

Eenzaamheid en het belang van het samenbrengen van generaties

een praktische gids voor uitwisseling tussen generaties



Lonely? Let's unite!

**Crossing borders
in health**

INHOUDSOPGAVE

1. Samenvatting	4
2. Achtergrond	5
2.1 Eenzaamheid	
2.1.1 Eenzaamheid, leeftijd en risicofactoren	
2.2. Vergrijzing en maatschappelijke uitdagingen	
3. Intergenerationele uitwisseling	7
3.1 Hoe wordt intergenerationele uitwisseling gedefinieerd?	
3.2 Wat zijn de potentiële doelen en voordelen van intergenerationele uitwisseling?	
3.3 Wat zegt de wetenschappelijke literatuur over intergenerationele initiatieven en eenzaamheid?	
4. Voorbeelden van intergenerationele initiatieven/programma's en organisaties	12
5. Referenties	30



1. SAMENVATTING

Intergenerationele uitwisseling als concept heeft de laatste jaren steeds meer aandacht gekregen, deels vanwege demografische veranderingen en maatschappelijke uitdagingen (zoals COVID-19).

Wat is het?

Waarom intergenerationele uitwisseling?

En **hoe** realiseer je zo'n uitwisseling?

Deze gids is bedoeld om te inspireren en praktische informatie en voorbeelden te geven van intergenerationele uitwisseling, en redenen waarom zo'n uitwisseling voordelig kan zijn. Deze gids kan daarom nuttig zijn voor professionals die werkzaam zijn in de sociale sector, de gezondheidszorg of het onderwijs (bijv. opbouwwerkers), beleidsmakers, NGO's, maar ook voor mensen die werken voor vrijwilligersorganisaties die meer willen lezen over en weten over intergenerationele uitwisseling.

In deze gids gaan we dieper in op hoe intergenerationele uitwisseling interessant kan zijn met betrekking tot het thema eenzaamheid.

De gids bestaat uit verschillende delen. De eerste delen (hoofdstuk 2 en 3) bevatten een meer theoretische achtergrond, terwijl het laatste deel (hoofdstuk 4) zich meer richt op de praktische kant, met een aantal (regionale) voorbeelden van initiatieven, projecten, maar ook van organisaties. Merk op dat deze gids en de hier gepresenteerde voorbeelden geenszins uitputtend zijn, maar vooral dienen ter inspiratie.

2. ACTERGROND

2.1 Eenzaamheid

Eenzaamheid treft ons allemaal wel eens in ons leven. Oudere volwassenen lopen echter een verhoogd risico om eenzaam te worden (6) door bijvoorbeeld het verlies van een geliefde of familielid (7). Wat bedoelen we met eenzaamheid? Ten eerste is het belangrijk op te merken dat alleen zijn niet hetzelfde is als je eenzaam voelen en omgekeerd. Eenzaamheid kan worden gedefinieerd als een subjectief gevoel van een discrepantie tussen iemands feitelijke versus het gewenste niveau en kwaliteit van sociale relaties (8) en kan worden onderverdeeld in emotionele en sociale eenzaamheid (9). Emotionele eenzaamheid verwijst naar, bijvoorbeeld, de afwezigheid van een intiem persoon, terwijl sociale eenzaamheid verwijst naar, bijvoorbeeld, de afwezigheid van een sociaal netwerk (10).

Eenzaam zijn is op zich al een onaangename ervaring, maar onderzoek toont aan dat eenzaamheid gepaard gaat met nog meer negatieve gevolgen, waaronder een verhoogd risico op dementie (11) een verhoogd risico op mortaliteit, risico op hart- en vaatziekten en verdere geestelijke gezondheidsproblemen (12). Bovendien toont onderzoek aan dat mensen een stigma kunnen ervaren dat verband houdt met zich eenzaam voelen (13) zodat het voor iemand niet altijd gemakkelijk is om over eenzaamheid te praten.

2.1.1 Eenzaamheid, leeftijd en risicofactoren

Hoewel eenzaamheid vaak wordt geassocieerd met oudere mensen, kan iedereen zich op een bepaald moment in zijn leven eenzaam voelen. Eenzaamheid blijkt ook veel voor te komen bij jongvolwassenen (14, 15). De levensgebeurtenissen die een gevoel van eenzaamheid teweegbrengen, kunnen echter verschillen tussen leeftijdsgroepen en generaties. Terwijl bijvoorbeeld in de jongere generatie levensgebeurtenissen zoals het verlaten van huis om te gaan studeren aan een universiteit het risico op eenzaamheidsgevoelens kunnen vergroten, kunnen bij oudere volwassenen levensgebeurtenissen zoals pensionering of het overlijden van een goede vriend of partner een belangrijke rol spelen.

2.2 Vergrijzing en maatschappelijke uitdagingen

De wereldbevolking vergrijst snel (16, 17) en in ontwikkelde landen is vergrijzing een belangrijk maatschappelijk verschijnsel geworden (18) welke verschillende medische en sociale uitdagingen omvat. Daartoe behoren bijvoorbeeld ageïsme, gedefinieerd als stereotypering van en een negatieve kijk op ouderen (17). Bovendien komen culturele waarden zoals individualisme steeds meer voor in de samenleving (19) en kunnen het effect van eenzaamheid op de gezondheid matigen (20).

Een andere uitdaging heeft te maken met digitalisering. Deze digitalisering is in een versneld tempo toegenomen vanwege de COVID-19 pandemie (21). Hoewel dit ook bepaalde voordelen heeft opgeleverd, is er ook een keerzijde omdat niet iedereen in staat is om zijn weg te vinden in het digitale landschap. Deze digitalisering kan dus een bedreiging vormen voor de sociale inclusie van, onder andere, oudere volwassenen (22). Bovendien kan dit mogelijk leiden tot een toenemende kloof tussen generaties.

In haar rapport over vergrijzing noemt de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) het bevorderen van intergenerationale contactinterventies als een van de drie strategieën voor het terugdringen van leeftijdsdiscriminatie (23). Het samenbrengen van jongere en oudere generaties door middel van intergenerationale initiatieven kan een positievere kijk op ouder worden stimuleren (24). Daarom moet de solidariteit tussen de generaties worden versterkt (25) en uitwisseling tussen generaties te vergemakkelijken (22, 26). Omdat eenzaamheid ook onder jongeren veel voorkomt, is het van belang om generaties met elkaar te verbinden en gesprekken over eenzaamheid te openen, omdat ook dit mensen zal helpen elkaars perspectief beter te begrijpen.

