

## Rapportage gemeente stadsgesprekken ouderen

### Sessie 2: “Ouder worden: Blijf je meedoen?”

04 12 2024

Opdracht van: Stichting OSO-Rotterdam

Uitvoering: Erica Daams en Karel Haga

Rapporteur: Karel Haga

---

De gemeente Rotterdam heeft aan Stichting OSO-Rotterdam de opdracht gegeven voor het uitvoeren van stadsgesprekken met ouderen in 2024. De uitvoering en de resultaten van deze stadsgesprekken zijn geheel en al de verantwoordelijkheid van Stichting OSO-Rotterdam. De gemeente Rotterdam heeft de uitkomsten en suggesties ontvangen en bekijkt of dit inpasbaar is in het beleid. Zij is niet gehouden om deze uitkomsten één op één uit te voeren.

---

#### 1. Inleiding

De gemeente Rotterdam heeft op 27 juni 2024 de Stichting Organisatie van Samenwerkende Ouderenbonden (OSO) Rotterdam benaderd met de vraag om in 2024 stadsgesprekken met ouderen te voeren. OSO Rotterdam heeft toegezegd om zich in te zetten om zes groepen te formeren. Gelet op de korte voorbereidingstijd vooralsnog binnen de eigen geledingen. In het totaal zijn drie sessies van zes gesprekken afgesproken. Dit is het verslag van de tweede sessie.

Het kader voor deze stadsgesprekken is het actieplan “Samen in één stad: gelijke kansen voor iedereen.” Binnen dit kader komen een drietal gespreksthema’s aan de orde. In deze tweede sessie gaan de deelnemers in gesprek over het thema: “Ouder worden: blijf je meedoen?”

Het achterliggende gedachte is dat door het ouder worden het risico bestaat dat je als oudere geen gelijke kansen krijgt. In de gesprekken kan duidelijk worden waar ouderen tegenaan lopen als gevolg van het ouder worden en welke mogelijkheden zij zien om gelijke of gelijkere kansen te krijgen als de niet-ouderen.

De werkwijze is de “ appreciative inquiry” methode. Een beproefde dialoogmethodiek, uitgevoerd door getrainde vrijwilligers. Dat biedt maximale ruimte aan deelnemers om op een veilige en daardoor persoonlijke manier deel te kunnen nemen aan de dialoog over het thema

#### 2. De Bedoeling en opzet rapportage

De bedoeling van de gemeente is om de uitkomsten van de stadsgesprekken te benutten om meer gelijke kansen voor ouderen te realiseren. Met die bril zijn de veelheid aan suggesties, ideeën, reacties van de deelnemers bekeken en zijn de belangrijkste uitkomsten van de dialooggesprekken op een rij gezet.

Deze bevindingen zijn besproken met de gespreksbegeleiders en verslagleggers van de dialoogmethode van deze sessie en waar nodig is het document aangevuld. Ook het bestuur van Stichting OSO Rotterdam heeft kennis genomen van deze bevindingen als opdrachtnemer. Tenslotte zijn de evaluatieformulieren van de deelnemers bekeken en zijn de meest relevante suggesties toegevoegd.

## Een rode draad

Veel deelnemers van de bijeenkomsten kunnen het waarderen dat ze gehoord worden. Vaak kwam naar voren: de dialooggesprekken structureel maken en graag vaker laten plaats vinden.

## Leeswijzer

Het Thema: "Ouder worden, blijf je meedoen?" Is een algemeen thema en waaiert flink uit. Dat leverde vele mooie verhalen op, die gedeeld en gehoord mogen worden (3). Ook lopen ouderen tegen problemen aan bij het mee blijven doen (4).

Tegelijkertijd biedt dit thema ook een opstapje om aan te geven wat je zelf kunt ondernemen. Daarom is dat onderdeel in deze sessie uitgebreid aan bod gekomen en zal ook als apart issue gepresenteerd worden (5). Omdat deze sessie drie groepen ouderen waren met een Niet-westerse achtergrond is er voldoende aanleiding om cultuursensitieve issues te presenteren (6). Ook dragen ouderen ideeën en suggesties voor gemeente, bedrijven of instellingen (7). Tenslotte enkele interessante uitspraken en quotes van deelnemers.(8) Tenslotte de belangrijkste uitkomsten van een korte evaluatie.

