



# CULTUUR VERBINDT!

Ouderenweek 2017  
Doe-gids



vlaamse  
ouderenraad



## Pak zelf uit met een straf initiatief

In 2017 zet de Vlaamse Ouderenraad tijdens de Ouderenweek in op 'Cultuur verbindt!'.

De afstand tussen de leefwereld van verschillende generaties en culturen lijkt soms groot. Toch zijn er opvallend veel overeenkomsten te vinden. Dat is belangrijk om tot een warme buurt te komen waarin iedereen zich thuis voelt. Sociale en culturele activiteiten zijn daarvoor een sterk bindmiddel.

Als startpunt lanceerde de Vlaamse Ouderenraad een inspiratiegids<sup>1</sup> met achtergrondinformatie en boeiende voorbeelden van verbindende initiatieven. Op die manier kan je de mogelijkheden aftasten, eerste contacten met potentiële partners leggen en bekijken welke route je uit wil gaan.

Daar doen we nog een schepje bovenop. Met deze tweede gids reiken we ouderenverenigingen, lokale ouderenraden en andere mensen of organisaties concrete instrumenten aan. Hiermee kan je zelf de handen uit de mouwen steken en je verbindende ideeën vorm geven. Pak tussen 20 en 26 november 2017 zelf uit met een straf initiatief!

We wensen je een boeiende Ouderenweek 2017!

<sup>1</sup> <https://issuu.com/vlaamseouderenraad/docs/inspiratiegidsow2017>

# Onbekend maakt onbemind

Je kent wel het gezegde 'onbekend maakt onbemind.' Als mensen leven in hun eigen culturele cocon, krijgen ze weinig prikkels om zich te verdiepen in een andere leefwereld. Dat bevordert geen boeiende relatie.

Ook wanneer mensen en groepen bereid zijn elkaar te leren kennen, weten ze vaak niet waar en hoe te beginnen. Bovendien, wanneer je wel contact hebt met verschillende generaties of culturen, blijken er af en toe barrières te bestaan. Taalverschillen, verschillen in omgangsvormen of andere gewoontes kunnen de zaak bemoeilijken.

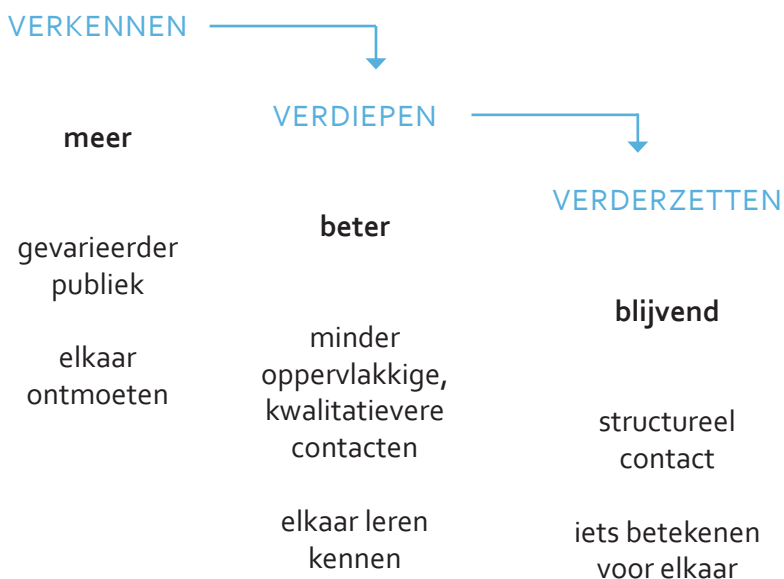
De eerste kennismaking is daarom van groot belang. Een open houding tijdens de eerste ontmoeting met andere generaties of andere culturen is een noodzakelijke voorwaarde om op termijn een duurzame relatie uit te bouwen. De stap daartussenin is cruciaal: elkaar beter leren kennen en gezamenlijke interesses ontdekken. Het is een zoekproces dat je samen aangaat.

Hoe je dat doet hangt af van jouw ervaring, mogelijkheden, middelen, mankracht en omgeving.



