

“Groei, ontwikkeling en inspiratie”

**Van Gelders Platform voor en door Ouderen naar
Platform Studiekringen50plus**

De start van de dag

De voorzitter van het Platform, **Antoon Coster**, opent de dag en heet iedereen welkom, speciaal onze gasten: Hanneke Marcelis (Fonds NutsOhra), Daniëlle Jansen (NIVEL), Enny van Arkel en Ilse Nieuwland van Oud Geleerd Jong Gedaan, Esther Kleverlaan (Loo van Eck) en Aukje Konijn (webdesigner).

De bestuursleden van het Gelders Platform zijn blijven geloven in de meerwaarde van Studiekringen voor ouderen. En met de extra financiële impuls vanuit het Fonds NutsOhra kunnen we nu samen met Spectrum, Rijnbrink en het NIVEL de Studiekringen verder over het hele land promoten en uitbreiden.

Andrea Kuijpers van Spectrum (zij coördineert dit Project) vertelt hoe we het project van Fonds NutsOhra gaan uitvoeren. Na evaluatieonderzoek van het NIVEL, waarin deelnemers van bestaande Studiekringen door Daniëlle Jansen werden geïnterviewd, willen we landelijk gaan en tenminste **35** nieuwe kringen oprichten (met in totaal **525** nieuwe deelnemers!).

Ook willen we aandacht geven aan mensen met een fysieke beperking, zodat zij zolang mogelijk kunnen blijven meedoen met hun eigen studiekring, dan wel zich door hun beperking niet gehinderd voelen om zich aan te melden bij een studiekring. Dit gaan we bereiken met ambassadeurs, zoals Maurice de Greef (prof. dr. De Greef is als extern onderzoeker verbonden aan de Universiteit Maastricht en als professor Leereffecten Laagopgeleiden en Laaggeletterden aan de Vrije Universiteit Brussel) en Lourina de Voogd (verbonden aan de Koninklijke Bibliotheek, programma ‘Leven Lang Leren’). We organiseren train-de-trainerscursussen voor bibliotheekmedewerkers. We streven naar publicaties in Landelijke Dagbladen en in tijdschriften als Plus en Zin en proberen een interview bij Omroep Max te krijgen. Er is een nieuwe website opgezet en we hebben geïnvesteerd in nieuw PR-materiaal: flyers, posters en banners.

Jong geleerd - oud gedaan, maar dan net even anders

Enny van Arkel en **Ilse Nieuwland** vertellen over hun project Oud Geleerd Jong Gedaan (OGJG).

Beide vrouwen werken in de ouderenzorg en hebben daar vastgesteld dat er weinig aan cognitieve activiteiten wordt gedaan in verzorgingshuizen / buurthuizen. Zij brengen studenten en senioren bij elkaar, gericht op HBO en academisch kennisniveau. De studenten geven colleges over een specifiek vakgebied aan de senioren. In dit project leren jong en oud van elkaar. De studenten leren hoe zij in vier colleges van een uur hun specifieke onderwerp in begrijpelijke taal kunnen overbrengen aan de ouderen. Ze komen naar de bijeenkomsten van de ouderen toe. Op deze manier wordt er tegemoet gekomen aan fysieke beperkingen van ouderen. Per jaar worden ongeveer 800 ouderen via dit project bereikt.



Hoe hebben zij aan hun naamsbekendheid gewerkt?

Via lokale media, landelijke radio en TV: Tijd voor MAX. De reactie op dit programma was zo groot dat ze de vraag niet aankonden. Zij beperken zich nu tot de provincies Noord-Holland, Utrecht en Gelderland. Digitale media als Facebook en Twitter zijn prima voor korte boodschappen. De website geeft meer informatie; denk aan een korte tekst met veel foto's. Het uitdelen van flyers kan goed werken, maar het allerbelangrijkste is de mond-tot-mondreclame: *alle deelnemers zijn immers je ambassadeurs!*

Suggesties van Yvonne Sinkeldam (Rijnbrinkgroep): kunnen we na zo'n collegereeks een studiekering starten onder de aanwezige senioren of kunnen bestaande studiekeringen studenten inhuren voor colleges over een bepaald onderwerp? Enny en Ilse staan open voor mogelijke samenwerkingsverbanden tussen hun project OGJG en ons project Studiekeringen50plus.