### 3. Mooie verhalen

Ik blijf meedoen door zelf in actie te komen en nieuwe contacten te leggen

Ik heb wel het gevoel dat ik nog meedoe. Wel mis ik het contact met collega's van vroeger toen ik nog werkte. Ik moet nu zelf contacten maken en onderhouden, dat was vroeger minder nodig. Ik doe nu vrijwilligerswerk bij Leger des Heils, dat geeft me veel voldoening en levert me ook weer nieuwe contacten op. Ga ook regelmatig naar Pathé (filmabbonement).

Door fout handelen van anderen in het verleden niet goed mee kunnen doen

Een deelnemer heeft met zijn vrouw een zeer bescheiden inkomen van nog geen € 1.300,00 per maand. Zijn vrouw heeft nog niet de pensioengerechtigde leeftijd bereikt en dus nog geen AOW. Hij heeft in een eerdere fase van zijn leven een huis gekocht. Hij heeft meer dan 40 jaar als vrachtwagenchauffeur gewerkt. Nu blijkt dat één van de werkgevers 7 jaar geen pensioenpremie heeft afgedragen. Andere werkgevers hebben niet alle pensioenen afgedragen. Daarom heeft hij slechts een beperkt deel van de AOW (AOW-gat), een klein pensioen en komt hij ook niet in aanmerking voor inkomensondersteunende maatregelen omdat hij een koophuis heeft. En wel rond zien te komen van een heel laag inkomen. Hij zit klem.

Samen kan je blijven meedoen

De vrijwilligers rondom deze ouderen groep zijn loyaal en tot steun voor de ouderen. Er was een dame, ze vertelde dat ze een wond aan haar voet had waardoor ze een half jaar niet de deur uit kon. Ze vloog tegen de muur op. Ze was heel blij dat ze bij deze groep kon aansluiten. Wat ook helpt is dat de drempel om hulp te vragen onder de

aanwezige vrijwilligers heel laag is. Men kan elkaar bellen. De vrijwilligers zijn toegankelijk en men maakt daar ook gebruik van.

De bijeenkomst op de donderdag biedt deze groep dames structuur en houvast zodat ze nog kunnen meedoen ook al zijn ze allen op hoge leeftijd. De geografische context, één supermarkt, een tramhalte, je komt elkaar overal tegen, geeft het dorpsgevoel en de betrokkenheid op elkaar.

#### Niet mee willen doen, maar moeten doen

Een bijzonder verhaal van een deelnemer is dat hij in zijn paspoort hij 7 jaar jonger is dan hij in werkelijkheid is. Daardoor moet hij tot zijn 74<sup>e</sup> doorwerken, terwijl hij nu al (62 jaar in werkelijkheid, 55 volgens paspoort) gezondheidsproblemen heeft. Dat is niet te doen. Het is voor hem niet zozeer de vraag hoe blijf je meedoen, maar je moet blijven meedoen.

#### Niet meedoen door gevestigde belangen

Ik heb een boek geschreven “Kunst en herstel”. Als bezigheidstherapie heb ik een schildercursus ontwikkeld voor personen die “vast “zitten en dit kosteloos kunnen doen.

Dit heb ik aangeboden aan de thuis Plus-flat bij mij in de buurt. Aafje is coördinator van het geheel waar ook welzijnzorg onder valt. Men wil deze activiteit van mij overnemen en er een betaalde creativiteit van maken. (Vrijwilliger wordt dus aan de kant gezet !!). Gevolg creamiddag komt niet van de grond, omdat dit te duur wordt. Er is ook geen bewonerscommissie die dit aan de orde stelt.

#### Problemen om nu en later mee te blijven doen.

Een man van 58 die, nadat hij werkeloos werd, voor zijn gehandicapte dochter zorgde, nadat zijn vrouw was overleden. Volgens zijn geloofsovertuiging is dit een last (de verzorging van zijn gehandicapte dochter) die hij zelf moet dragen; dit werd door de andere aanwezigen bevestigd. “U begrijpt wel dat als u mij vraagt of ik nog meedoe: dat dit niet het geval is”.

