

**“Als je prettig in je stad wilt wonen, dan moet je daar ook zelf voor zorgen!”  
(inwoner van Zutphen, 72 jaar)**



Op 29 maart j.l. was de inspiratiebijeenkomst *‘de leeftijdsvriendelijke stad, hoe doe je dat?’* in Dat Bolwerck in Zutphen.

Een prettige, leeftijdsvriendelijke omgeving is niet alleen van betekenis voor oudere inwoners van nu, maar ook voor de toekomstige. Ouderen weten wat zij nodig hebben om plezierig oud te worden en zich thuis te voelen in de eigen buurt. Hoe kunnen zij hun stem laten horen en inbrengen wat voor hen belangrijk is en meedoen? Wat kunnen we leren van projecten

en initiatieven elders in het land waarin de betrokkenheid van inwoners een grote rol speelt? Deze vragen waren het uitgangspunt voor deze middag. De hoogtepunten leest u in deze impressie.

De middag werd geleid door **Frank du Mosch**, oud-presentator en oprichter van mediabedrijf van **The Broadcaster**, die de app *Locali* ontwikkelde. Dit is een online platform waar inwoners ideeën voor de wijk kunnen delen met de gemeente ([www.locali.nu](http://www.locali.nu))

**Sander Grootendorst**, journalist en dichter, vatte de middag samen met het gedicht ‘Leeftijdsvriendelijk’, en werd daarbij begeleid op de piano door **musicus Mariette Hehakaya**. Een filmpje en het gedicht zijn te vinden op onze website [www.leeftijdsvriendelijkestad.nl](http://www.leeftijdsvriendelijkestad.nl) en facebookpagina.



---

**Voor welke opgave staan we nu? Waar zit de spanning als het gaat om prettig oud worden in je gemeente?** Met deze vragen opent Frank du Mosch de bijeenkomst en het vraagt de aanwezigen te reageren.

**KERNWOORDEN: TOEGANKELIJKHEID, STEM KRIJGEN IN HET VOORTRAJECT, OUDEREN MOETEN ZELF HET INITIATIEF NEMEN EN HUN STEM LATEN HOREN.**

---

**Laura Christ**, projectleider van **Mobility Scouts** en samen met Inger Luijten de initiatiefnemer van deze bijeenkomst legt uit waarom het thema ‘prettig ouder worden’ zo van belang is om bij stil te staan: “Van burgers wordt verwacht dat zij zelf steeds meer verantwoordelijkheid nemen voor hun eigen welbevinden. We blijven langer thuis wonen en dat vraagt om antwoorden op de vraag: ‘hoe wil jij prettig oud worden?’ Wat is dan belangrijk? Ook gemeentes krijgen steeds meer verantwoordelijkheden in het vormgeven van de openbare ruimte en de omgeving (zoals de omgevingswet) en krijgen de opdracht daar burgers bij te betrekken. Het samenwerken tussen burgers en gemeentes is nog niet altijd vanzelfsprekend.”

Het doel van **Mobility Scouts** is: ouderen betrekken bij het creëren van een leeftijdsvriendelijke omgeving. Laura en Inger werken samen met vier andere landen aan dit Erasmus+ project. In alle landen zijn in samenwerking met ouderen trainingen gegeven en projecten opgezet om de leefomgeving te verbeteren. De ervaringen zijn geëvalueerd en verwerkt in een handboek en toolkit waarmee iederéén aan de slag kan. Lees daarover meer in de laatste **nieuwsbrief** op de website.

Mobility Scouts/ Leeftijdsvriendelijke stad gaat over bewustwording, een ander perspectief en nodigt uit: **“bekijk je omgeving eens door een leeftijdsvriendelijke bril”**. Als je weet wat van belang is om prettig oud te worden, kun je met die informatie ook naar je straat, buurt, dorp of stad kijken. Je kunt je ook laten inspireren door goede voorbeelden vanuit verschillende invalshoeken.



**Vier 'inspirators'** hielden een korte presentatie (links zijn te vinden op de website) waarmee zij antwoord gaven op de vraag: hoe betrek je bewoners bij het vormgeven van een prettige leefomgeving?



**Melanie Reekers, Wondernemer bij Spectrum** legt uit hoe zij in de wijk Brakkestein in Nijmegen de verbinding zocht en Wijkplaats BUUR creëerde, samen mét inwoners van de wijk én professionals. Succesfactor is de gemeenschappelijke wens om naar elkaar om te zien. Heel belangrijk was het vinden van voldoende financiering, en na 3 jaar kan BUUR zelfstandig draaien.

**KERNWOORDEN: KAN WÉL, KRACHT VAN HERHALING, WELKOM**

**Ellen Pot, initiatiefneemster van BASE-wonen** vertelt over haar proces om een kleinschalige woonvorm te creëren waarin bewoners zelf de regie houden en samenwerking en verbinding zoeken met de directe omgeving. Vrijwillige inzet van bedrijven in de omgeving bijvoorbeeld, of een beweegtuint bij de woningen waar mensen elkaar kunnen ontmoeten en samen bewegen. Ellen vertelt hoe besluitvormingsprocessen het proces vertragen en dat tijd en geduld succesfactoren zijn.



**KERNWOORDEN: PARTICIPATIE, ZELFREDZAAMHEID, SAMEN**



**Karsten Orth, ontwerper openbare ruimte bij de eenheid projecten, vastgoed en grond van de gemeente Apeldoorn**, richt zich niet op doelgroepen maar op een omgeving die geschikt is voor iedereen van 0 tot 100. In zijn werk is het een gegeven dat je in je visie op en bij de inrichting van de openbare ruimte de samenwerking zoekt tussen beslissers, bedenkers en bewoners. De vraag 'hoe verbind je fysiek en sociaal?' staat daarbij centraal.