OGJG en Studiekeringen kunnen elkaar zeker versterken.

Na afloop van de 4 colleges van OGJG kunnen zij hun bezoekers attenderen op de mogelijkheid om een studiekering op te starten. Maar u kunt ook als Studiekering initiatief een collegereeks van 4 colleges door OGJG organiseren. Dit kun je bijvoorbeeld 'breed' doen, samen met de plaatselijke bibliotheek, welzijn- of zorgorganisatie: nodig alle ouderen uit voor het college. Dat biedt ook een mooie gelegenheid om nieuwe studiekeringleden te werven.

Meer informatie via www.ogjg.nl

Studiekeringen en "lichamelijk ongemak" bij deelnemers

Daniëlle Jansen van het NIVEL presenteert de eerste resultaten van haar *onderzoek naar de meerwaarde van studiekeringen*. Zij richt zich eveneens op de vraag hoe we bij de studiekeringen mogelijk beter kunnen *omgaan met mensen met een fysieke beperking*. (problemen met het gehoor, met de ogen en met mobiliteit) Bestaande studiekeringen moeten zoveel veiligheid en respect aan elkaar bieden, dat de oudere met een fysieke beperking zijn/haar problemen in de kring kan bespreken, waarna er een oplossing bedacht kan worden. In de meeste gevallen past de groep zich gewoon bereidwillig aan.

Het kan anders zijn wanneer iemand met een fysieke beperking lid wil worden van een studiekering. Dan komt de balans in de groep ter sprake: die mag niet verstoord worden. De bijdrage van en de waardering voor de nieuwe deelnemer moeten opwegen tegen de 'belasting' die zijn/haar deelname met zich meebrengt voor de groep. Als de groep uit voldoende leden bestaat, zal deze balans minder snel verstoord worden.

Het is belangrijk om de 'criteria' voor deelname aan een studiekering helder te krijgen. Waar liggen de grenzen voor een nieuwkomer? In elk geval moet er een wederzijdse 'klik' zijn tussen de nieuwkomer en de leden. Men dient leergierig te zijn met een brede interesse. Ook kan men een bijdrage leveren in de vorm van een presentatie en men kan deelnemen aan de discussie. *Maar wanneer brengt men een eventuele fysieke beperking ter sprake?* Direct bij de kennismaking, of later? Over het algemeen wordt gezegd dat de leden zelf moeten aangeven wat hun beperkingen zijn en hoe die zo goed mogelijk ondervangen kunnen worden. Er komt een levendige discussie op gang die we omwille van de tijd uitstellen tot de middagsessie. (zie het verslag van workshop B)

Een lesje sociale beïnvloeding

Ilse Nieuwland (sociaal psychologe, OGJG) houdt een presentatie over "Sociale Beïnvloeding": hoe komt het bijvoorbeeld toch dat mensen als kuddedieren ergens achteraan lopen?

Enkele basisbegrippen in haar verhaal:

Sociale invloed: het effect op ons van woorden en daden van andere mensen. Die andere mensen hoeven zelfs niet fysiek aanwezig te zijn.

Conformisme: het zich aanpassen aan gedrag en opvattingen die in een groep heersen met als doel om geaccepteerd te worden.

Sociale cognitie: hoe mensen denken over zichzelf en de wereld om hen heen. In de hersenen, in de prefrontale cortex, ligt het gebied dat het sociale gedrag bepaalt. Dit gebied wordt pas ontwikkeld in de puberteit.

We kunnen informatieve (a) en normatieve (b) sociale invloed onderscheiden.