Of dit zou kunnen veranderen? Dit hangt voor een groot deel ook af van de situatie waar ik momenteel in verkeer. Na mijn periode van werk heb ik nagenoeg geen pensioen opgebouwd voor later. Al het geld dat ik nu ontvang gaat op aan huur en levensonderhoud. Reserves voor onverwachte omstandigheden heb ik niet en ik ben al 20 jaar niet op vakantie geweest.

#### Goed bedoeld, maar toch niet goed mee kunnen blijven doen

Een straat met actieve bewoners kan via een Opzoomeren subsidie het verkeer en het parkeren in de straat temperen zodat er meer leefruimte komt. Echter, 8 oudere bewoners kunnen nu niet meer voor het huis parkeren of kort-parkeren. Voor minder valide bewoners een enorm bezwaar. Ze vragen aan de gemeente dispensatie van het gebod voor hen, maar omdat ze een minderheid zijn wordt het niet gehonoreerd. Men dient bezwaar in maar nu, 1 jaar later is er nog steeds geen zicht op een hoorzitting. Men voelt zich zelfs genoodzaakt om een jurist in te schakelen. De ouderen ervaren dat ze minder meedoen vanwege vervoersproblemen. Er is juist minder verbinding ontstaan in de straat en zij worden buiten gesloten.

#### 4. Knelpunten of zorgen van ouderen om mee te doen

##### Zorg/gezondheid

- Ik ben lang mantelzorger voor mijn man geweest, maar nooit uitgenodigd voor de viering van de dag van de mantelzorg. Organisaties schieten hier tekort. Voor vervanging van mantelzorg als je eens een keer weekend weg wil, is het slecht geregeld.
- Wat doe je met de rouwgroepen c.q. rouwverwerking in onze samenleving, zg. Duizend dagen syndroom? Kan de gemeente hier wat in betekenen. Of Humanitas, huisarts, e.d.?

##### Inkomen/regelingen

- De Rotterdam pas wordt nu gekoppeld aan het inkomen. Was vroeger niet zo. Ga daardoor ook minder ergens naar toe. Het fietsen wat ik graag doe is minder geworden.
- Overheid wil dat mensen alles zelf regelen; heel veel mensen kunnen dat niet.

##### Vrijwillige inzet

- Soms is het moeilijk om 'het stokje over te geven' want bij jongeren is de belangstelling voor vrijwilligerswerk duidelijk minder. Een deelneemster is uit een soort plichtsbesef nog steeds actief in het bestuur van een VVE, omdat er geen, liefst jongere, vervanger beschikbaar is.

##### Mobiliteit/OV

- Om als senior mee te kunnen blijven doen is het openbaar vervoer belangrijk. Algemene lof voor het gratis reizen voor gepensioneerden in Rotterdam, maar de bezuinigingen en het inkorten of opheffen van tram- en buslijnen werd met grote verontrusting tegemoet gezien, zoals de plannen voor de tramlijnen 4 en 7.
- Parkeerbelasting heeft een kaartclub doen leeglopen.... 10,- per avond erbij was te veel. Daarbij is de parkeerapp te ingewikkeld om te gebruiken, is ook weer een belemmering. Het gevolg is dat de sociale cohesie werd aangetast en niemand bleef nog even wat langer voor de gezelligheid.
- Er zijn te weinig aanpassingen voor mensen die minder mobiel zijn: in het ov, openbare gebouwen en de openbare ruimte.

##### Openbare ruimte

- Overhangend groen, scheve trottoirs, scooters, bakken, reclame, fout parkeren, roltrappen die niet werken zijn een flinke belemmering
- Voorzieningen die weg zijn (bezuinigd) moeten terug: geen hubs, maar goed over de stad verspreide Huizen van de wijk.

## 5. Cultuursensitief

Voor de groepen met een niet-westers achtergrond zijn de opvattingen apart bijeengebracht. Die spelen deels bij deze groep, maar spelen soms ook bij ouderen met een Nederlandse achtergrond.

### a. Thema taal: een rode draad

Een rode draad voor ouderen met een niet-westerse achtergrond: onvoldoende beheersing van de Nederlandse taal.