3. INTERGENERATIONELE UITWISSELING

3.1 Hoe wordt intergenerationale uitwisseling gedefinieerd?

Intergenerationele uitwisseling kan worden gedefinieerd als een uitwisseling tussen twee generaties, d.w.z. jongere, meestal 24 jaar of jonger, en oudere leeftijdsgroepen, meestal 50 jaar en ouder (4, 27). Uitwisseling kan betrekking hebben op kennis, ervaring, maar ook op interactie in de vorm van activiteiten. Deze uitwisseling kan worden gerealiseerd door deel te nemen aan een programma of interventie die gedeelde en doelgerichte interactieve activiteiten omvat en die in verschillende settings kan worden geïmplementeerd (18). Deze activiteiten, die voordelig moeten zijn voor alle deelnemers, kunnen gestructureerd of spontaan zijn. Het is echter essentieel dat de intergenerationale uitwisseling rond beide generaties is opgebouwd en niet slechts op één generatie is gericht.

! Intergenerationele uitwisseling kan ook familiaal of verwantschapsgerelateerd zijn. In deze gids richten we ons expliciet op niet-familiale uitwisseling.

3.2 Wat zijn de potentiële doelen en voordelen van intergenerationale uitwisseling?

Er kunnen gemeenschappelijke behoeften en ervaringen bestaan die zowel jong als oud raken, zoals de ervaring van zich eenzaam voelen of de behoefte om zich opgenomen te voelen. Contacten en uitwisselingen tussen generaties kunnen daarom wederzijds begrip kweken en gemeenschappelijke banden tussen generaties helpen opbouwen.

Naast meer begrip zijn er nog veel meer voordelen van uitwisseling tussen generaties. Deze omvatten het vergroten van sociaal contact tussen generaties, het verminderen van negatieve percepties van de andere generatie (denk aan ageisme), het creëren van betekenisvolle relaties en het bevorderen van leren, emotionele en sociale groei (18, 27, 28, 29, 30). Dit vervolgens ook leiden tot andere fysieke en psychologische gezondheidsresultaten, waaronder een verbeterd mentaal welzijn en minder gevoelens van eenzaamheid.

Céline Dupont en Melina Tesson (2010) schreven een boek over het ontwikkelen van intergenerationele acties en ontwikkelden een tabel met voorbeelden van de voordelen van intergenerationele uitwisselingen op basis van uitwisselingen met actoren in het veld. Zie hieronder een overzicht zoals vermeld in hun boek “Comment développer une action intergénérationnelle (3)”.

Voor de jongere generatie zorgt de ontmoeting met andere generaties voor ...	Voor de middengeneratie maakt de ontmoeting met andere generaties ...	Voor de oudere generatie maakt de ontmoeting met andere generaties ...	Voor alle generaties, ...
leren over ouder worden	zich nuttig voelen, zin geven aan je leven	productief en actief zijn; zich nuttig voelen; iemands ervaring, iemands geschiedenis overbrengen	een meer inclusieve en tolerante samenleving helpen opbouwen
leren over cultureel en historisch erfgoed	een actieve burger worden	nieuwe technologieën leren, nieuwe kennis opdoen, vertrouwd raken met recente ontdekkingen	Je standpunt over elkaar veranderen, je geest openen.
het openen van de geest, het stimuleren van leren over het leven, over menselijke relaties	levenservaringen doorgeven en die van iemands voorouders doorgeven	eenzaamheid en/of isolement doorbreken	het verbeteren van interpersoonlijke, sociale en communicatieve vaardigheden
het overbrengen van iemands realiteit, iemands kijk op het leven	een intergenerationeel perspectief introduceren in de werkcontext	nieuwe interpersoonlijke relaties aangaan	eigenwaarde en identiteitsvorming stimuleren
ingeschreven staan in de menselijke geschiedenis en in de eigen persoonlijke geschiedenis, een eigen identiteit opbouwen	accepteren dat ouder worden bij het leven hoort	toenadering tot kleinkinderen, kinderen	toenemende levenservaring, volwassenheid

3.3 Wat zegt de wetenschappelijke literatuur over intergenerationele initiatieven en eenzaamheid?

Hoewel er weinig substantiële wetenschappelijke literatuur bestaat over intergenerationele initiatieven en hun (potentiële) rol in het verminderen van eenzaamheid, wijst bewijsmateriaal op een potentiële rol voor het samenbrengen van generaties om eenzaamheid aan te pakken. De onderstaande voorbeelden zijn grotendeels onderzocht tijdens de COVID-19 pandemie.

Bijvoorbeeld, Xu, Fields (31) onderzochten een **telefonisch intergenerationeel programma** (“Big and mini”) dat wekelijkse telefoongesprekken stimuleerde en dat specifiek was ontwikkeld om oudere volwassenen (55+) te helpen om te gaan met sociaal isolement en eenzaamheid tijdens de COVID-19 pandemie door hen in contact te brengen met jongere mensen (18+). De resultaten toonden aan dat dit intergenerationele programma het intergenerationeel leren en verbinden verhoogde en bijdroeg aan het omgaan met eenzaamheid, naast andere resultaten. Bovendien waren er wederzijdse voordelen voor de deelnemers. Een ander voorbeeld omvatte het concept van **omgekeerd mentorschap**, een benadering waarbij jongere mensen ondersteuning en kennis bieden

aan oudere mensen. In hun pilotstudie hebben Juris en collega’s (32) een omgekeerd mentorprogramma onderzocht (een aanpassing van het Cyber-seniors mentorprogramma) waarin universiteitsstudenten een mentor waren van oudere volwassenen (50+; gemiddelde leeftijd in dit onderzoek 74 jaar) op het gebied van technologie. Dit programma werd geïmplementeerd tijdens COVID-19 en ontdekte dat eenzaamheid significant verminderd was bij oudere volwassenen, maar niet bij studenten. Oudere volwassenen zeiden dat ze nieuwe manieren hadden geleerd om met vrienden en familie om te gaan vanwege de nieuwe vaardigheden die ze hadden geleerd. De bevindingen van deze pilotstudie suggereren dat dit online omgekeerde mentorprogramma de sociale resultaten bij oudere volwassenen verbetert wanneer persoonlijk contact moeilijk is.