Bij a) hebben we te maken met de invloed van anderen als bron van informatie. We kennen allemaal wel het voorbeeld dat, hoe meer mensen er om een ongeval heen staan, hoe minder hulp er geboden wordt. Eén iemand moet het initiatief nemen en mensen aanspreken om hulp te vragen; wie belt 112, wie heeft een deken, enz.

Bij b) hebben we te maken met het feit dat iemand graag aardig gevonden wil worden. Hij past zich aan de groep aan, kleedt zich bijvoorbeeld volgens de mode van de groep. Dit is afhankelijk van de sterkte van de groep, de leeftijd, de nabijheid van de groep. We zien dit ook duidelijk in reclameboodschappen.

Hier zijn vier begrippen van belang:

1) autoriteit 2) identiteit 3) wederkerigheid 4) schaarste

Ad 1) Een autoriteit in een witte jas; let op kleding en taalgebruik. Als een autoriteit iets aanbeveelt, dan is het geloofwaardig.

Ad 2) Wat straal je uit? Een puppy wordt geassocieerd met Page toiletpapier; zachtheid.

Ad 3) Als je iets aangeboden krijgt, iets te proeven bijvoorbeeld, dan wil je iets terugdoen, bijvoorbeeld het product kopen.

Ad 4) Kansen suggereren: "Sla uw slag, dit is uw laatste kans, nu voor de helft van de prijs."

Al deze informatie kan ons ook helpen om het groepsproces in een studiekring beter te begrijpen. Bovendien is het van belang bij het schrijven van *het juiste persbericht* om nieuwe deelnemers voor de studiekring te werven.

's Middags is er een workshop over dit onderwerp: Workshop E (zie verderop in dit verslag)

We genieten van een smakelijke lunch.

Onderlinge ervaringen uitgewisseld

Onderling wordt er bijgepraat. Zo horen we bijvoorbeeld over kringen waar langzaam steeds minder mensen het voor elkaar krijgen om een onderwerp te presenteren. Of kringen die moeite hebben om voldoende leden te vinden dan wel te houden.

Maar gelukkig zijn er ook ideeën te over en is er inspiratie van andere kringen. Want er zijn nogal wat variaties mogelijk, zo bleek:

Kringen die wat minder frequent bij elkaar komen, zodat er minder druk is op de overgebleven leden. Kringen die naast actualiteiten en een uitgewerkt onderwerp ook steeds een gedicht bespreken. Kringen waarbij de leden allemaal een deel van eenzelfde thema uitwerken en zo samen aan een groot 'totaalonderwerp' werken. Kringen die met af en toe een boekbespreking nieuwe kansen scheppen. Een breed palet van kansen dus.

EN DAN

het DRAAIPUNT van de dag:

van Gelders naar LANDELIJK

Dan is het moment daar om van Gelders Platform naar Landelijk Platform te gaan. Door de steun van Fonds NutsOhra voor de jaren 2016 en 2017 is het Platform namelijk in staat om het concept Studiekringen **landelijk** uit te rollen.

Met de officiële ondertekening door Antoon Coster en Erna Roodzant wordt dit gesymboliseerd.

Vanaf nu zijn we

“Studiekringen50plus”



Die overstap vroeg wel om een nieuwe website

Toen was er dus, als consequentie van die stap naar “landelijk”, een nieuwe website nodig. Drie leden van een studiekring uit Apeldoorn hebben die ‘onder leiding van’ Aukje Konijn (webdesign) opgezet. Na een korte introductie over de ontstaansgeschiedenis volgt, na gezamenlijk aftellen, de ‘lancering’. **Jan Vreugdenhil** van de Werkgroep Website leidt ons kort rond door de nieuwe site.

www.studiekringen50plus.nl

Op de site vindt u uitgebreide informatie over de studiekringen. Bestaande kringen kunnen hiermee hun deelnemers informeren en leden kunnen leuke wetenswaardigheden met anderen delen. Twitter is in beeld. LinkedIn is mogelijk. En binnenkort Facebook. En het werkt allemaal ook op tablet en smartphone.