- In het begin was het idee dat de ‘gastarbeiders’ na een jaar of vijf weer terug zouden keren naar hun geboorteland. Dat gebeurde niet en zij beheersen nu niet genoeg de Nederlandse taal om mee te blijven doen.
- Men denkt dat je als eerste generatie ouder door taalachterstand niet aan allerlei activiteiten kunt deelnemen die voor andere (lees autochtone oudere) worden opgezet.
- Er waren ook een aantal aanwezigen, die op vrij late leeftijd naar Nederland kwamen, 25-30 jaar oud, een goede opleiding hadden genoten in Marokko en daar actief werkzaam waren geweest in hun vak. Maar door de taalachterstand konden zij zich in Nederland niet in hun vak ontplooien. Deze taalachterstand was op deze leeftijd, ook vanwege het feit dat je als man verantwoordelijk was voor het onderhouden van het gezin, niet meer in te lopen. De werkzaamheden en de functies die men voorstelden matchen niet met de interesses en de competenties.

### b. Thema integratie

- Nederlanders en ouderen van Turkse komaf begrijpen elkaar niet of niet altijd. Voorbeeld. In een ouderenvoorziening kreeg een oudere van Turkse komaf hutspot voorgeschoteld. Maar deze groep eet gewoon geen hutspot. Toen kwam iemand met bami voorbij. Dat rook hij en hij zei dat hij dat graag wilde eten. En dat kon toen ook.
- Degene die voortijdig uit het arbeidsproces is geraakt moet zelf de regie nemen om niet in een isolement te geraken en ook steun bij elkaar te zoeken. Het leven moet zich niet alleen afspelen in de driehoek, THUIS – MOSKEE-MARKT. Je verkeert te veel in je eigen bubbel en gaat ook in je eigen waarheid geloven dat de wereld tegen je is en je niet helpt met je problemen.

### c. Thema gezondheid/ondersteuning: dementie als rode draad

- Dementie is één van de grootste problemen voor ouderen met een Turkse komaf. En de komende jaren neemt het aantal Turkse ouderen toe en dus ook de problemen met dementie.
- Ouder worden in deze Marokkaanse groep verschilt wellicht van een doorsnee autochtone groep in Nederland. Niet alleen speelt de taal een barrière, maar ook de zelfredzaamheid van ouderen boven de 70 zou men beter willen zien/hebben. In deze gemeenschap is het gebruikelijk om zorg te hebben voor hun ouderen. Het onderbrengen in verzorgingstehuizen is een taboe. Dit betekent wel dat de

mantelzorger ook zelf minder emploti heeft om andere dingen te kunnen doen dan verzorgen. In deze groep waren er enkele die soms wel 12 uur per etmaal de zorg op zich nemen. Terwijl momenteel gezegd moet worden dat de huidige senioren ervaren dat men minder een beroep kan doen op hun kinderen.

- Ook vinden ze het moeilijk de weg te vinden voor hulp en ondersteuning. Hier is nog winst te maken. Men vindt ook belangrijk dat de hulpverlening een meer culturele sensitieve aanpak mag hebben: “Bereid je voor op waar je op huisbezoek gaat en verplaats je in de ander.”
- Wel heeft men behoefte aan informatie over ouderenzorg, en al de regels en procedures die er toe doen. Het probleem van dementie en/of inzet van adequate ondersteuning is bij velen niet voldoende bekend en trekt ook een zware wissel op gezinnen en verzorgenden.
- Er is een achterstand in voorlichting naar de burgers, met name de cultureel sensitieve aanpak t.a.v. van voeding(halal), gebedsruimten, specifieke ouderzorg voor Arabisch sprekenden. Er is weinig multicultureel besef bij hulpverleners.

#### **d. Thema eenzaamheid**

De eenzaamheid onder Turkse ouderen is groot. De Turkse gemeenschap is wel verbonden, maar de kinderen werken en zorgen voor hun kinderen. Zij hebben maar beperkte mogelijkheden om hun ouder(s) te bezoeken. De kleinkinderen gaan naar school en zijn ook druk bezig. Ouderen overleven door hun eigen netwerken, ouderen met dezelfde achtergrond. Maar toch veel eenzaamheid.