Een derde voorbeeld is **virtueel service learning**. Serviceleren is een aanpak gebaseerd op ervaringsleren, vaak toegepast om sociale problemen op te lossen. Ramamonjarivelo, Osborne (33) onderzochten de effectiviteit van een intergenerationeel virtueel service-learningprogramma tijdens COVID-19. Een groep studenten werd toegewezen aan een ‘service-learning project’ waarbij ze werden gekoppeld aan senioren (er werden geen leeftijden genoemd)

die in gemeenschappen rondom de universiteit woonden. De studenten werd gevraagd om minstens 30 minuten virtuele interactie per week te hebben met de senioren (bijv. Zoom of sms). De resultaten toonden aan dat eenzaamheid (gemeten met UCLA) significant afnam tussen pre- en post-test (pre-test 73,7, post-test gemiddelde 68,3). Bovendien toonde deze studie aan dat service-learning ook leidde tot een minder negatieve kijk op ouder worden (en/of ageism). Een laatste voorbeeld uit de literatuur bestaat uit **intergenerationele groepsreminiscentie**, een concept waarbij deelnemers persoonlijke ervaringen en gebeurtenissen uit het verleden delen. In hun studie Gaggioli, Morganti (34) een intergenerationele groepsinterventie voor reminiscentie onderzocht. Deze interventie bestond uit het vormen van gemengde senioren-studentengroepen die elke week gedurende twee uur bij elkaar kwamen met als doel het bekrachtigen van oudere volwassenen en het verbeteren van de perceptie van veroudering bij kinderen. Deze sessies werden geleid door een psycholoog die de deelnemers uitnodigde om herinneringen te delen (verhalen vertellen) en met elkaar in gesprek te gaan. Het ging bijvoorbeeld om verhalen over vroegere banen en beroepen.

De resultaten suggereren dat deze interventie een

positief effect had op het psychosociale welzijn van oudere volwassenen, waaronder een significante afname van gevoelens van eenzaamheid.

De hierboven gepresenteerde onderzoeken zijn slechts enkele voorbeelden (d.w.z. niet uitputtend) van intergenerationele programma's die wetenschappelijk zijn geëvalueerd. In het algemeen kan worden gesteld dat intergenerationele initiatieven of programma's het potentieel hebben om gevoelens van eenzaamheid te verminderen. Het is echter goed om in gedachten te houden dat er nog steeds meer wetenschappelijk bewijs nodig is, ook in termen van replicatie van de studies naar andere contexten en populaties. Verder bestaat er heterogeniteit in termen van steekproefgrootte (grotere steekproefgroottes zijn gerechtvaardigd), follow-up en andere aspecten.

De wetenschappelijke literatuur laat slechts een glimp zien van wat in feite een breed scala aan intergenerationele initiatieven en programma's is. Er bestaan veel meer van dit soort initiatieven, hoewel ze vaak geen onderwerp van onderzoek zijn geweest. In het volgende hoofdstuk beschrijven we enkele initiatieven, programma's en organisaties in België, Duitsland en Nederland die als inspiratie kunnen dienen voor intergenerationele uitwisseling.

Welke factoren bepalen het succes van een intergenerationeel programma? Peters, Ee (1), Giraudeau en Bailly (4) en Amyot (5) hebben een aantal praktische aanbevelingen en succesfactoren beschreven (zie de bronnen voor het volledige overzicht):

- Zorg voor rechten en respect voor iedereen die deelneemt.
- Activiteiten moeten zinvol zijn.
- Geef vooraf informatie over de jongere/oudere deelnemers.
- Interactie moet regelmatig en frequent zijn.
- Zoek een locatie die geschikt is voor beide generaties.
- Deelnemers moeten zich nuttig en competent voelen.
- Neem voldoende tijd om ervoor te zorgen dat je het begrijpt.

Wat niet te doen?

Twee generaties samenbrengen is niet genoeg. Intergenerationele uitwisseling moet doordacht en georganiseerd zijn. (2).

Tip

Denk bij de communicatie van een intergenerationeel evenement na over de communicatiekanalen (flyers, kranten, sociale media). (3)

4. VOORBEELDEN VAN INTERGENERATIONELE INITIATIEVEN/PROGRAMMA'S EN ORGANISATIES

Binnen het project EuPrevent PROFILE hebben we een trainingshandleiding ontwikkeld voor het organiseren en creëren van een intergenerationele dialoog door middel van een burgertop. In de verschillende regio's werden verschillende burgertoppen georganiseerd. De deelnemers, jong en oud, waren zeer positief over deze bijeenkomsten en spraken hun verbazing uit over het feit dat mensen van totaal verschillende generaties dezelfde gevoelens van eenzaamheid kunnen ervaren. Meer weten? Bezoek [onze website](#).

Op de volgende pagina's laten we je kennismaken met verschillende voorbeelden van intergenerationele initiatieven, projecten en organisaties. Aangezien er veel meer voorbeelden bestaan, is dit overzicht puur bedoeld ter inspiratie en om te benadrukken dat dergelijke voorbeelden verschillende vormen en benaderingen kunnen aannemen, variërend van samen koken of samen een film kijken tot het delen van accommodatie. Een van de cruciale elementen voor een succesvolle implementatie is het hebben van de middelen (zowel financieel als sociaal). Verder is het belangrijk om na te denken over manieren om duurzaamheid te garanderen.



“Ik heb gemerkt dat er bij alle generaties vergelijkbare problemen zijn”

Deelnemer (81 jaar), deelnemer aan een intergenerationele burgertop

OMA'S SOEP

De Nederlandse stichting Oma's soep (ENG: Grandma's Soup) organiseert wekelijkse activiteiten zoals kookdagen en Soep aan Huis-dagen. Daarnaast organiseert Oma's Soep vaak evenementen. Deze evenementen zijn een speciale traktatie voor ouderen.

“Kookdagen geven zin en plezier”

Tijdens de kookdagen maken vrijwilligers en oudere deelnemers een praatje terwijl ze groenten snijden. Terwijl de soep kookt, spelen de vrijwilligers en de ouderen meestal een spelletje. Als de soep klaar is, sluiten ze de dag af door samen van hun zelfgemaakte soep te genieten. De ouderen genieten enorm van de kookdagen. Bovendien waarderen ze het contact met de jonge vrijwilligers. Het structurele contact en de verse soep zijn goed voor hun gezondheid. Deze kookdagen zorgen voor zingeving en plezier.

Op Soep aan Huis-dagen brengen de vrijwilligers wekelijks een bezoek aan de oudere deelnemers, met pakketjes vol heerlijke soep, een motiverende kaart en een verrassing voor thuis. Het doel is om een moment te creëren om samen een lekker kopje koffie te drinken, een wandeling te maken of een andere activiteit te ondernemen.

De Oma's soep stichting faciliteert deze evenementen voor ouderen en houdt toezicht op de studentenbesturen van de verschillende Oma's soep-steden. Elke 'Oma's soep stad' wordt bestuurd door een jaarlijks studentenbestuur. De studentenbesturen zijn verantwoordelijk voor het organiseren van de activiteiten en evenementen voor de ouderen ter plaatse.

MEER WETEN? GA DAN NAAR:
OMASSOEP.NL

1TOIT2AGES

1Toit2Ages is een Belgische organisatie die jonge werknemers of studenten in contact brengt met oudere mensen die graag iemand in huis willen nemen. Ze houden toezicht op het creëren van paren en de duur van het samenwonen. Ze bieden deze mensen ook activiteiten aan, individueel of in duo's (workshop, maaltijden in september, enz.). Momenteel ontwikkelen ze een nieuwe tak: het verhuren van een kamer voor jongvolwassenen in verzorgingstehuizen.