# Zelf aan de slag met de 3 V's van verbinding

In sommige gemeenten of verenigingen is het al een gewoonte om activiteiten te organiseren met andere generaties of culturen, anderen ontdekten recent de mogelijkheden ervan en zijn op zoek naar een goed startpunt. Daarom gaat de Vlaamse Ouderenraad uit van drie situaties: Verkennen – Verdiepen – Verderzetten. Drie stappen die respectievelijk meer, beter en blijvend contact tussen mensen stimuleren.





# Wat is jouw situatie?

Afhankelijk van hoeveel ervaring je al hebt met het verbinden van generaties of culturen, kan je ervoor kiezen om te verkennen, te verdiepen of verder te zetten. De Vlaamse Ouderenraad helpt je op weg om jouw situatie te bepalen.

- >> **Wat** houdt elke stap in?
- >> **Waarom/wanneer** is deze stap interessant?
- >> **Hoe** kan je deze stap in de praktijk omzetten?
- >> Met welke **aandachtspunten** kan je rekening houden?
- >> Met welke **concrete instrumenten** kan je aan de slag gaan?





## 1 DE V VAN VERKENNEN

Je organiseerde tot nu toe activiteiten voor je eigen leden?  
Je deelnemers zijn voornamelijk mensen uit dezelfde generatie of cultuur?  
Je hebt geen of nauwelijks contact of samenwerking met mensen uit andere generaties of culturen?

**Ga op verkenning en maak kennis met verschillende generaties of culturen.**

## 2 DE V VAN VERDIEPEN

Je zette al enkele stappen en hebt contact met mensen uit andere generaties of culturen?  
Je ziet mogelijkheden om dat contact uit te breiden en sterker te maken?  
Je wil bestaande relaties uitdiepen op een ongedwongen manier?

**Verdiep bestaande contacten tussen verschillende generaties of culturen.**

## 3 DE V VAN VERDERZETTEN

Je verzette al veel werk en er is een sterke interactie tussen mensen uit verschillende generaties of culturen?  
Je wilt de boeiende relaties tussen deze mensen verderzetten?  
Je wilt dat iedereen zich thuis voelt in je ouderenvereniging, gemeente, lokale ouderenraad of organisatie?  
Je hebt energie voor een langdurig traject?

**Zet de relaties tussen verschillende generaties of culturen verder.**

# DE V VAN VERKENNEN

## Wat?

Tot nu toe organiseerde je vooral activiteiten gericht op je eigen leden of je vaste netwerk. Het gaat vaak om dezelfde mensen uit dezelfde generatie of cultuur. Je hebt geen of nauwelijks contact of samenwerking met mensen uit andere generaties of culturen. Je gaat op verkenning zodat er een eerste kennismaking kan ontstaan met andere generaties of culturen.

## Waarom?

Verkenkende contacten zorgen er voor dat er een ontmoeting ontstaat en je aftast welke verdere mogelijkheden die contacten bieden. Er worden eerste stappen gezet om elkaar beter te leren kennen en er ontstaat empathie voor elkaar.

## Hoe?

Kleine, spontane ontmoetingen bij de bakker, op de tram, aan de bushalte, op een bank in de straat, ... kunnen aanknopingspunten zijn voor verkenning. Het zijn plekken in de buurt waar al vluchtige contacten tussen verschillende generaties of culturen bestaan. Benut deze optimaal. Ga na waar in jouw omgeving zo'n plekken van ontmoeting zijn.

Ook organisaties die expertise hebben in het werken met andere generaties of andere culturen, kan je verkennen. Welke organisaties zijn dat in jouw omgeving? Ga op onderzoek uit.

*<< VB 1 >> De lokale ouderenraad zit samen met de lokale jeugdraad voor een verkennend gesprek en samen bekijken ze de mogelijkheden van een eerste samenwerking. Hier kan reeds een eerste activiteit uit voortkomen.*

<< VB 2 >> Een ouderenvereniging ontdekt een enorme diversiteit aan culturen in de gemeente. Toch is het vooral de autochtone zestigplusser die aanwezig is op de activiteiten. Ze maken een inventaris van organisaties in de directe omgeving die deelnemers met een andere etnisch-culturele achtergrond bereiken en nemen contact op met hen. In samenwerking met een Aziatische federatie, organiseren ze een eerste activiteit: een volkskeuken.