## **6. Wat kan je als oudere zelf doen om mee te blijven doen?**

### Netwerk onderhouden/versterken en erop uit

- Zorg voor een goed netwerk, dat wordt naarmate je ouder wordt steeds kleiner (er vallen mensen weg)
- Een persoonlijk netwerk onderhouden, vooral als je – tijdelijk – niet meer voor 100 procent kan meedoen. Een netwerk is ook belangrijk als steun bij moeilijkheden als mensen om je heen wegvallen.
- Eigen initiatief en eigen regie tonen in het ondernemen van allerlei activiteiten waar je happy van wordt; dit kan van leesclubje tot dansclubje zijn.
- Doe mee met de zg. Jilbert groepsreizen. Je komt bijna in heel Nederland en leert ook anderen kennen. Dit is niet kosteloos!!
- Wij moeten er als ouderen veel meer op uit. Deel uit gaan maken van de buurt. Ervaringen die je hebt als oudere delen met jongeren. Dat verrijkt je leven.
- Er zijn ook ouderen die het langs de zijlijn staan positief hebben opgevat en ingevuld . Zo ook één van de aanwezigen die zijn rijke levenservaring inzetten om als vraagbaak voor jongeren te fungeren. Jongeren die bij keuze van opleiding of werk, en andere levensvragen bij hem terecht kunnen.
- Als je ambities hebt kun je lid worden van een bewonerscommissie die je belangen, zowel fysiek als mentaal, kan behartigen en kan zorgen voor het “optimale” woongenot. Frustratie en ergernis zijn actoren die het meedoen kunnen belemmeren.

### Meegaan met veranderingen

- Zorg dat je mee verandert omdat wereld om je heen verandert, bijv. Rotterdam al 50-60% anderstalig, en ook digitale wereld verandert snel, dus blijf op de hoogte.
- Probeer in beweging te blijven, beweeg mee met de veranderingen. Probeer toch QR codes te gaan gebruiken.
- Informatieoverdracht over allerlei regelingen voor ouderen volgen en probeer hiermee je voordeel te doen. Voor vragen de instanties raadplegen, of soms iemand meenemen om helderheid te krijgen. Bij de centrale bibliotheek van Rotterdam is zoveel informatie kosteloos beschikbaar. Ook voor het invullen van allerlei belastingpapieren kun je terecht.
- Generatieconflict met kinderen kost zoveel energie dat dit je ook beperkt in het blijven meedoen als je ouder wordt.

### Gezondheid

- Doe mee aan gymnastiek. Voor ouderen en de valpreventie cursussen. Met een fit en gezond lichaam kun je langer aan activiteiten deelnemen.
- De Huizen van de Wijk in Rotterdam worden positief gewaardeerd en kunnen een belangrijke schakel zijn bij het blijven meedoen van senioren, maar zijn nogal onregelmatig verdeeld over de wijken.
- De meesten beleven het ouder worden als onderdeel van het leven. Het hoort ook bij het leven. De wijze waarop je ouder wordt is van te voren niet te bepalen, maar je kunt er wel op anticiperen. Fysiek minder goed functioneren kun je deels opvangen door te bewegen en daardoor mentaal ook “gezond” te blijven

## **7. Wat moet/kan de gemeente (of bedrijven/organisaties) doen?**

### Cultuur sensitief:

#### Taal:

- Het zou goed zijn als ouderen met een niet-westerse achtergrond informatie in de eigen taal aangeboden zouden krijgen. Dan kunnen veel meer ouderen gebruik maken voor regelingen die voor hen bedoeld zijn en waar nu te weinig gebruik van gemaakt wordt.

#### Zorg:

- Cultuursensitief werken in ouderenvoorzieningen. Zorg dat groepen ouderen van eenzelfde komaf bij elkaar kunnen wonen. Eigen geloof, eigen cultuur. Hoe ouder men is, hoe meer men teruggaat naar ‘de roots’. Veel waarden en normen worden gedeeld. Ook het eten zal dan beter aansluiten bij de wensen van de bewoners. Oudere vrouwen willen niet door een mannelijke verpleger geholpen worden. Dat kan in een cultuur sensitieve omgeving wel geregeld worden.
- Zorg voor een Turks verpleeghuis en Turkse 55+-woningen. Dan kan ook ingezet worden op Turkse ondersteuning. In eigen taal en met de eigen culturele waarden waardoor zij zich meer thuis voelen.