Tot nu toe is het een groot succes. Jongeren zijn blij dat ze goedkope huisvesting vinden waar ze ook een beetje geld kunnen verdienen door activiteiten uit te voeren en waar ze andere mensen kunnen ontmoeten. De ouderen zijn ook blij om nieuwe contacten op te doen en deel te nemen aan verschillende activiteiten. Een jongere runt bijvoorbeeld een bar van 17.00 tot 19.00 uur en dit heeft nieuw leven in het verpleeghuis gebracht.

“Het is geruststellend voor de persoon en de familie om er niet alleen voor te staan”

Intergenerationeel:

Het belangrijkste is om goede connecties te creëren: een belangrijk aspect is dat de persoon niet alleen financiële steun zoekt, maar ook anderen wil ontmoeten en met hen wil delen. Het is belangrijk om tijd te investeren in het goed selecteren van de twee mensen, om er zeker van te zijn dat ze aan de verwachtingen en behoeften van de ander voldoen. De connecties moeten ook de tijd nemen om de juiste contacten te leggen.

Het is belangrijk dat de organisatie aanwezig is en de rol van derde partij op zich kan nemen als er moeilijkheden zijn (voor bemiddelingsdoeleinden, enz.).

Bij dit soort intergenerationele uitwisseling is het belangrijk om een overeenkomst op te stellen. Er is geen huurverplichting, maar het is noodzakelijk om het samenwonen te kunnen inkaderen en dat de twee deelnemers zich met elkaar verbinden.

Het is ook essentieel om ervoor te zorgen dat het een oprechte wens is van de betrokken personen en niet van het gezin (bijvoorbeeld een kind dat niet wil dat zijn ouder alleen is of een gezin dat op zoek is naar een oplossing voor het kind). Als het verzoek niet van de betrokkenen zelf komt, zal het niet werken.

Vaak is het moeilijkste voor mensen om te beginnen. We moeten de tijd nemen om hen te informeren en de organisatie moet goede ondersteuning bieden.

Samenwonen: de feedback is zeer positief. In totaal zijn er inmiddels meer dan 4.000 connecties gevormd. Oudere deelnemers melden dat deze uitwisseling nieuw leven brengt, "nu wacht ik op iemand". Het stelt de persoon en zijn familie ook gerust dat ze er niet alleen voor staan als ze vallen of een ander ongeluk meemaken. Voordeel voor de jongere: biedt een meer geruststellende en rustige ruimte. Het creëert uitwisseling rond en met de oudere persoon. Bovendien blijven oudere deelnemers meestal langer thuis, gebruiken ze minder medicijnen en blijven ze zelfstandiger.



MEER WETEN? GA DAN NAAR:
1TOIT2AGES.BE

EXPRESSION DE SAGESSE

“Expression de Sagesse” is een initiatief dat werd ontwikkeld in Wallonië. Deze vereniging begeleidt senioren bij het fictionaliseren van hun persoonlijke ervaringen en het overbrengen ervan via kinderboeken die ze samen met jonge illustratoren creëren. Er worden schrijfworkshops georganiseerd in verzorginstehuizen. Elk duo werkt enkele maanden samen en creëert een jeugdalbum. Dit project is gebaseerd op het idee dat iedereen iets heeft om door te geven en dat mensen op elke leeftijd kunnen leren en creëren. Het ontwerpen en lezen van deze albums slaat bruggen tussen generaties die zelden de kans hebben gehad om met elkaar in contact te komen. Er worden ook ontmoetingen georganiseerd in scholen tussen auteurs, illustratoren en jonge lezers. “Expression de Sagesse” geeft een positieve visie op ouder worden. Dit initiatief wil de plaats van senioren in de samenleving heroverwegen en hun kennis en vaardigheden vergroten door uitwisseling tussen generaties.

“Iedereen heeft dingen over te brengen”

De grootste uitdaging:

De financiering van dit initiatief is vanaf het begin onze grootste uitdaging geweest. Het idee voor dit initiatief werd geboren in 2013 en de eerste schrijfworkshop in een verpleeghuis vond plaats in 2016. Sinds de lancering van dit initiatief zijn we niet gestopt met “kloppen op deuren” voor steun, maar zonder veel succes. We houden echter vol en hebben het succes en de lange levensduur van ons project te danken aan de solidariteit en onvoorwaardelijke steun van onze weinige vrijwilligers. We hebben drie crowdfundingcampagnes gevoerd om onze boeken te drukken. Tot op heden bestaat onze collectie uit 11 albums.

“Mensen kunnen op elke leeftijd leren en creëren”

Een anekdote:

Ons eerste boek kwam uit in december 2017, Marie-Thérèse (Zette), de auteur was 87 jaar oud.

In januari gingen we naar een klas in de derde klas om het boek aan de kinderen voor te stellen. Zette arriveerde op school, moeizaam lopend en met hulp van haar rollator. We installeerden ons in het klaslokaal en wachtten op de leerlingen die pauze hadden.



Een jongetje kwam het tweetal, Zette en Colin (de illustrator), ontmoeten. Zette's ogen begonnen te stralen. We stelden kort het album voor en toen begon Zette haar verhaal voor te lezen. Ze zat voor de kinderen. Halverwege het boek, gedreven door de vele vragen van de leerlingen, stond Zette op en begon de kinderen die hun vinger opstaken te ondervragen, zoals ze altijd had gedaan tijdens haar carrière als lerares.



Wat we voor ons zagen was een leerkracht vol energie. Die dag gebeurde er iets en begreep ik de impact die dit initiatief kon hebben, en zelfs nu nog, als ik twijfel, hoef ik alleen maar aan dat moment terug te denken om mijn volledige motivatie te vinden.

MEER WETEN? GA DAN NAAR:
EXPRESSIONDESAGESSE.COM

ADOPTIE PROJECT: JONG ADOPTEERT OUD

Het Adoptieproject: jong adopteert oud is een Nederlands intergenerationeel initiatief dat is gebaseerd op het creëren van een verbinding tussen een basisschool en een verpleeghuis (dichtbij) en leerlingen in contact brengt met mensen met dementie. De kinderen krijgen een les over dementie van een getrainde vrijwilliger en na deze les bezoeken ze het verpleeghuis, vaak in kleinere groepjes. Tijdens deze bezoeken ondernemen de kinderen allerlei activiteiten met de mensen met dementie, zoals samen schilderen, samen koken of samen spelletjes doen. Samen is het sleutelwoord. Het Adoptieproject heeft als doel het stigma en taboe rond dementie te verminderen, kinderen de wereld van mensen met dementie te laten begrijpen en het welzijn van mensen met dementie te verbeteren. Dit eenvoudig op maat te maken initiatief is een samenwerking tussen Alzheimer Nederland en Alzheimer Centrum Limburg, Maastricht, Nederland.