## Aandachtspunten

- >> Ga vrijblijvende contacten aan.
- >> Vraag een beperkt engagement.
- >> Organiseer eenmalige activiteiten of activiteiten van korte duur.
- >> Heb aandacht voor kleine zaken die op het eerste zicht misschien onbelangrijk zijn.
- >> Verwacht nog geen grote effecten van deze eenmalige ontmoetingen.

## Vertrekpunten

Het startpunt van je initiatief is zeer bepalend voor het verdere verloop ervan. Vertrek vanuit ...

<b>gedeelde ruimtes</b>	De buurt, een historische site, het dorpsplein, ... De eigen leefomgeving raakt iedereen.
<b>gedeelde thema's</b>	Passies, hobby's, interesses, ... Een gedeelde passie creëert openheid en interesse in anderen.
<b>gedeeld kunnen</b>	Talent, kennis, vaardigheden, ... Samen doen, uitwisselen en aanleren smaakt naar meer.

## Concrete instrumenten

### Speeddate

Bij een speeddate breng je twee groepen samen, bijvoorbeeld bewoners van een woonzorgcentrum en leerlingen middelbaar onderwijs. Twee deelnemers zetten zich tegenover elkaar en stellen vragen aan elkaar. Deze vragen kunnen op voorhand voorbereid zijn, bijvoorbeeld via 'heb je ooit...!' waarbij de vraag wordt aangevuld met zaken zoals: een lange reis gemaakt, een huisdier gehad, een theatervoorstelling gezien, een prijs gewonnen, een boottocht gemaakt, ... Er kunnen zeer diverse onderwerpen aan bod komen. Ook kan je hapjes en drankjes voorzien.

Na enige tijd schuiven de leerlingen telkens door, zodat aan het einde van de speeddate elke bewoner met elke leerling heeft gesproken. Iedereen noteert een top drie, en zo worden er koppels gevormd. De koppels gaan verder met elkaar in gesprek.

Deze speeddate kan een perfecte aanleiding zijn voor een langer en duurzamer traject. De koppels kunnen pennenvrienden worden, activiteiten organiseren rond elkaars hobby, samen een uitstap maken, de ouderen kunnen langskomen op school, ...

## **Fietsen, dansen , dammen, schaken of petanquen**

Verschillende sporten en denksporten lenen zich perfect voor een eerste kennismaking. Vaak zijn het activiteiten die gekend zijn door verschillende generaties en culturen. Bovendien vraagt de organisatie ervan slechts een kleine inspanning.

Een ouderenvereniging uit Zevergem-De Pinte organiseerde een petanque-toernooi op het plein in het dorp en nodigde asielzoekers uit de buurt uit. De leden leerden op een gemoedelijke manier de (vaak jongere) asielzoekers kennen en plannen binnenkort een nieuw petanque-toernooi, samen met hen.

## DE V VAN VERDIEPEN

### Wat?

De eerste stap heb je reeds gezet: er is contact met mensen uit andere generaties of culturen. Je ziet mogelijkheden om dat uit te breiden. Je wil de relaties met hen verdiepen op een ongedwongen manier. Zo kunnen mensen meer van zichzelf laten zien en worden de contacten sterker.

### Waarom?

Verdieping zorgt er voor dat verschillende generaties en culturen elkaar beter leren kennen. Diverse visies vormen geen probleem, maar zijn net een meerwaarde voor de gesprekken en contacten. Die worden betekenisvoller.

### Hoe?

De activiteiten lopen over een langer traject. De contacten tussen verschillende generaties en culturen worden aangescherpt en er is sprake van uitwisseling. De kwaliteit van de gesprekken vergroot en de blik van de deelnemers verruimt.