### Toegang en afspiegeling

- Zorg voor een Turkse optie bij 14010. Biedt die service ook in hun taal aan.
- Zorg voor een afspiegeling in het personeelsbestand bij de gemeente. Meer beleidsmedewerkers en sleutelpositie die ertoe doen een afspiegeling van de Rotterdamse bevolking. Dus ook veel meer van dit soort werknemers met van Turkse komaf.
- Er moet beter worden geregeld dat werkgevers hun pensioenafdracht voor werknemers van buitenlandse komaf goed uitvoeren. De inspectie moet daarop toezien.

### Meedoen, maar ook een islamitische begraafplaats

- Ik ben Rotterdammer van Turkse afkomst. De gemeente wil graag luisteren naar de Rotterdammers en de minderheden. Dat is goed en ook nodig zodat wij ons ook echt verbonden voelen. Dat wij ook echt gehoord worden. Stadsgesprekken dragen daaraan bij. Deze stadsgesprekken zouden structureel gehouden moeten worden.
- Buurtvader & zoon is zo'n stichting die de buurt leefbaar maakt en houdt door met jongeren in contact te blijven. Velen van de aanwezigen zijn lid van de stichting en het contact zorgt ervoor dat zij in contact blijven met de puberale jongeren, zodat ze niet in hun eigen bubbel blijven maar de aansluiting naar de maatschappij weten te vinden samen met hulp van de buurtvaders. Er moet vindt men, meer financiële hulp komen voor stichtingen als Buurtvaders, die goed werk verrichten in de wijk. Op deze avond zagen we ook buurtvaders een rondgang in de wijk maken.
- De gemeente zou ook voor een Islamitische begraafplaats moeten zorgen. Er wordt al lang over gepraat, maar hij is er nog steeds niet.

### **Algemeen (ook cultuursensitief)**

#### Gemeenschapszin

- Creëer gemeenschappen voor senioren. Een straat, een plein of een flat in de gemeenschap geeft een mogelijkheid tot wederzijds contact tussen de generaties. Ouderen leven dan en met elkaar en met andere generaties.

#### (vrijwilligers)werk

- Personeelszaken/HR moet zich ook richten op competente senioren die wel langer willen doorwerken. Dat zijn er steeds meer. Maak gebruik van hun kennis en ervaring. Flexibel werken, die aansluit bij de wensen en mogelijkheden van senioren. Dat is goed voor de ouderen, voor het bedrijf en de maatschappij.
- Senioren die voor hun pensioen arbeidsongeschikt worden, te betrekken bij sociale activiteiten om te voorkomen dat ze in een isolement geraken en niet meer meedoen in de maatschappij.
- Faciliteer in Huizen van de Wijk hulp bij het inschrijven als woningzoekende.



### Geldzaken en meedoen

- Er moet veel meer reclame gemaakt worden voor de financiële regelingen die er zijn.
- De Rotterdampas voor ouderen moet terug
- Financiële middelen kunnen een belemmering zijn dingen te ondernemen. Dus zorgen dat gratis OV in Rotterdam blijft gehandhaafd en de Rotterdampas niet koppelen aan inkomensniveau.
- Er moet beter worden geregeld dat werkgevers hun pensioenafdracht voor werknemers van buitenlandse komaf goed uitvoeren. De inspectie moet daarop toezien.

### Zorg en ondersteuning

- Grote zorg is er over het angstvallig groeiende gat tussen wonen in eigen huis en een verpleeghuis. Daarbij speelt ook een rol dat er door de projectontwikkelaars geen of nauwelijks aandacht is voor alternatieve woonvormen waarbij diverse generaties of alleen ouderen bij of met elkaar kunnen wonen. De gemeente zou op dat gebied veel pro-actiever moeten zijn en zelf initiatieven moeten nemen.
- De Huizen van de Wijk in Rotterdam worden positief gewaardeerd en kunnen een belangrijke schakel zijn bij het blijven meedoen van senioren. Ze worden nu Grow - up genoemd: spreekt ouderen niet aan.
- In de buurt “belcirkel organiseren”

### Mobiliteit

- Hou straten en stoepen bruikbaar voor rollators, scootmobielen en minder validen. Overhangend groen, scheve trottoirs, scooters, bakken, reclame, fout parkeren, roltrappen die niet werken zijn een flinke belemmering.
- In een tijd waarin de horkerigheid schijnt toe te nemen zou het de gemeente sieren als er meer wordt opgetreden tegen bijvoorbeeld het fietsen op de stoep, wat voor ouderen zeer bedreigend kan zijn. Ook het gebrek aan voorzieningen voor ouderen die afhankelijk zijn van een rollator is een belemmering om volledig mee te doen.
- In de openbare speeltuinen simpele apparaten te plaatsen voor ouderen waarop ze kunnen bewegen.
- Om als senior mee te kunnen blijven doen is het openbaar vervoer belangrijk. Algemene lof voor het gratis reizen voor gepensioneerden in Rotterdam, maar de bezuinigingen en het inkorten of opheffen van tram- en buslijnen werd met grote verontrusting tegemoet gezien, zoals de plannen voor de tramlijn 7.