“Het bezoek tovert een glimlach op het gezicht van ouderen met dementie”

Uitdaging:

Sinds de COVID-19 pandemie kan het soms een uitdaging zijn om scholen te motiveren om deel te nemen aan het Adoptieproject (omdat ze al een vol programma hebben). Om deze uitdaging te overwinnen, proberen we te benadrukken hoe op maat gemaakt en flexibel dit initiatief is, maar ook hoe goed het past in de rol van actief burgerschap. Op basis van de behoeften en wensen (bijv. frequentie, duur, soort activiteiten) proberen we een verbinding op maat te creëren.

Succesverhaal:

Er kunnen veel succesverhalen worden aangehaald. Bijvoorbeeld: “Ik heb een bonus oma!”, zegt een leerling enthousiast na een bezoek aan de mensen met dementie in een zorginstelling. De kinderen genieten niet alleen erg van de bezoeken, maar leren ook de wereld van mensen met dementie kennen en begrijpen. Een van de leerkrachten van de school gaf aan: ‘De gastles gaf de kinderen veel uitleg vooraf. Je merkt dat de bezoeken daardoor minder ‘overprikkeld’ zijn voor de kinderen, omdat ze weten wat ze kunnen verwachten.’ Het bezoek tovert een glimlach op het gezicht van een oudere persoon met dementie.



Een medewerker van een zorginstelling vertelt hoe waardevol het project is voor de bewoners: 'Het stimuleert de bewoners om contact te maken en plezier te hebben'. Daarnaast merken ze dat het bezoek een ontspannen en prettige sfeer creëert.

MEER WETEN? GA DAN NAAR:
ALZHEIMER-NEDERLAND.NL

ENTR'ÂGES

Entr'âges is een vereniging met als missie het bevorderen van banden tussen mensen van verschillende generaties in een dynamiek van solidariteit en wederkerigheid. De vereniging houdt zich ook bezig met sensibilisering en de strijd tegen het agisme door evenementen en projecten te organiseren in de hele Federatie Wallonië-Brussel.

De organisatie heeft ook een uniek Documentatiecentrum in België dat gespecialiseerd is in de problematiek van ageism, intergenerationale en sociale aspecten van het ouder worden en dat toegankelijk is voor iedereen die beroepsmatig of privé geïnteresseerd is in dit thema.

Er zijn twee soorten intergenerationale evenementen:

1. Creëer een tijd van uitwisseling waarin het doel is om te werken aan de intergenerationale uitwisseling.
2. Creëer een tijd van uitwisselen en delen die leidt tot de intergenerationale uitwisseling.

Dit vereist het definiëren van basisdoelstellingen. Soms was een evenement helemaal niet bedoeld met een intergenerationale focus, maar werd het dat alleen door de mensen die zich inschrijven.

Aan deze intergenerationale momenten kan ook worden gewerkt door de focus op "levenslang leren", waarbij wordt uitgelegd dat mensen een plaats hebben in de samenleving en dat deze vervuld moet worden. Dit geeft de kracht om samen te bouwen, tussen generaties.

Het komt zelden voor dat verschillende generaties elkaar buiten de familiecontext ontmoeten. Het is daarom ook een belangrijke uitdaging voor de samenleving. Als je het kinderen vraagt, blijkt dat ze niet echt een intergenerationale vriendschap hebben.

Uitwisselingen tussen generaties zijn niet gemakkelijk op te zetten. Er moet een punt van uitwisseling zijn, een dynamiek van wederzijdse uitwisseling, een noodzaak vinden om de ander te ontmoeten. Iedereen moet iets uit de ontmoeting halen. We moeten uitvinden welke collectieve grond er bestaat, want soms zijn er veel verschillen en misverstanden in hoe de ander de wereld ziet.

Deze uitwisselingsmomenten zijn soms erg stereotiep, bijvoorbeeld uitwisselingen waarbij je leert hoe je het internet moet gebruiken of iets dergelijks, maar dit is niet het enige thema waarop wederkerigheid kan bestaan.

In de maatschappij zorgt de jongere deelnemer in een relatie (de oudere persoon is vaak in zorg, heeft steun nodig) ervoor dat alles goed gaat, dat hij/zij zich aan zijn/haar afspraken houdt, enz. Dit is geen wederkerige situatie. Het is ook een grote uitdaging voor verpleeghuizen: deze zijn vaak alleen gericht op zorg, zowel in activiteiten als in het budget. Het welzijn van ouderen hangt echter niet alleen samen met de ontvangen zorg, maar is multidimensionaal. We mogen niet vergeten dat de mensen in de zorginstellingen volwaardige burgers zijn en we moeten in staat zijn hen hun plaats en hun handelingsbevoegdheid te geven. In verpleeghuizen is het ook belangrijk om de ontmoeting met de bewoners op te bouwen, om hen bij dit moment te betrekken.

Het begrip tijdelijkheid is ook belangrijk. Er kan een eenmalige ontmoeting zijn, maar dan zijn we meer in een staat van bewustzijn. Als we echt willen verbinden, moeten we er de tijd voor nemen. De keuze van de activiteit is zelfs nog belangrijker, omdat deze voor iedereen interessant moet zijn om de deelnemers bij te betrekken.

Er is ook de uitdaging van ruimte: een ruimte vinden die voor iedereen toegankelijk is, terwijl oudere mensen soms moeite hebben met bewegen.

We moeten gaan waar de mensen zijn. Vergaderingen zijn niet altijd mogelijk in een gemeenschappelijke ruimte. In dat geval werken we via correspondentie (schrijven, opnemen, enz.).

Een ander belangrijk aspect is interculturaliteit. Deze bijeenkomsten kunnen niet alleen verrijkt worden door de verschillende generaties, maar ook door de verschillende culturen van de deelnemers. Dit vereist voorzichtigheid, omdat het soms momenten van delen en interesse voor elkaar kan opleveren, maar we kunnen ook een kloof zien met mensen die een negatieve kijk hebben omdat ze uit verschillende culturen komen. Elke keer is het belangrijk om de groepsdynamiek goed voor te bereiden en te onthouden dat we allemaal op hetzelfde niveau zitten. Zulke momenten stellen ons ook in staat om te werken aan stereotypen die te maken hebben met cultuur.

Deze momenten zijn ook heel belangrijk om stereotype meningen over generatie en leeftijd te bestrijden. Beide uiteinden van het leeftijdsspectrum worden vaak gedefinieerd door hun leeftijd: te jong voor dit, te oud voor dat, enz. Er is meer complexiteit nodig bij het definiëren van generatie op de uiterste leeftijden.