En voor buitenstaanders, aspirantleden en professionals is het een plek om ‘alles’ te weten te komen over studiekringen. Delen dus!



Inspiratiesessies: de workshops van deze middag

En toen was het tijd voor de workshops annex inspiratiesessies. En er was keus:

- *A *Hoe promoten we de studiekringen beter?*
- *B *Toch mee kunnen blijven doe aan de studiekring, ondanks . . .*
- *C *De rol van het Platform nu we landelijk gaan.*
- *D *Wat betekent de studiekring voor u?*
- *E *Het schrijven van een aantrekkelijk en effectief persbericht.*

Van elke workshop vindt u een korter of langer verslag:

A Hoe promoten we de studiekringen beter?

- Deelnemers aan de workshop 'promotie' hebben vooral met elkaar gediscussieerd over hoe de studiekringen levensvatbaar kunnen blijven of weer kunnen worden. Er zijn een paar kringen die dringend behoefte hebben aan uitbreiding.
- Er zijn ook positieve ervaringen. Er is nadrukkelijk gevraagd elkaars persberichten te mogen gebruiken en die te kunnen delen via de website. Berichten in huis-aan-huis-bladen blijken beter te werken dan in "de krant".
- Tips om de doelgroep proactief te benaderen: voorlichting via 'Pensioen in zicht', of deelname aan lokale 'uitmarkt'. Maak zo mogelijk ook gebruik van lokale media. In dit verband werd Angeliek Krüger van TV Gelderland genoemd.
- Mooie quote van Wim Bijlo over waarom de studiekringen en ontmoetingen zo belangrijk zijn: "Iedere mens die je ontmoet, vertelt iets wat je nog niet weet."

B: Toch mee kunnen blijven doen aan de studiekring, ondanks . . .

Daniëlle Jansen van het Nivel (Nederlands Instituut voor Onderzoek van de Gezondheidszorg) heeft onderzoek gedaan onder (ex-)leden van studiekringen.

Onderzoeksvraag: *Hoe kunnen mensen die in de loop van de tijd gaan kampen met lichamelijk ongemak toch blijven meedoen in de studiekring? En hoe gaan we ermee om als nieuwe mensen met zo'n 'handicap' zich aanmelden als lid?*

Voor bestaande leden is het eigenlijk geen probleem als mensen iets 'gaan mankeren'. Dat wordt in de groep opgevangen. Als dat nodig is worden ze opgehaald, ze hebben in de kring een goede plaats (bij zicht- of gehoorproblemen), er wordt gewoon rekening mee gehouden.

Voor wat betreft de aanmeldingen: het lijkt verstandiger om in wervende teksten niet expliciet te stellen dat de kringen er ook zijn voor mensen "met een fysieke beperking", maar om eenvoudig aan te geven "dat de studiekring er is voor iedereen".

Daarnaast wordt geconstateerd dat mensen meestal zelf afhaken omdat ze concluderen dat het niet meer gaat. Maar daarbij moet wel de kanttekening gemaakt worden dat als de groep denkt dat die constatering wel wat snel gemaakt wordt, er doorgaans via een 'hulpaanbod' gezorgd wordt dat een lid langer kan blijven deelnemen.

Het was geen onderwerp van het Nivelonderzoek, maar het is wel aangestipt als mogelijk probleem bij ouder wordende leden: mentale achteruitgang. Hoe gaan we om met mensen met psychische/cognitieve beperkingen. Het zou mogelijk een item kunnen zijn om later eens dieper op in te gaan.

Heldere voorlichting over deze zaken tijdens de startbijeenkomst voor een nieuwe studiekring kan onduidelijkheid hierover helpen voorkomen.

Verder moeten we misschien ook voorzichtig zijn met adviezen, hoe goed bedoeld ook. Mensen verschillen en wat voor de een werkt hoeft bij een ander niet 'dus' ook te helpen. Hier past dus bescheidenheid.