### Communicatie

- De buurtkranten (Ommoord) zijn soms zo klein dat je de letters met een vergrootglas moet gaan lezen. Is dit te veranderen?
- Het keuzemenu dat je vaak krijgt voorgeschoteld bij telefonisch contact met (welzijns) organisaties is vaak bijzonder irritant. Ook het niet nakomen van de belofte om terug te bellen is geen stimulans om te blijven meedoen.
- Ouderen doen er nog toe!
  - o Bij huisartsen, andere telefoonverkeer vanaf bijv. voor 75 plus -sneller de telefoon opnemen- door bijv. kies...4 als u ouder bent dan 75.

- Zou bij alle telefoontjes een regel moeten worden

#### Beleidsmatig

- Gebruik het collectief geheugen en probeer niet telkens opnieuw het wiel uit te vinden.
- Kom met een meerjarenplan en ben niet afhankelijk van de (politieke) waan van de dag. Neem de zogenaamde zachte /maatschappelijke waarde wat duidelijker mee in de besluitvorming. Maak je afwegingen van je beleid transparant. Betrek de bewoners vanaf het begin bij de besluitvorming.
- De Huizen van de Wijk in Rotterdam worden positief gewaardeerd en kunnen een belangrijke schakel zijn bij het blijven meedoen van senioren. Ze worden nu Grow-up genoemd: spreekt ouderen niet aan.
- Kom achter je bureau vandaan: ga de wijk in en praat met de bewoners.

Wat de gemeente niet moet doen is: weer een zoveelste onderzoek starten of een commissie instellen, maar daadwerkelijk iets gaan doen.

### **8. Belangrijke quotes van deelnemers**

“Ouder worden is oorlog tussen weten en kunnen.” De achtergrond is dat je vaak wel iets wil, maar dat je lichaam dat niet (meer) kan.

En in aanvulling daarop: “Ouder worden is oorlog tussen weten, kunnen en mogen”.

Voortbordurend op de vorige Quote: je wil misschien wel, maar anderen staan dat niet toe.

“Cultuursensitief is Inclusief”.

“Ouder worden zit niet in mijn systeem. Ik sta positief in het leven en ben graag onder de mensen.”

“Rotterdam is een “jonge” stad, gericht op jongeren. De focus mag wel meer op de 100.000 ouderen zijn.”

““De” oudere bestaat niet. Iedere leeftijd heeft eigen mogelijkheden en belemmeringen. Er moet meer nagedacht worden over niet mobiele ouderen.”

“Goed om andere visies te horen en te ervaren dat er nog zoveel mensen actief zijn.”

“Fijn dat iedereen zonder onderbreking zijn/haar verhaal kan doen.”

Er was ook een geestelijk leider die als vertrouweling en vraagbaak /adviseur een functie heeft in deze Arabische gemeenschap. Quote: “We moeten met elkaar in harmonie leven met respect voor de ander. En we hebben ook daarin bijdrage te leveren: we moeten proberen onze lusten en lasten samen te dragen. Verdraagzaamheid en tolerantie vraagt veel van de mens, maar als mens wordt je hierdoor ook vollediger van en het verrijkt je innerlijke geest.”

### **Tenslotte: de evaluatie door de deelnemers**

In het totaal hebben ongeveer 80 ouderen meegedaan aan deze sessie van de stadsgespreken.

Het thema werd hoog gewaardeerd: 53 ouderen vonden het interessant en 23 boeiend. Ook de waardering was prima. Van de 80 ouderen vonden 10 het voldoende, 46 goed en 20 uitstekend. En heel belangrijk: 50 ouderen gaven aan dat zij zelf ook wat aan de dialooggesprekken hebben gehad en 23 misschien.