Er zijn intergenerationele stereotypen (jonge mensen begrijpen niets, oude mensen zijn te star, enz.) maar ook intragenerationele stereotypen: soms isoleer je jezelf in het stereotype van je generatie (ik ben te jong om mijn mening te geven, enz.). Ageïsme is zowel een doel (strijd) als een uitdaging.



Entr'âge ontwikkelt en begeleidt veel projecten. Bijvoorbeeld:

- Comptine-âge: werken aan leeftijdsstereotypen met behulp van jeugdboeken. Groepen senioren worden getraind om boeken voor te lezen aan jongeren. Dit kan gedaan worden in klaslokalen, bibliotheken, enz. met ouderen uit alle lagen van de bevolking, vooral uit verzorgingstehuizen. Het jeugdboek is ook een prachtig medium om sociale kwesties aan te kaarten.
- Artistiek project met een intergenerationele groep mensen met sociale en/of mentale problemen: theatrale voorstelling, slam theater, enz. Naast uitwisselingen binnen de groep ontmoeten ze ook artiesten die komen getuigen, hen begeleiden in hun creatie, enz.

INTERGENERATIONELE ACTIVITEITEN VAN MALTESER IN AKEN-RICHTERICH

De Malteser ontmoetingsplaats in Aken-Richterich creëert nieuwe ontmoetingsplaatsen voor mensen van alle leeftijden in de buurt. Met de steun van het Federale Ministerie voor Gezinszaken, Ouderen, Vrouwen en Jeugd streeft de Malteser ontmoetingsplaats in Aken-Richterich het doel na om nieuwe toegangswegen voor senioren te creëren en bij te dragen aan de preventie van eenzaamheid en het wegnemen van taboes rond het thema eenzaamheid in het Malteser project "Samen - Voor Elkaar".

Het gevarieerde aanbod omvat bijvoorbeeld een bezoekdienst, een culturele begeleidingsdienst, het project "mobiele winkelwagen", een IT-ontmoetingsplaats voor senioren en een telefonische ontmoetingsplaats - naast talloze andere activiteiten in de vrijetijdssector die de eenzaamheid van senioren tegengaan - vooral met een verscheidenheid aan intergenerationele activiteiten.



Malteser

... weil Nähe zählt.

MEER WETEN? GA DAN NAAR:
WWW.MALTESER.DE

VRIJWILLIGERSWERK DOOR JONGEREN VOOR OUDEREN

Het succes van dit project is gebaseerd op het feit dat jongeren expliciet de mogelijkheid wordt geboden om betrokken te raken bij de verschillende vrijwilligersdiensten (dementiedienst, creatief aanbod, aanleren van IT-vaardigheden, mobiele winkelwagen, bezoeken dienst) op de locatie Malteser Aachen-Richterich. Een inzet die is aangepast aan de behoeften en mogelijkheden van de jongeren wordt aangeboden en aangemoedigd.

De jonge vrijwilligers vinden het erg interessant om iets te horen over het levensverhaal van de senioren. Ze profiteren van de ervaring, omdat hun eigen grootouders niet beschikbaar of in de buurt zijn om mee te doen. De senioren krijgen nieuwe impulsen en een andere kijk op hun ervaringen door het contact met de jongere generatie. Door activering en begeleiding nemen senioren weer deel aan activiteiten binnen een gemeenschap of samenleving.

De grootste uitdaging binnen de context van deze projecten is dat de inzet van jongeren (18-28 jaar) in de meeste gevallen beperkt is in tijd. Door hun studie en deeltijdbanen hebben ze niet zoveel tijd tot hun beschikking. De duur van hun engagement wordt vaak bepaald door een verandering van woonplaats na het afstuderen. Opgebouwde contacten moeten tot een goed einde worden gebracht.

INTERGENERATIONELE INITIATIEVEN IN HET DISTRICT DÜREN

Met een generatie-overschrijdende aanpak pakt het district Düren al vele jaren verschillende taakspectrums aan. Het coördinatiebureau **“Pro Seniorinnen und Senioren im Kreis Düren”** (Pro Senioren in het district Düren) in het “Amt für Generationen, Demografie, Inklusion und Sozialplanung” (Bureau voor Generaties, Demografie, Inklusion en Sociale Planning) streeft ernaar om advies, bijscholing en hulp te bieden met betrekking tot alle aspecten van ouderdom. Het bevordert ook het initiëren van aanbiedingen en projecten op het gebied van ouderenwerk en maatschappelijke betrokkenheid: de focus ligt op samenwerking en modelprojecten met de “deelname van geëngageerde lokale mensen die betrokken zijn bij de belangen van de gemeenschap”.

Initiatieven en projecten ter bevordering van de uitwisseling tussen generaties in het district Düren

In het kader van de **“Interessengemeinschaft Seniorenarbeit Raum Düren-Jülich” (ISaR)**, opgericht in 2002, werken bijna 300 instellingen en ongeveer 1700 personen uit het hele district samen. Ze richten zich onder andere op activiteiten die de sociale coëxistentie van generaties en culturen bevorderen.



**KREIS
DÜREN**
SEEN & ENTDECKEN

Dankzij het modelproject **“Demografiewerkstatt Kommunen”** (Demografiewerkgemeenschappen), samen met “In Sorge” (In Zorg), het initiatief “Sorgekultur” (Zorgcultuur), heeft het district Düren in 2019 in alle steden en gemeenten van het district Düren **vrijwilligers kunnen kwalificeren** als vrijwillige zorgfunctionarissen: zij zorgen ervoor dat mensen die zich niet goed voelen er niet alleen voor staan. Ondertussen heeft elke gemeente zorgfunctionarissen die effectieve ondersteuning organiseren wanneer dat nodig is.

In 2018 was het al mogelijk om een **“Poetry Slam - Woorden die verbinden”** te houden als onderdeel van de evenementenserie **“Wir.Gemeinsam. Generations in the District of Düren”**: een samenwerking tussen het District Düren, de Europese School Langerwehe en de Interessengemeinschaft Seniorenarbeit Raum Düren-Jülich (ISaR).

Sinds 2021 is het district Düren betrokken bij het **federale programma “Lokale samenwerkingsverbanden voor mensen met dementie”**. Talrijke instellingen zijn hier in een netwerk verenigd met als doel mensen met dementie en hun familieleden te ondersteunen. Er wordt advies gegeven over het lokale aanbod, actoren worden samengebracht, activiteiten worden gecoördineerd en nieuw aanbod wordt ontwikkeld. Het coördinatiebureau “Pro Seniorinnen und Senioren im Kreis Düren” (Pro Senioren in het district Düren) heeft het tot zijn taak gemaakt om zich in dit programma te richten op de behoeften van getroffen en hun familieleden en om laagdrempelige aanbiedingen en activiteiten te organiseren.