C De rol van het Platform nu we landelijk gaan.

Tijdens de ontmoetingsdag hebben **Andrea Kuijpers** (coördinator) en **Antoon Coster** (voorzitter) samen twee workshops over het Landelijk Platform geleid. Daarbij werd de vraag gesteld: *"Hoe kijk jij tegen een Landelijk Platform aan en wat moet een Landelijk Platform doen?"*

Aan tafel zaten studiekringleden die al twintig jaar bij een studiekring zaten, maar ook mensen die pas sinds kort deelnemer zijn van een studiekring.

De zaken die genoemd zijn:

- * Het is belangrijk om 'grip' op en contact te blijven houden met de bestaande studiekringen. Leden van een studiekring moeten de meerwaarde van een Platform blijven zien. Dat betekent dat het Platform zichtbaar moet zijn en aangeven wat zij te bieden heeft.
- * Op afroep helpen bij het opstarten van nieuwe studiekringen.
- * De ontmoetingsdag organiseren; kennismaken en uitwisselen van kennis en ervaringen.

- * Geen landelijke ontmoetingsdag. De afstand voor de deelnemers wordt dan te groot. Leden komen dan niet. Wel regionaal organiseren (waar studiekringen geconcentreerd zijn) en/of provinciaal.
- * Probeer het Landelijk Platform 'overbodig' te maken en start Provinciale Platforms op. Het Landelijk kan dan overkoepelende zaken oppakken.
- * Ambassadeurs / comité's van aanbeveling ook regionaal verdelen, zodat dit herkenbare gezichten zijn voor mensen.
- * Delen via Facebook om naamsbekendheid te vergroten.
- * Organiseer trainingen voor gespreksleiders die meer geschoold willen worden.
- * Studiekringen vinden het belangrijk om laagdrempelig te zijn. Dat wil zeggen dat de contributie zo laag mogelijk dient te zijn. Een extra contributie af te dragen aan een Landelijk Platform kan te veel zijn.
- * Het is belangrijk om als Platform zichtbaar te zijn en de meerwaarde goed aan te geven.
- * Dat kan ook door het geven van trainingen : training groepsleider-zijn: 'meer durven', hoe doe je dat?
- * Een tip werd gegeven om de bekendheid van de studiekringen te vergroten: bijv. via het NVVH Vrouwennetwerk.

Even werd de vrees geuit dat het Platform bepalend zou zijn bij het functioneren van de studiekring. Maar die vrees is onterecht. Andrea en Antoon hebben die misvattingen dan ook uit de weg geruimd. Want het uitgangspunt van Het Platform is de zelfstandigheid van de kringen. Het Platform bepaalt niet hoe een kring functioneert. Wel is zij vraagbaak als een studiekring vragen heeft over diverse onderwerpen (werven nieuwe leden, presentatietechnieken, gespreksleiding, etc).

Ter verheldering is het misschien goed te zien wat de statuten van studiekringen50plus (de nieuwe stichting) ervan zeggen:

De stichting heeft ten doel:

a. het ontwikkelen en het ondersteunen van plaatselijke studiekringen, het zorgdragen voor de identiteit van studiekringen, alsmede het bevorderen van de onderlinge band van plaatselijke studiekringen;

b. het verrichten van alle verdere handelingen, die met het vorenstaande in de ruimste zin verband houden of daartoe bevorderlijk kunnen zijn.

De stichting tracht haar doel onder meer te verwezenlijken door:

a. het opzetten van nieuwe studiekringen;

b. het aanbieden van trainingen voor begeleiders van studiekringen;

c. het verzorgen van informatie over ontwikkelingen en mogelijkheden;

d. het delen van ervaringen en ontwikkelingen van en met bestaande studiekringleden onder andere door het houden van de jaarlijkse Ontmoetingsdag voor de deelnemers aan de plaatselijke studiekringen.