**KERNWOORDEN: BETEKENIS, ZINGEVING, LEVENSGELUK**

**Eric Schoenmakers, PhD., Lecturer aan de Fontys University voor toegepaste gerontologie** vertelt over co-creatie en de kracht ervan. Co-creatie betekent dat samenwerkende partijen een gezamenlijk belang hebben, over dezelfde informatie beschikken en in dialoog met elkaar tot een oplossing komen. Te vaak heeft de gemeente of een bedrijf een voorsprong. Het pleidooi is: geef inwoners toegang tot informatie om de brug te slaan.



**KERNWOORDEN: RESPECT, VERBINDING, DIALOOG**



**Gertrude Klinkhamer, inwoner van Zutphen en schrijfster van het boek *Mooi oud zijn, mooi oud worden; een zoektocht*** neemt de aanwezigen even mee in het gesprek tussen 2 vrouwen over wat het proces van ouder worden voor hen betekent.

Op de website [www.mooioudzijn.nl](http://www.mooioudzijn.nl) kun je ook fragmenten beluisteren.

**KERNWOORDEN: RELATIVEREN, ZELFAANVAARDING, HUMOR**

Op [www.leeftijdsvriendelijkestad.nl](http://www.leeftijdsvriendelijkestad.nl) willen we informatie en inspiratie blijven delen. Werkvormen, bijeenkomsten, nieuws en andere informatie kunnen worden gestuurd naar [mobilityscoutsnederland@gmail.com](mailto:mobilityscoutsnederland@gmail.com)

---

De middag werd afgesloten met een nagesprek met álle aanwezigen. Wat zou een stip op de horizon kunnen zijn? De gedeelde wens is dat er aandacht en ruimte is voor het sociale, voor ontmoeting, voor omzien naar elkaar. Dat we ons niet laten afleiden door het hoge tempo waarin de maatschappij zich ontwikkelt en vernieuwt maar blijven zoeken naar écht contact met burens en naasten. En dat je je blijft afvragen wat je zélf kunt doen: een bankje voor de deur, aanbellen bij de burens, actief zijn en actief blijven, denken in mogelijkheden. Beleidsmakers moeten zich bewust zijn van de kracht en kennis die in gemeenschappen schuilt en deze aanspreken door het gesprek aan te gaan met inwoners. In het zoeken naar oplossingen is dialoog ook belangrijk, want wat een oplossing is voor de één, is dat niet voor de ander.

**KERNWOORDEN: BEWUSTWORDING, OMGAAN MET VERANDERING EN KADERS DIE NIET MEER PASSEN, GESPREK ORGANISEREN EN DIALOOG VOEREN**

---



Soundpoetry door Sander Grootendorst en Mariëtte Hehakaya

## Leefijdsvriendelijk

**Mag ik u iets vragen: waar is hier de wc?**  
**Wat een hels kabaal zeg, wilt u misschien duidelijker articuleren? Hoe kunnen ouderen (ik ben trouwens net zestig geworden), hoe kunnen ouderen zo hun stem laten horen?**  
**Wat, is de wc in de kelder? Onbereikbaar voor mij.**  
**De overheid doet ook al zo betuttelend.**  
Aah, zo is het beter, nu kan ik het goed verstaan. ik voel een muzikaal tapijt onder mijn voeten. U ook? Niet struikelen als je het tapijt betreedt, Laura en Inger. Hebben jullie je leefijdsvriendelijke bril wel op? Zijn jullie zelfredzaam genoeg? Relationeel autonoom. Dat is verstandig hoor, of je nu thuis wilt blijven wonen of niet. Plezierig ouder worden in stad, dorp of buurt, dat wil toch iedereen? Bereid je er tijdig op voor! Wees cocreatief, in Zutphen, Nijmegen, Borne, in Enschede en alle steden in Canada. Het kan snel gaan: zo zit je bij het Jeugdjournaal, en zo ben je beland bij Omroep Max. En moet je naar boven en beneden met de lift. Handig zo'n ding, van glas nog wel, maar hij moet wel werken. Anders voel ik me niet serieus genomen. Zo blijven we altijd maar boos op elkaar. Helemaal niet nodig, want we zijn samen BUUR en samen BASE.

We kunnen met al onze ikken samen zoveel verbindingen leggen, wij, of we nu 16 zijn of 91. We worden niet meer in de watten gelegd. We kunnen mooi oud worden, of nee: mooi oud zijn. punt nl. Daarover heeft iemand een boek geschreven: zij trekt zich het lot van ouderen aan die met hun rollators over de keitjes gaan: hun kiezen zitten verdorie achter hun oren! De sky is the limit. Nee, niet de sky: het nabije, lokale. We hebben een grote slag te maken. Fysiek en ook sociaal, vooral: sociaal, allemaal! Wees communicatief, denk niet zo in hokjes. Wat voor de een geldt, geldt niet voor de ander. Weg met de informatie-voorsprong! Daarom, mevrouw, nu dan toch eindelijk het antwoord op de vraag die u stelde. Nee, de wc voor u is niet in de kelder en het is ook geen stip aan de horizon. Het is hier de gang door, gelijkvloers. Dat weet ik, ik ben uw mobility scout. Ik zeg u één ding: Niemand in deze stad is te jong, niemand is te oud, en zeker nooit te oud voor muziek....

© Sander Grootendorst