jaar: "In onze buurt wonen mensen van over heel de wereld. In het begin wist ik niet zo goed hoe ik contact kon leggen. Via Taal*ooR leer ik veel mensen kennen en kan ik hen vertellen over wat er in onze buurt allemaal gebeurt."

Buren melden zich aan als begeleider van een kleine groep mensen die hun Nederlands willen oefenen. De vrijwilligers brengen het gesprek over de buurt en andere thema's op gang aan de hand van een leidraad die ze meekrijgen van Samenlevingsopbouw met beeldmateriaal, mogelijke vragen en onderwerpen, ... Moeilijke woorden worden uitgelegd. De bijeenkomsten duren zo'n 1,5 uur per week.

Robert, 74 jaar: "Ik help graag mensen die Nederlands willen oefenen. Een taal leer je het best door het veel te spreken. Maar er moet genoeg tijd voor genomen worden en mensen moeten voelen dat er fouten mogen gemaakt worden. Daar wil ik mijn steentje aan bijdragen."

Er worden op die manier nieuwe contacten gelegd in de buurt en dat in een ongedwongen setting. Bovendien leert elke deelnemer zaken bij over de buurt.

Meer informatie

www.taaloor.be

WIMM

Bij Werkgroep Integratie Migrantenvrouwen **MORTSEL**, kortweg WIMM, zetten vrouwen van alle leeftijden en nationaliteiten stappen naar meer zelfredzaamheid. Elke week komen er zo'n 50 dames samen.

Om hen te ondersteunen in hun integratieproces, bieden de vrijwilligers van WIMM lessen Nederlands aan, want ze komen vaak niet in aanmerking voor het reguliere aanbod.

Ook fietslessen en sociaal-culturele activiteiten behoren tot het activiteitenaanbod. Zo leren de deelnemers veel bij over de buurt waarin ze nu wonen. Bovendien nemen ze na een tijdje andere vriendinnen of hun kinderen mee.

Mia, 69 jaar: "Samen op uitstap gaan is voor deze vrouwen een mooie manier om de buurt beter te leren kennen. Wij kunnen hen allerlei dingen bijbrengen, zoals administratieve zaken, leren fietsen, het openbaar vervoer gebruiken, ..."

Meer informatie

www.mortsel.be/Leven_en_samenleven/Onderwijs_en_opleidingen/Avondonderwijs_in_Mortsel/Cursus_Nederlands_voor_anderstalige_vrouwen_WIMM

Instrumenten

Naast deze inspiratiegids brengt de Vlaamse Ouderenraad binnenkort ook een doe-gids uit. Hierin ontdek je een aantal instrumenten om de ideeën die nu ontstaan verder vorm te geven. Hou de website van de Vlaamse Ouderenraad en de Facebookpagina van de Ouderenweek in de gaten om op de hoogte te blijven.

Vliegende reporter

De Vlaamse Ouderenraad is erg benieuwd naar wat er in jouw buurt gebeurt. Laat via een mailtje aan veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be weten wat je organiseert tijdens de Ouderenweek. Wie weet komt onze vliegende reporter wel bij je langs tijdens de Ouderenweek en maakt hij of zij een mini-reportage van jouw initiatief.

De Vlaamse Ouderenraad

De Vlaamse Ouderenraad is het advies- en inspraakorgaan van ouderen bij de Vlaamse regering. De vzw is een overlegplatform van diverse organisaties van en voor ouderen. We streven naar een sterk ouderenbeleid in Vlaanderen, over verschillende sectoren heen.

Via een driemaandelijks informatieblad, een website, een elektronische nieuwsbrief, sociale media en studiedagen informeert en sensibiliseert de Vlaamse Ouderenraad.

De Vlaamse Ouderenraad zet elk jaar een Ouderenweekcampagne op over thema's die ouderen na aan het hart liggen zoals mobiliteit, cultuurparticipatie, gezondheid en zorg, wonen, ...

Blijf op de hoogte

Schrijf je in op de nieuwsbrief en volg de Facebookpagina om op de hoogte te blijven.

Je kan je ook abonneren op het driemaandelijkse informatieblad Actueel.

Alle informatie over de Ouderenweek van 2018 of vorige edities kan je raadplegen op de website van de Vlaamse Ouderenraad.

www.vlaamse-ouderenraad.be
info@vlaamse-ouderenraad.be
02 209 34 52
www.facebook.com/ouderenweek
www.twitter.com/vl_ouderenraad

Deze brochure is een uitgave van de Vlaamse Ouderenraad vzw
in het kader van de Ouderenweekcampagne 2018.

Verantwoordelijke uitgever

Nils Vandenweghe

Redactie

Veerle Quiryne

Foto's

François De Heel

Met dank aan de mensen van de Vredewijk in Hove

Lay-out

Eveline Soors

Drukwerk

Drukkerij Lamine, Herent



**vlaamse
OUDERENRAAD**



Vlaanderen
verbeelding werkt