*<< VB 1 >> Na het verkennend gesprek en een eerste activiteit met de lokale jeugdraad, ontdekt de lokale ouderenraad dat er gemeenschappelijke interesses zijn. Om verder op zoek te gaan naar de mogelijkheden, wordt er een werkgroep 'intergenerationeel samenwerken' opgericht.*

*<< VB 2 >> De ouderenvereniging en de Aziatische federatie willen samen meer initiatieven nemen om verbindende activiteiten op te zetten. Ze zoeken naar manieren om samen aan de slag te gaan en organiseren een Aziatische kookworkshop ter voorbereiding van de volkskeuken.*

## Aandachtspunten

- >> Organiseer activiteiten waarbij deelnemers elkaar af en toe zien.
- >> Vraag een zeker engagement.
- >> Zorg voor een goede toeleiding en begeleiding.
- >> Stimuleer een actieve dialoog tussen de deelnemers.

## Concrete instrumenten

### Vertelfestival

Verhalen hebben een verbindende kracht en het vertellen er van zorgt voor dialoog tussen mensen. Iedereen heeft of kent verhalen die je wil doorgeven. Het is een hapklaar middel om te verbinden.

In mei 2017 vond in Antwerpen het vertelfestival plaats. Een week lang konden mensen luisteren naar verhalen, waren er workshops, ontdekten ze de kracht van het vertellen, ... In het Red Star Line Museum vertelden jonge anderstalige nieuwkomers die lessen Nederlands volgen over hun bezoek aan een woonzorgcentrum. Ze hadden er een zeer open gesprek met de bewoners. Ze stelden vragen aan elkaar en maakten er nadien een gedicht of verhaal van.

## **Interculturele babbels**

Tijdens interculturele babbels gaan mensen met een verschillende culturele achtergrond in gesprek met elkaar. Ze leren zich voor elkaar openstellen. Het menselijk contact neemt toe. Gedurende een paar uurtjes beantwoorden deelnemers vragen over gewoontes, cultuur, waarden en normen, familierelaties, ...

Interculturele babbels vind je in verschillende steden en gemeenten, maar je kan ze ook zelf organiseren. Een goede bemiddelaar die het gesprek structureert, is dan wel nodig.

## **Taalbad**

Het taalbad is een vormende activiteit waarbij mensen die nog niet vlot Nederlands spreken, enkele dagen intensief samen koken, lezen, bewegen, uitstapjes maken, ... om op die manier de kennis van de Nederlandse taal aan te scherpen.

Een taalbad kan georganiseerd worden voor verschillende generaties.

## **Reminiscentie**

Reminiscentie wil verleden, heden en toekomst verbinden. Voorwerpen, beelden en verhalen maken de tongen los. Ouderen genieten er zichtbaar van wanneer zij iets kunnen vertellen aan jongere generaties.



De mogelijkheden zijn eindeloos. Denk maar aan volksverhalen, volksliederen, dialecten, streekgerechten, tradities ... dat ene wafelrecept, of die ene stoet waar jong en oud de handen in elkaar slaan om er een succes van te maken. Deze methodiek kan zeer goed ingezet worden wanneer je de band tussen grootouders en kleinkinderen wil versterken.

### **Foto's uit het verleden**

Deze activiteit is interessant voor verschillende generaties, maar ook voor verschillende culturen. Elke deelnemer brengt een oude foto mee waarop een duidelijk tafereel te zien is. De groep wordt verdeeld in groepjes van twee, telkens verschillende generaties of verschillende culturen. De deelnemers geven een interpretatie aan het tafereel op de foto. Wanneer beiden dit hebben gedaan, wordt de 'correcte' situatie geschetst.

Deze activiteit kan ook in groep met babyfoto's gebeuren waarbij de juiste foto bij de juiste persoon geplaatst moet worden.

De deelnemers komen iets te weten over het verleden van hun gesprekspartner en kunnen een gesprek aanknopen over de context van het beeld.

## DE V VAN VERDERZETTEN

### Wat?

Je verzette al veel werk: er is een sterke interactie tussen de diverse deelnemers. Er ontstond een boeiende relatie tussen verschillende generaties of culturen. Die relatie wil je verduurzamen zodat elke deelnemer zich thuis voelt in je ouderenvereniging, lokale ouderenraad of andere organisatie. Samen met hen ga je een langdurig traject aan.

