
IN GESPREK OVER OUDER WORDEN

PROJECTVERSLAG HET ORGANISEREN VAN COLLECTIEVE BIJEENKOMSTEN

WAAROM DIT PROJECT?

Uit onderzoek weten we dat ouderen zich niet of weinig voorbereiden op ouder worden en hun toekomstige ondersteuningsbehoefte (Sörensen, Hirsch & Lyness, 2014). Ze vinden het vaak moeilijk om issues rond het ouder worden en welke ondersteuning zij nodig hebben bespreekbaar te maken met hun netwerk (Metze, Kwekkeboom & Abma, 2015). Aan de andere kant blijkt dat oudere mensen wel graag in gesprek willen gaan over toekomstige zorg en situaties (Sharp et.al, 2013; Glaudemans, 2021). Groepsvoorlichting in de vorm van collectieve bijeenkomsten lijkt kansrijk om oudere mensen te helpen bij voorbereiden op het ouder worden (Glaudemans, 2021). Het leeratelier Veerkrachtig Ouder worden van de Werkplaats Sociaal Domein Arnhem en Nijmegen (WSDAN) heeft in 2023 samen met zorg- en welzijnspartners verschillende collectieve bijeenkomsten georganiseerd. In dit verslag willen we u meenemen in wat we hebben geleerd, wat u hiermee kunt doen, en hoe we verder gaan met dit onderwerp.

Groepsvoorlichting in de vorm van collectieve bijeenkomsten lijkt kansrijk om oudere mensen te helpen bij voorbereiden op het ouder worden (Glaudemans, 2021).

EVEN TERUG NAAR HET BEGIN

In mei 2023 organiseerde het leeratelier Veerkrachtig Ouder Worden een kick-off bijeenkomst met de zorg- en welzijnspartners. In deze bijeenkomst kozen de partners voor 'In gesprek gaan over ouder worden' als een van de eerste speerpunten van het leeratelier. De veronderstelling was dat groepsgerichte bijeenkomsten kunnen zorgen voor meer bewustzijn en handelingsmogelijkheden ter voorbereiding op het ouder worden. Deze bijeenkomsten kunnen zowel georganiseerd worden door professionals, als door ouderen zelf. We stelden met de netwerkpartners een plan op om naar het gewenste resultaat toe te werken

Plan

Het organiseren en evalueren van collectieve bijeenkomsten door professionals en ouderen zelf

Resultaat

Het ontwikkelen van een format dat gemakkelijk te gebruiken is voor onze netwerkpartners

EVALUATIE VAN DRIE BIJENKOMSTEN MET VERSCHILLENDE PROGRAMMA'S EN DOELSTELLINGEN

Bijeenkomst georganiseerd voor en door ouderen

Tijdens deze bijeenkomst in wijkcentrum 't Hert (Nijmegen), georganiseerd door ouderen, werden ouderen uitgenodigd om met elkaar in gesprek te gaan over ouder worden. Vier groepen van ongeveer 8 deelnemers voerden een dialoog aan de hand van gesprekskaarten. Deze dialogen werden begeleid door vier ouderen/gespreksleiders die lid zijn van het doelgroepenpanel van Netwerk100. Dit is een panel dat zich inzet ter verbetering van welzijn en zorg van kwetsbare ouderen en mensen met dementie in de regio Gelderland-Zuid.

Bijeenkomst georganiseerd door huisartsenpraktijk

Tijdens deze bijeenkomst, georganiseerd vanuit een huisartsenpraktijk en sociaal werk in een buurt in Nijmegen werd informatie gedeeld over het voorbereiden op ouder worden. Waar de huisarts informatie gaf over belangrijke keuzes en beslissingen, presenteerde Sterker over haar aanbod om ouderen daarbij te begeleiden. Onderwerpen waren bijvoorbeeld: Wanneer ga ik in gesprek met mijn huisarts of ouderenadviseur, wat is een behandelpaspoort, mogelijke ondersteuning bij mantelzorg en aanspraak maken op vrijwilligersdiensten. Tijdens deze bijeenkomst hadden deelnemers de mogelijkheid om vragen te stellen en ervaringen uit te wisselen.

Bijeenkomst georganiseerd door sociaal werk

Deze bijeenkomst werd georganiseerd in een wijkcentrum in Nijmegen door Sociaal Werk. Deelnemers werden geïnformeerd over het voorbereiden op ouder worden en het gebruik van het behandelpaspoort. Deelnemers kregen uitgebreid de ruimte om vragen te stellen en met elkaar in dialoog te gaan over het onderwerp.

Deze drie bijeenkomsten werden door onderzoekers van het leeratelier in samenwerking met studenten geëvalueerd, door deelnemers direct na de bijeenkomst te vragen naar hun ervaring. Ook zijn een aantal ouderen na enkele weken gebeld met de vraag of er naar aanleiding van de bijeenkomst acties waren ondernomen. Hieronder vindt u een korte weergave van evaluatie per bijeenkomst.