Er hebben zich vier personen aangemeld om met ons mee te denken bij starten en vormgeven van een Landelijk Platform. Een datum wordt binnenkort gepland.

Zie ook de oproepjes helemaal onderaan dit verslag.

D "Wat betekent de studiekring voor u?" Enthousiasme op **FILM!**

Bij deze workshop kregen deelnemers de gelegenheid om op film te vertellen hoe belangrijk de studiekring voor hen is. Het resultaat: een filmpje van ruim 5 minuten dat verschillende ervaringen toont en dat het belang van studiekringen onderstreept.

En natuurlijk is ook dit te vinden op de site:

<http://www.studiekringen50plus.nl/ervaringen/filmimpressie-ervaringen-leden-diverse-studiekringen/>

De site en de film zijn natuurlijk geweldig goed in te zetten om anderen, met net zo'n brede interesse, te vertellen hoe de studiekring (ook u) bevalt. En ze ook enthousiast te maken.

E: Een aantrekkelijk en effectief persbericht schrijven is lastiger dan je zou denken.

Dat is vaak nog even wat anders dan gedacht, ja. Er zijn legio hulpjes en trucjes om een zo effectief mogelijk stukje op te stellen. Esther Kleverlaan wijdde ons in.

Een paar zaken die langs kwamen:

Verleid de lezer !

Houd steeds de lezer in gedachten: wat betekent je tekst voor de lezer?

Maak 't kort en houd de indeling helder: kop > intro > tekst (met waarschijnlijk tussenkopjes).

Deel tekst in onder meerdere kopjes (4 zinnen kan al genoeg zijn voor een nieuwe kop).

Bedenk steeds een creatieve kop: een goede smaakmaker is als een mooie verpakking.

Het slot van de dag.

Na de workshops waren we weer plenair bij elkaar. Organisatoren en de leden van de verschillende werkgroepen werden bedankt met een hand en een fles. We sloten een ontmoetingsdag af die kan worden getypeerd als een heel geslaagde dag. Want gevraagd naar reacties op deze dag waren de qualificaties die langs kwamen: fantastisch, mooi, goed, inspirerend.

Vervolgens ging ieder tevreden huiswaarts.

Nader nieuws over een volgende Ontmoetingsdag in 2017 volgt.

En er is nóg meer:

Dank, dank, dank

Dank natuurlijk weer aan alle leden die hieraan een bijdrage hebben geleverd en die hebben meegewerkt aan het slagen van deze dag!

En ook:

Organisatoren en studiekringleden die zich hebben ingezet voor het welslagen voor het 'Project Fonds NutsOhra' zijn hartelijk bedankt voor hun enorme inzet.

Actie? Ja, waarom niet?

Het filmpje is door studiekringen uiteraard goed in te zetten als promotiefilmpje, om uit te leggen wat deelname aan zo'n kring voor mensen kan betekenen.

Oproepjes

Wilt u

A meedenken met het vormgeven van het Landelijk Platform studiekringen50plus?

of **B** hebt u belangstelling om zitting te nemen in het Platform?

of **C** wilt u meedenken over de invulling van een dag (april 2017) waarop het Platform Studiekringen50plus zich presenteert aan professionals?

of **D** kunt u goed overweg met Facebook en wilt u een Facebookgroep voor de studiekringen helpen opzetten en levend houden?

Meld u zich dan aan! We kunnen uw hulp goed gebruiken.

Aanmeldingen via Andrea Kuijpers: a.kuijpers@spectrumelan.nl

Meer foto's van deze dag en het genoemde promotiefilmpje vindt u dus op uw eigen nieuwe site:

<http://www.studiekringen50plus.nl/nieuws/fotos/>

en sowieso heel veel informatie m.b.t. studiekepingen natuurlijk op:

<http://www.studiekringen50plus.nl>

Allemaal informatie die u uiteraard breed kunt delen met anderen die misschien geïnteresseerd zijn in studiekepingen.

I.R./M.d.J./W.D.