### Waarom?

Boeiende relaties verderzetten zorgt er voor dat je op langere termijn kan kijken. Je gaat een duurzaam traject aan met verschillende generaties of culturen en streeft samen naar een toekomstig doel. Op die manier kan je grotere zaken verwezenlijken.

### Hoe?

Hier gaat het om duidelijk gestructureerde en georganiseerde initiatieven. De deelnemers ontdekken dat ze gezamenlijke belangen hebben en ze iets voor elkaar kunnen betekenen. De intensiteit ligt hoog. Deze groep komt regelmatig samen en dit voor lange (onbepaalde) tijd. Ze leren elkaar door en door kennen.

*<< VB 1 >> De werkgroep 'intergenerationeel samenwerken' van de lokale ouderenraad en jeugdraad komt enkele malen samen. De deelnemers willen samen initiatieven nemen om de verschillende generaties in de gemeente dichterbij elkaar te brengen. Ze werken allerlei initiatieven uit.*

<<VB 2>> *De volkskeuken loopt goed en de initiatiefnemers willen het verderzetten. Ze zoeken naar manieren om ook op langere termijn te werken en beslissen de volkskeuken met workshop maandelijks te organiseren.*

## Aandachtspunten

- >> Kom op regelmatige basis samen.
- >> Maak de deelnemers medeverantwoordelijk voor het initiatief. Ze zijn mede-eigenaars of ambassadeurs.
- >> Begeleid het traject intensief.

## Concrete instrumenten

### Buddy-traject

Bij een buddy-traject gaan twee mensen samen op stap. Ze worden uitgedaagd samen iets te ondernemen: een culturele uitstap, een sportactiviteit, ... Het duo uit verschillende generaties of culturen leert elkaar zeer goed kennen. Vaak ontstaan er vriendschappen uit de duo's.

Recht-Op is een van de verenigingen waar armen het woord nemen. Mensen in armoede hebben vaak een beperkt sociaal netwerk: ze kennen vooral mensen die ook in armoede leven. Hierdoor missen ze heel wat kansen op een betere levenssituatie of om er gewoon eens tussen uit te zijn, weg van de zorgen. In het buddy-traject 'Een Paar Apart' stelt Recht-Op duo's samen: een persoon die in armoede leeft en een persoon die niet in armoede leeft. Dat kunnen verschillende generaties zijn en verschillende etnisch-culturele achtergronden.

Onder de veilige bescherming van 'een avondje uit' biedt het traject een kijkje in een andere leefwereld. De organisatie kiest voor cultuur omdat dit plezier biedt. In het project vangen ze de drempels op die een deelname aan cultuur bemoeilijken en gebruiken ze cultuur als aanleiding om nieuwe ontmoetingen te realiseren.

### **Een koor met verschillende culturen**

Een intergenerationeel koor, waarbij jongeren samen met ouderen uit het woonzorgcentrum zingen, dat kennen we. Maar zingen gebeurt in alle culturen. Waarom geen traject met een intercultureel koor opstarten waarin nummers van de verschillende aanwezige culturen worden gezongen?

# Vergis je niet!

Alle V's van verbinding zijn sterk in hun eigenheid. Eénmalige contacten kunnen ook waardevol en leuk zijn. Wanneer deze contacten worden opgevolgd, kunnen ze uitgroeien tot verbinding, zoals frequent burenccontact, kennissenkring of vriendschappen. Dan kan je spreken van een duurzame sociale relatie.

Het is dus niet zo dat verkennen 'minder goed' zou zijn dan verdiepen of verderzetten. Afhankelijk van in welke situatie jouw ouderenvereniging, lokale ouderenraad of organisatie zich bevindt en waar je naartoe wilt, is een volgende stap interessant.

Bovendien zal het inzetten van de 3 V's niet in 1-2-3 resultaten opleveren. Het is een proces dat tijd vraagt en waarvan je een constant streefpunt moet maken, wil je aan het einde van de rit iets bereiken.