Tabel 1. Overzicht inzichten per bijeenkomst

	Bijeenkomst voor en door ouderen	Bijeenkomst door huisartsenpraktijk	Bijeenkomst door sociaal werk
Wat ging goed volgens de deelnemers?	Dialogoog werd gewaardeerd. Deelnemers voelden zich gehoord. De bijeenkomst zette aan tot actie (bijvoorbeeld in gesprek gaan met mensen uit eigen omgeving).	Nuttige en belangrijke informatie. Duidelijk en gestructureerd. Deelnemers zijn aan het denken gezet en zijn aangezet tot actie (in gesprek met huisarts, in gesprek met Coil, of folders uitdelen aan omgeving).	Belangrijk onderwerp Aan het denken gezet, soms ook tot actie over gegaan (in gesprek met naasten). Uitwisseling was goed. Veel verschillende mensen: zowel een vaste groep, als andere geïnteresseerden.
Wat kon beter volgens de deelnemers?	Structuur werd gemist. Te weinig tijd.	Te veel verschillende informatie. Meer tijd om informeel uit te kunnen wisselen onder deelnemers.	Deelnemers goed voorbereiden voorafgaand aan de bijeenkomst, was een zwaar thema voor de maandagochtend.
Wat ging goed volgens de organisatoren?	Hoge opkomst. Wijze van werving (in lokale krant) Mensen zelf aan het woord. Herkenbare thema's.	Hoge opkomst. Inzicht in lijn Huisarts – welzijn – informele zorg. Veel herkenning onder deelnemers.	Veel interactie. Zorgde voor meer bewustzijn. Opvolging door individueel gesprek.
Wat kon beter volgens de organisatoren?	Akoestiek. Te weinig tijd. Impact niet goed vast te stellen.	Ruimte was te klein. Te veel informatie. Behoefte aan uitwisseling was groot.	Te veel informatie. Voelde wat gehaast.
Vragen/Inzichten	Hoe een meer diverse doelgroep aan te spreken? Hoe kunnen we beter nadenken over een vervolg (collectief of individueel?)	Vervolg zou zinvol kunnen zijn, ook om meer verschillende mensen aan te spreken.	Misschien een reeks van drie bijeenkomsten organiseren (1: behandelaspaspoort, 2: samen beslissen, 3: aanbod zorg-welzijn aanbieder). Bijeenkomsten meer gericht op behoeften van deelnemers.

Belangrijke algemene inzichten

- Bijeenkomsten voor deze doelgroep worden druk bezocht.
- Deelnemers vinden de inhoud van de bijeenkomsten interessant.
- Deelnemers voelen zich gehoord.
- Deelnemers zijn zich meer bewust over wat er komt kijken bij het proces van ouder worden.

RESULTATEN: WAT HEBBEN WE GELEERD?

Ook collectieve bijeenkomsten organiseren? Dit zijn de belangrijkste geleerde lessen:

Voorafgaand aan de bijeenkomst:

- Bepaal vooraf de doelgroep van uw bijeenkomst. Wie heeft baat bij deze bijeenkomst?
- Ga na wat het doel is van de bijeenkomst. Wilt u deelnemers informeren? Wilt u hen ergens bewust van maken, of aanzetten tot actie? Bij aanzetten tot actie is bijvoorbeeld een goede follow-up belangrijk.
- Een collectieve bijeenkomst is een uitstekende gelegenheid om een brug te slaan tussen de zorg- en welzijnssector. Kunt u een netwerkpartner uitnodigen om dit gezamenlijk te organiseren?
- Het is essentieel om na te gaan wat de behoefte van de deelnemers zou kunnen zijn, en of u daaraan kunt voldoen. Zo is het voor deelnemers belangrijk om te kunnen uitwisselen, en dat er naar hen wordt geluisterd.
- Overweeg om meerdere bijeenkomsten te organiseren. Dit geeft deelnemers de gelegenheid om de informatie te verwerken en vervolgvragen te stellen. Ook kunnen deelnemers op deze manier geïnteresseerden uitnodigen voor het vervolg. Een ander voordeel is dat de impact van de bijeenkomst beter beoordeeld kan worden.
- Denk goed na over de locatie, waarbij herkenbaarheid en toegankelijkheid belangrijk zijn. Denk ook aan akoestiek en het kunnen aanbieden van een hapje en een drankje.
- Besteed aandacht aan de werving. Spreekt u een brede doelgroep aan in een specifieke locatie? Dan kan een wijkkrant een goede plek zijn voor een oproep, omdat we hebben ervaren dat via die weg veel mensen zijn afgekomen op een van de bijeenkomsten. Een huisartsenpraktijk, wijkcentrum of andere zorg- en welzijn- locaties zijn goede plekken om te adverteren.