De toekomst aanpakken - na de pandemie

Door de pandemie werden flexibele online formats gecreëerd. Zo werd de status- en behoeftenanalyse voor het onderzoek naar vrijwillige inzet en vrijwilligerswerk in het district Düren zonder meer online uitgevoerd - en met groot succes. Mensen van alle leeftijdsgroepen uit de meest uiteenlopende gebieden van vrijwilligerswerk namen deel.

Met de verkregen inzichten heeft het district Düren nu, met medewerking van talrijke actoren, een actieconcept ontwikkeld om vrijwilligerswerk te bevorderen - want “een leefbare regio leeft ook van geëngageerde lokale mensen die bijdragen aan de belangen van de gemeenschap”, aldus de auteurs van het eindrapport.

MEER WETEN? GA DAN NAAR:
FFG.TU-DORTMUND.DE

PORTRAIT ME

Kunstenaarsteam tegen eenzaamheid en voor meer digitalisering op oudere leeftijd

In 2016 ontving de Keulse kunstenares Anna Hepp een gerenommeerde startsubsidie in Noordrijn-Westfalen voor haar idee over het onderwerp “Cultuurparticipatie voor ouderen mogelijk gemaakt door digitalisering”. Hieruit ontstond het kunstenaarscollectief PORTRAIT ME, dat sindsdien innovatieve projecten voor de digitale participatie van ouderen realiseert. Sindsdien is het collectief zeer geëngageerd en gepassioneerd bezig met een gemeenschappelijke zaak van het hart: sociale en artistiek-culturele vraagstukken met elkaar in harmonie brengen. PORTRAIT ME richt zich op een zeer relevant onderwerp: leeftijd(en)! De kunstenaars van PORTRAIT ME behoren zelf tot verschillende generaties tussen 28 en 70 jaar. Dit maakt het mogelijk om op een authentieke manier een brug te slaan tussen jong en oud. De meeste projecten van PORTRAIT ME zijn creatieve digitaal-analoge workshops. Hier wordt het gebruik van een mobiele telefoon of tablet op een creatieve en leuke manier gecommuniceerd door middel van artistieke activiteiten. Om meer bij te dragen aan sociale verbinding en uitwisseling, zijn onze amateurs senioren van 65+ en sommigen kinderen van 10-12 jaar. De kunstenaars gebruiken stap-voor-stap instructies om het eigen artistiek-spelend potentieel van de deelnemers te stimuleren en tegelijkertijd

digitale vaardigheden over te brengen. De uitwisseling wordt aangemoedigd en maakt leren “kinderspel” voor iedereen. Al voor de Corona-crisis erkende PORTRAIT ME dat digitalisering vooral de oudere generatie ten goede komt. Het aanleren van digitale communicatie en media op jonge leeftijd is een belangrijke manier om eenzaamheid en isolement tegen te gaan en vooral senioren meer zelfbeschikking te geven. In direct contact met jongere generaties zorgt Portrait Me voor een intergenerationele uitwisseling in de workshops. Ook kinderen ervaren eenzaamheid. Veel kinderen hebben om verschillende redenen geen contact met hun eigen grootouders en ervaren een levendige en waardevolle uitwisseling met oudere deelnemers aan de workshops.

De ervaring leert dat senioren nog veel moeite hebben om actief vorm te geven aan de digitale revolutie en dat ze impulsen van buitenaf nodig hebben. PORTRAIT ME neemt deze angsten weg en zet ze om in plezier, zelfvertrouwen en een gevoel van prestatie: Ilona, 68, als feedback na een PORTRAIT ME workshop: “Ik dacht ‘dat heb ik niet nodig’. Maar nu ben ik mijn verlegenheid daarover kwijt en ben ik op weg om zo’n smartphone aan te schaffen. “Hannelore, 79: “Vaak voel je je onzeker in het bijzijn van vreemden ‘Oh God, je zet jezelf voor schut, zo dom kun je niet zijn’ en dan

zeg je 'wij zijn ook dom' in jouw jargon en dat neemt die remmingen en angsten weg." Annemie, 77: "Ik wil niet meer zonder WhatsApp. Ik hou van de creativiteit. Ik probeer altijd iets nieuws te leren en uit te proberen. Daarom vind ik het zo leuk om hier bij jullie te zijn." De oudere generatie spreekt anders in beeld dan de jongeren. We willen deze generatiekloof dichten en deze beeldtaal van elkaar en met elkaar leren in nieuwe workshops. De kinderen helpen de grootouders graag met hun digitale kennis, terwijl de grootouders de kinderen verhalen van vroeger vertellen. Hiervoor worden hun eigen smartphones gebruikt als camera's en worden de fotofuncties op de smartphone verkend door middel van instructie en wederzijds laten zien: er worden teksten geschreven op de tablet, collages gemaakt en onderwerpen geïllustreerd die de deelnemers na aan het hart liggen.

Na de eerste kennismaking met de techniek gaan de amateurs maken en experimenteren: de deelnemers maken beeldverhalen over hun eigen meegebrachte onderwerpen, over hun passie of hobby en presenteren deze in de workshop. In feedbackrondes proberen we nieuwe vormen van beeldtaal aan te wijzen en de verhalen te doorgronden. Aan het einde van de workshop zijn er altijd creatieve resultaten gemaakt door de deelnemers zelf, die vervolgens voor hun eigen doeleinden gebruikt kunnen worden. Analoge fotoboeken, d.w.z. fotoboeken met zogenaamde augmented reality beelden, tentoonstellingen, foto's om mee naar huis te nemen, etc. De meest recente projecten zijn op het gebied van augmented reality en virtual reality. Het is en blijft spannend!

MEER WETEN? GA DAN NAAR:
PORTTRAITME.DE



5. REFERENTIES

1. Peters R, Ee N, Ward SA, Kenning G, Radford K, Goldwater M, et al. Intergenerational Programmes bringing together community dwelling non-familial older adults and children: Een systematische evaluatie. Arch Gerontol Geriatr. 2021;94:104356.
2. Guérin S, Tavoillot P-H. La guerre des générations aura-t-elle lieu?: Calmann-Lévy; 2017.
3. Dupont C, Letesson M. Comment développer une action intergénérationnelle?: Guide pratique à l'usage des professionnels des secteurs associatif, éducatif, culturel, privé et public: De Boeck Supérieur; 2010.
4. Giraudeau C, Bailly N. Intergenerationele programma's. Wat kunnen schoolgaande kinderen en ouderen ervan verwachten? Wat kunnen schoolgaande kinderen en ouderen ervan verwachten? Een systematisch overzicht. Eur J Ageing. 2019;16(3):363-76.
5. Amyot J-J. A la recherche de liens entre les générations: Presses de l'École des hautes études en santé publique; 2016.
6. Schoenmakers EC, van Tilburg TG, Fokkema T. Omgaan met eenzaamheid: wat suggereren ouderen? Aging Ment Health. 2012;16(3):353-60.
7. Cohen-Mansfield J, Hazan H, Lerman Y, Shalom V. Correlates and predictors of loneliness in older-adults: a review of quantitative results informed by qualitative insights. Int Psychogeriatr. 2016;28(4):557-76.
8. de Jong-Gierveld J. Ontwikkelen en testen van een model van eenzaamheid. J Pers Soc Psychol. 1987;53(1):119-28.
9. Weiss R. Eenzaamheid: De ervaring van sociale en emotionele eenzaamheid. VS: MIT Press; 1973.