# Vaak gestelde vragen

## Hoe maak je mensen enthousiast?

- >> Laat zien dat er heel wat mooie geslaagde voorbeelden te vinden zijn.
- >> Laat iemand getuigen.
- >> Laat zien welke voordelen de verbinding kan opleveren.
- >> Geef leden/deelnemers het gevoel dat ze zelf een belangrijke rol kunnen spelen in dit verhaal.
- >> Leg de nadruk op overeenkomsten en niet op verschillen.
- >> Neem het onbekende weg, zorg voor een eerste contact.

## Het WWK-model

Leden/deelnemers zijn bereid mee te gaan in je verhaal als ze 'weten' wat het initiatief betekent, als ze het initiatief 'willen' en als ze 'kunnen' meewerken.

<b>Weten</b>	Geef zoveel mogelijk informatie zodat de noodzaak van het initiatief duidelijk is en leden/deelnemers weten wat er te wachten staat, wat het doel is en wat dit voor de werking betekent.
<b>Willen</b>	Betrek leden/deelnemers bij het initiatief en geef hen vertrouwen. Ze zullen gemotiveerd zijn om actief en met plezier en trots bij te dragen.
<b>Kunnen</b>	Vergroot de kennis en ervaring van leden/deelnemers. Geef hen de ruimte, middelen en kansen om mee te werken.



### **Hoe overtuig je de leden van de lokale ouderenraad of de ouderenvereniging om met dit thema aan de slag te gaan?**

- >> Laat zien dat kleine zaken al verschil kunnen maken.
- >> Geef zoveel mogelijk informatie.
- >> Breng leden/deelnemers vanaf het begin op de hoogte of betrek hen bij het initiatief.
- >> Geef leden/deelnemers de kans hun enthousiasme of twijfel uit te drukken.

### **Hoe ga je om met/reageer je op weerstand en twijfel?**

- >> Vraag door, waarom twijfelt deze persoon?
- >> Bevestig de verontwaardiging van de persoon.
- >> Erken dat het een hele uitdaging is om met z'n allen op een fijne manier samen te leven.
- >> Breng een positief verhaal, laat zien welke voordelen het initiatief met zich meebrengt.

### **Hoe ga je om met een gefaald initiatief?**

- >> Weet dat dit niet uitzonderlijk is.
- >> Wees niet bang en probeer het opnieuw, leer uit je fouten.
- >> Geef niet op als het lastig wordt.
- >> Vraag hulp als dat nodig is.
- >> Stel vooraf doelen op en schrijf de verschillende stappen uit.

# Tips

- >> Begin eraan! **Durf te springen** en maak er een prioriteit van.
- >> Heb oor naar ieders verhaal.
- >> Ga in **gesprek**: iedereen heeft een mening en die mag gehoord worden.
- >> Weet dat mensen in de eerste plaats individuen zijn en geen vertegenwoordigers van hun cultuur of leeftijd.
  
- >> Betrap jezelf op vooroordelen en het **wij-zij-denken**.
- >> Pas je communicatie aan aan de groep die je wilt bereiken.
- >> Zoek **inspirerende voorbeelden** uit de buurt.
- >> Zoek zelf contact, wacht niet tot andere generaties of culturen jou contacteren.
- >> Heb aandacht voor **kleine zaken** en spontane ontmoetingen.
- >> Neem je tijd, verwacht geen resultaten in 1-2-3.
- >> Wees **niet bang** om te falen.
- >> Maak het leuk.
  
- >> Ga verder dan uitnodigen voor je vaste activiteiten. Organiseer samen iets.
- >> Sluit aan bij ervaringen en behoeften van deelnemers.
- >> Breng een kleine groep enthousiastelingen samen.
- >> Plan vooraf de doelstellingen en het verloop.
- >> Voorzie **verschillende momenten** waarbij iedereen de kans krijgt om elkaar te ontmoeten en te leren kennen.
- >> Maak een **tussentijdse evaluatie**.

# Stippel je route richting Ouderenweek 2017 uit!

Geef interculturele en intergenerationele uitingen een plek, dat is de boodschap van 'Cultuur verbindt!'. Daag elkaar uit en kijk waar je elkaar kan versterken! We willen samen komen tot buurten waarin mensen elkaar ontmoeten, zich verenigen en samen cultuur maken en smaken en gezamenlijk activiteiten plannen. Zo willen we evolueren naar deugddoende verbindingen en naar een samenleving zonder barrières tussen generaties of culturen.