Tijdens de bijeenkomst:

- Communiceer aan het begin duidelijk wat het programma gaat zijn, en bouw hier voldoende tijd voor in.
- Zorg dat er ruimte is voor dialoog. Er zijn al veel methoden ontwikkeld om deze gesprekken inhoudelijk te begeleiden. Twee voorbeelden zijn 'Praat vandaag over morgen' van ActiZ en het Hop-on Hop off-spel van ZorgSaamWonen.
- Zorg voor een of meerdere respectvolle en duidelijke gespreksleiders. Hierbij is het belangrijk dat de inbreng van deelnemers evenredig is.
- Maak het programma niet langer dan 1,5 tot 2 uur, inclusief introductie en afronding.

- Zorg ervoor dat er ruimte is om een vervolgspraak te maken met individuen met veel vragen of zorgen.
- Ouderen waarderen het lotgenotencontact van deze bijeenkomsten. Nodig hen actief uit contacten te leggen, en moedig eventuele initiatieven om elkaar te ontmoeten aan. Als het mogelijk is kunt u aanbieden dit proces te faciliteren.
- Om van de bijeenkomsten te kunnen leren, is het belangrijk om aan het einde evaluatievragen te stellen. Doe dit op een interactieve manier.
- Maak voldoende ruimte voor een afronding, vragen en een praatje na.

We gaan graag verder met onze huidige samenwerkingspartners en met nieuwe partners en geïnteresseerden. We willen meer leren over wat collectieve bijeenkomsten kunnen opleveren voor onze deelnemers, maar ook hoe dergelijke bijeenkomsten kunnen aansluiten bij behoeften uit de zorg- en welzijnssector.

HOE GAAN WE VERDER

Momenteel zijn we in de ontwikkelingsfase van een format, ook wel Handout genoemd, dat gemakkelijk te gebruiken is voor onze netwerkpartners wanneer deze zelf een collectieve bijeenkomst wil organiseren. Momenteel wordt de tweede versie van de Handout voorgelegd aan een huisarts en welzijnswerker voor doorontwikkeling.

Openstaande vragen:

- Zorgen collectieve bijeenkomsten voor meer handelingsopties in het proces van ouder worden?
- Zorgen collectieve bijeenkomsten ervoor dat ouderen zich minder geïsoleerd voelen in het proces van ouder worden?
- Zorgen collectieve bijeenkomsten voor meer informele netwerken die resulteren in sociale steun tijdens het ouder worden?
- Zijn collectieve bijeenkomsten ook van toegevoegde waarde voor kwetsbare ouderen?
- Is een reeks van bijeenkomsten voldoende, of zou een meer structureel karakter nodig zijn?
- Zorgen collectieve bijeenkomsten voor een betere werkrelatie en meer zicht op de behoefte van de doelgroep ouderen?
- Zorgen collectieve bijeenkomsten georganiseerd door partners in zorg en welzijn voor een betere samenwerking in de keten?

NETWERKPARTNERS EN EEN WOORD VAN DANK

We hebben samengewerkt met de volgende netwerkpartners:

- Netwerk 100
- Sterker Sociaal Werk
- Huisartsenpraktijk Thermion
- NEO Huisartsenzorg
- Alle deelnemers van onze leersessies

Met speciale dank aan: Elly Achterbosch, Lodewijk Tonino, Joke Nijenhuis-van Weert, Nicolette Hijweege, Lisa Bos, Karen de Groot, Ruth Pel en Franca Ruikes.

Graag gaan we de komende tijd met hen verder. Ook willen we met ons leeratelier nieuwe partners aanspreken. Dit kunnen zowel organisaties zijn als individuen die bij willen dragen.

Bent u geïnteresseerd, neem dan vooral contact met ons op ineke.wijnen@han.nl.

BRONNEN

Glaudemans, J. J. (2021). Future care: Advance care planning with older people and their families in general practice. [Thesis, fully internal, Universiteit van Amsterdam].

Metze, R. N., Kwekkeboom, R. H., & Abma, T. A. (2015). The potential of Family Group Conferencing for the resilience and relational autonomy of older adults. *Journal of aging studies*, *34*, 68–81. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2015.04.005>

Sharp T, Moran E, Kuhn I, Barclay S. (2013). Do the elderly have a voice? Advance care planning discussions with frail and older individuals: a systematic literature review and narrative synthesis. *Br J Gen Pract*. doi: 10.3399/bjgp13X673667. PMID: 24152480; PMCID: PMC3782798.

Sörensen S, Hirsch JK, Lyness JM. (2014). Optimism and Planning for Future Care Needs among Older Adults. *GeroPsych*. doi: 10.1024/1662-9647/a000099. PMID: 26045699; PMCID: PMC4451944.