10. van Tilburg TG. Sociale, Emotionele en Existentiële Eenzaamheid: Een test van het multidimensionele concept. *De Gerontoloog*. 2020;61(7):e335-e44.
11. Sutin AR, Stephan Y, Luchetti M, Terracciano A. Loneliness and Risk of Dementia. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2020;75(7):1414-22.
12. Leigh-Hunt N, Bagguley D, Bash K, Turner V, Turnbull S, Valtorta N, et al. Een overzicht van systematische reviews over de gevolgen van sociaal isolement en eenzaamheid voor de volksgezondheid. *Public Health*. 2017;152:157-71.
13. Barreto M, van Breen J, Victor C, Hammond C, Eccles A, Richins MT, et al. Exploring the nature and variation of the stigma associated with loneliness. *J Soc Pers Relat*. 2022;39(9):2658-79.
14. Lippke S, Fischer MA, Ratz T. Physical Activity, Loneliness, and Meaning of Friendship in Young Individuals - A Mixed-Methods Investigation Prior to and During the COVID-19 Pandemic With Three Cross-Sectional Studies. *Front Psychol*. 2021;12:617267.
15. Franssen T, Stijnen M, Hamers F, Schneider F. Age differences in demographic, social and health-related factors associated with loneliness across the adult life span (19-65 years): a cross-sectional study in the Netherlands. *BMC Volksgezondheid*. 2020;20(1):1118.
16. Donizzetti AR. Ageism in an Aging Society: The Role of Knowledge, Anxiety about Aging, and Stereotypes in Young People and Adults. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(8).
17. Rudnicka E, Napierała P, Podfigurna A, Mączekalski B, Smolarczyk R, Grymowicz M. The World Health Organization (WHO) approach to healthy ageing. *Maturitas*. 2020;139:6-11.

18. Gualano MR, Voglino G, Bert F, Thomas R, Camussi E, Siliquini R. De impact van intergenerationele programma's op kinderen en oudere volwassenen: een review. *Int Psychogeriatr*. 2018;30(4):451-68.
19. Luhmann M, Buecker S, Rüsberg M. Loneliness across time and space. *Nat Rev Psychol*. 2022;2(1):1-15.
20. Beller J, Wagner A. Eenzaamheid en gezondheid: Het modererende effect van intercultureel individualisme/collectivisme. *J Aging Health*. 2020;32(10):1516-27.
21. Klerk Md, Olsthoorn M, Plaisier I, Schaper J, Wagemans F. Een jaar met corona. 2021.
22. AGEPlatformEurope. LEEFTIJDBarometer 2021. 2021.
23. WorldHealthOrganization. Global report on ageism: executive summary. 2021. Rapportnummer: 9240020500.
24. Vrkljan B, Whalen A, Kajaks T, Nadarajah S, White PJ, Harrington L, et al. Creating an intergenerational university hub: Engaging older and younger users in the shaping of space and place. *Gerontologie & Geriatrie Onderwijs*. 2019;40(2):244-60.
25. Neu C. Generationenübergreifendes bürgerschaftliches Engagement für Zukunftsthemen in Kommunen: Potenziale der verschiedenen Altersgruppen im Blick.2023; Discussion Paper No. 17.
26. Ayalon L, Chasteen A, Diehl M, Levy BR, Neupert SD, Rothermund K, et al. Aging in Times of the COVID-19 Pandemic: Avoiding Ageism and Fostering Intergenerational Solidarity. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*. 2021;76(2):e49-e52.
27. Jarrott SE. Intergenerationele programmaprocessen beïnvloeden uitkomsten. *Internationale psychogeriatric*. 2021;33(12):1245-7.

28. Barbosa MR, Campinho A, Silva G. “Geven en ontvangen”: The Impact of an Intergenerational Program on Institutionalized Children and Older Adults. *Tijdschrift voor Intergenerationele Relaties*. 2021;19(3):283-304.
29. Martins T, Midão L, Martínez Veiga S, Dequech L, Busse G, Bertram M, et al. Intergenerational Programs Review: Study Design and Characteristics of Intervention, Outcomes, and Effectiveness. *Tijdschrift voor Intergenerationele Relaties*. 2019;17(1):93-109.
30. Antz E-M, Franz J, Frieters N, Scheunpflug A. Generationen lernen gemeinsam: Methoden voor intergenerationele Bildungsarbeit: wbv Media GmbH & Company KG; 2009.
31. Xu L, Fields NL, Chen Z, Zhou A, Merchant A, Zhou A. Big and Mini: A Promising Intergenerational Program for Social Connections. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(8).
32. Juris JJ, Bouldin ED, Uva K, Cardwell CD, Schulhoff A, Hiegl N. Virtual Intergenerational Reverse-Mentoring Program Reduces Loneliness among Older Adults: Results from a Pilot Evaluation. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(12).
33. Ramamonjiarivelo Z, Osborne R, Renick O, Sen K. Assessing the Effectiveness of Intergenerational Virtual Service-Learning Intervention on Loneliness and Ageism: A Pre-Post Study. *Healthcare (Basel)*. 2022;10(5).
34. Gaggioli A, Morganti L, Bonfiglio S, Scaratti C, Cipresso P, Serino S, et al. Intergenerational Group Reminiscence: A Potentially Effective Intervention to Enhance Elderly Psychosocial Wellbeing and to Improve Children’s Perception of Aging. *Pedagogische Gerontologie*. 2014;40(7):486-98.



Interreg
Euregio Maas-Rijn
Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling



Het euPrevent PROFILE-project wordt uitgevoerd in het kader van Interreg V-A Euregio Maas-Rijn, met € 740.085,- van het Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling. Het project ontvangt ook co-financiering en de projectpartners betalen hun eigen bijdrage.



Ministerium für Wirtschaft, Innovation,
Digitalisierung und Energie
des Landes Nordrhein-Westfalen