## Vliegende reporter

De Vlaamse Ouderenraad is erg benieuwd. Laat via een mailtje aan [veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be](mailto:veerle.quirynen@vlaamse-ouderenraad.be) weten wat je organiseert. Wie weet komt onze vliegende reporter wel bij je langs tijdens de Ouderenweek en maakt hij een mini-reportage over jouw initiatief.

## Facebook

Heb je zelf interessante tips, voorbeelden,... Wil je boeiende zaken delen? Post een berichtje op onze facebookpagina: [www.facebook.com/ouderenweek](http://www.facebook.com/ouderenweek)

# Meer informatie

Heb je de smaak te pakken? En wil je je graag nog wat meer verdiepen in het verbindende thema? Dan zetten deze publicaties en links je verder op weg:

- >> Een samenleving voor alle seizoenen, Koning Boudewijnstichting, 2008
- >> Migratie en vergrijzing, Koning Boudewijnstichting, 2007
- >> Een buurt vol verhalen, Christina Mercken, 2002
- >> Van passies en kleine ontmoetingen, Jorijn Neyrinck, 2011
- >> Cultuur beleven tussen generaties, Griet Verschelden en Hans Van Ewijk, 2008
- >> Vele tinten grijs, ouderenzorg voor iedereen?, Weliswaar, 2014
  
- >> [www.faronet.be/eartikels/rewind-fast-forwardintergeneratieel-werken-in-de-erfgoedsector](http://www.faronet.be/eartikels/rewind-fast-forwardintergeneratieel-werken-in-de-erfgoedsector)
- >> [www.jongoldtimers.be](http://www.jongoldtimers.be)
- >> [www.pigmentzorg.be](http://www.pigmentzorg.be)
- >> [www.vlaamsejeugdraad.be](http://www.vlaamsejeugdraad.be)
- >> [www.tapisplein.be](http://www.tapisplein.be)



# Vlaamse Ouderenraad

---

De Vlaamse Ouderenraad is het advies- en inspraakorgaan van ouderen bij de Vlaamse regering. De vzw is een overlegplatform van diverse organisaties van en voor ouderen. We streven naar een sterk ouderenbeleid in Vlaanderen, over verschillende sectoren heen!

Via een driemaandelijks informatieblad, een website, een elektronische nieuwsbrief, sociale media en studiedagen informeert en sensibiliseert de Vlaamse Ouderenraad.

De Vlaamse Ouderenraad zet elk jaar een Ouderenweekcampagne op over thema's die ouderen na aan het hart liggen zoals mobiliteit, cultuurparticipatie, gezondheid en zorg, wonen, ...

# Blijf op de hoogte

---

Schrijf je in op de nieuwsbrief en volg de facebookpagina om op de hoogte te blijven.

Je kan je ook abonneren op het driemaandelijks informatieblad Actueel.

Alle informatie over de Ouderenweek van 2017 of vorige edities, kan je ook digitaal raadplegen op de website van de Vlaamse Ouderenraad.

[www.vlaamse-ouderenraad.be](http://www.vlaamse-ouderenraad.be)  
[info@vlaamse-ouderenraad.be](mailto:info@vlaamse-ouderenraad.be)

02 209 34 52

[www.facebook.com/ouderenweek](https://www.facebook.com/ouderenweek)  
[www.twitter.com/vl\\_ouderenraad](https://www.twitter.com/vl_ouderenraad)

Deze brochure is een uitgave van de Vlaamse Ouderenraad vzw in het kader van de Ouderenweekcampagne 2017.

**Verantwoordelijke uitgever**

Nils Vandenweghe

**Redactie**

Veerle Quiryne

**Foto's**

François De Heel

**Lay-out**

Eveline Soors

**Drukwerk**

Drukkerij Lamine, Herent



**vlaamse  
OUDERENRAAD**



**Vlaanderen**  
verbeelding werkt