

## Rapportage Groepsbijeenkomsten 'In gesprek gaan over ouder worden'

Het Leeratelier "Veerkrachtig Ouder worden" van de HAN heeft in de periode augustus t/m november 2023 geëxperimenteerd met twee vormen van groepsbijeenkomsten over 'In gesprek gaan over ouder worden', namelijk: 1) die georganiseerd worden door (welzijns)professionals en 2) die georganiseerd worden door ouderen zelf. Er is een werkgroep gestart met onderzoekers van de HAN en betrokken partijen, waar de voorbereiding en uitvoering van deze 2 bijeenkomsten werd voorbereid en begeleid. Het doel van de bijeenkomsten was: een zaadje planten bij de deelnemende ouderen om na te gaan denken over de toekomst en wensen te bespreken met naasten en huisarts.

### 1) Bijeenkomst georganiseerd door (welzijns)professionals

Er is een bijeenkomst georganiseerd op 14 november door de kaderhuisarts ouderen van NEO huisartsenzorg, de regionale zorggroep voor huisartsen en Sterker Sociaal, de regionale welzijns organisatie. De bijeenkomst werd gehouden bij het GC Thermion. De werving is gedaan via een flyer, die verspreid werd onder oudere patiënten van GC Thermion.

Het programma bestond uit drie informatieve presentaties. De huisarts presenteerde eerst over wat kan de oudere van de huisarts verwachten met betrekking tot vragen over wat de toekomst brengt. Daarna vertelde de ouderenadviseur over welke welzijn voorzieningen voorhanden zijn voor ouderen, zoals mantelzorgondersteuning. Tenslotte ging een geestelijk verzorger van het Centrum voor Ontmoeten in Levensvragen in op hoe je kan omgaan met zingevingsvragen. Er was een opkomst van ongeveer 40 ouderen. De bijeenkomst werd positief geëvalueerd. Na de bijeenkomst ontvingen de ouderen een factsheet, waarin ze de informatie konden nalezen en waarin contactadressen waren opgenomen.

### 2) Bijeenkomst georganiseerd door en voor ouderen

Op 24 oktober is een bijeenkomst georganiseerd voor ouderen vanuit de klankbordgroep van het doelgroepspanel van Netwerk 100. De bijeenkomst werd gehouden in een wijkcentrum in Nijmegen, dat goed bereikbaar was. De werving werd gedaan via een email lijst van ouderen die vaker bijeenkomsten van Netwerk 100 bezoeken (9 aanmeldingen) en via de Brug, het lokale weekblad. De aankondiging van de bijeenkomst was op de voorpagina van de Brug verschenen, waardoor er extra 51 ouderen zich hadden aangemeld. Op deze bijeenkomst werd geen informatie verstrekt, maar ging men in 4 groepen uiteen, waarbij een oudere de gespreksleiding had. Iedere tafel had een aparte thema, zoals wonen, zingeving enz. Op elke tafel lagen gesprekskaarten en vragen (geselecteerd uit het Hop of/ Hop on- spel). Ook deze bijeenkomst werd positief geëvalueerd. De deelnemers gaven aan dat ze wel meer informatie hadden verwacht te krijgen. De sfeer was positief en men waardeerde dat er in oplossingen wordt gedacht en niet alleen problemen werden besproken.

## Evaluatie

De bijeenkomsten werden op dezelfde manier geëvalueerd via een place-mat, met open vragen waarop de deelnemers na afloop direct gevraagd werden te reflecteren. Ook konden ze hun telefoonnummer achterlaten zodat ze nog na-gebeld konden worden, omdat we benieuwd zijn of ouderen inderdaad actief aan de slag gaan met het nadenken over de toekomst.

Een groep HAN-studenten (van de minor Geriatrie /Gerontologie) is bezig met het uitwerken van de evaluatie en het na-bellen van ouderen. Eerste resultaat geeft aan dat mensen vooral blij waren met de informatie van de huisarts. Ze vonden het fijn om samen met elkaar te spreken over deze onderwerpen.

De ouderen die de groepsgesprekken hebben geleid hebben ervaren dat er goed naar elkaar werd geluisterd, dat er over en weer adviezen werden gegeven over hoe ze dingen hadden aangepakt.

#### Format

Op basis van deze ervaringen wordt nog een derde variant van deze soort bijeenkomsten uitgetoetst, waarbij er een mengvorm is van informatievoorziening en samen spreken over.

Nadat deze bijeenkomst is geweest en de evaluatie is uitgewerkt worden er van de 3 verschillende varianten een format opgeleverd en geplaatst op de site van NEO huisartsenzorg en Sterke Sociaal.