

VR Theater **"Senior Outreach and Cultural e-Engagement".**

Vorm van de opleiding

Diesis Netwerk



VR THEATRE

Inhoudsopgave

Inhoudsopgave	2
Inleiding	4
Module 1: Wat is deze opleiding en hoe is ze opgebouwd?	4
Het VR Theater project	4
Doelstellingen en doelgroep van de opleiding	4
Structuur van de opleiding.....	5
Module 2: Korte achtergrond en overzicht van onderzoeksresultaten	7
Achtergrond.....	7
Overzicht van de onderzoeksresultaten	7
Module 3: Ijsbreker en teambuilding	9
Meer dan één verhaal spel	9
Deel I. Digitale inclusie van ouderen	11
Module 1. Publieksonwikkeling in het tijdperk van Covid-19	11
Contextkader	11
Publieksanalyse, onderzoek en uitbreiding op het zilveren tijdperk	13
Module 2. "Sociaal afstandelijke cultuur"	18
Module 3. Effectieve outreach voor senioren in het tijdperk van Covid-19	21
Module 4. Marketingvaardigheden voor innovatieve CCI's in het tijdperk van Covid-19	23
Deel III. Inclusie van ouderen via digitale culturele activiteiten	24
Module 1: Creatieve VR	24
Module 2: Creatieve VR voor senioren	25
Deel III. Podiumkunsten en culturele activiteiten voor ouderen	25
Module 1: Creatieve veroudering	25
Inleiding	25
Het concept creatief ouder worden	27
Reminiscence Arts is de praktijk en verkenning van doorleefde ervaring door middel van de kunst.....	31
Creatieve verouderingsvormen	31
Digitaal engagement op oudere leeftijd	35
Digitale betrokkenheid dimensies	36
Samenvatting	36
Bijlagen	37
Module 2: Creatieve veroudering en cultureel engagement in het tijdperk van Covid-19	44
Workshop één: De verhalen ontrafelen	44
Workshop twee: De levende brieven	46
Module 3: Culturele desinteresse bij senioren	46
Overzicht.....	47
Mogelijke oplossingen voor het cultureel engagement van senioren.....	47
Jouw silhouet is van mij - praktische activiteit	48
Deel IV. Projectwerk: Planning van een outreach-campagne en structuur van de lokale workshops	50
Module 1. Planning van de outreach-campagne.	50

Module 2. Planning en ontwikkeling van de structuur en de opzet van de plaatselijke workshops	51
Deel V. Evaluatie	52
Tussentijdse evaluatie	52
Eindevaluatie	52
Evaluatie van het projectwerk	52

Inleiding

Module 1: Wat is deze opleiding en hoe is ze opgebouwd?

De training "Senior Outreach and Cultural Engagement" is ontwikkeld in het kader van het VR Theatre-project.

Het VR Theatre project

Het VR Theatre is een project dat medegefinancierd wordt door het Erasmus+ programma van de Europese Unie. Het project wil volwassen professionals in CCI's innovatieve en creatieve instrumenten bieden om een breder publiek bij hun activiteiten te betrekken, gericht op de groep 65-plussers die het risico lopen om buitengesloten te worden of zich buitengesloten te voelen dankzij het gebruik van digitalisering, in het bijzonder Virtual Reality.

De specifieke doelstellingen van het project zijn de volgende:

- Lokale en transnationale netwerken activeren om de transnationale samenwerking te stimuleren.
- CCI's en exploitanten opleiden in publieksonwikkeling, outreach- en engagementstrategieën voor senioren in het kielzog van Covid-19.
- Ontwerp een innovatieve methodologie gericht op performatieve en expressieve kunstbeoefenaars voor engagement en gemeenschapsvorming via kunst, waarbij Participatief Theater en het gebruik van Virtual Reality (VR) worden gecombineerd.

De partners van het project zijn:

- Chicken Shed Theatre Trust (UK) - de coördinator
- Diesis Network (België)
- S.A.F.E. Projects (Nederland)
- Nara Egitim Teknolojileri Anonim Sirketi (Turkije)
- Consorzio MateraHub (Italië)
- NGO Nest Berlijn (Duitsland)
- Drustvo Bodi svetloba (Slovenië)

Doelstellingen en doelgroep van de opleiding

Doelstellingen

Het opleidingsformaat behandelt vaardigheden en competenties die nodig zijn voor een doeltreffende outreach/engagement strategie die CCI's die werken met technologie zoals VR kunnen gebruiken om hun outreach en publiek uit te breiden, vooral binnen de context van Covid-19 crisisherstel, en met specifieke aandacht voor senioren.

Dit zal er op lange termijn toe bijdragen dat de digitale overgang van de CCI's inclusief en toegankelijk wordt voor iedereen.

Doelgroep

Deelnemers moeten volwassen professionals en operatoren van de volgende categorieën zijn: CCI's werknemers en professionals, volwassen leden van culturele, kunstorganisaties, theatergezelschappen en andere culturele/no-profit/vrijwilligersinstellingen die werken in de sociale

inclusie door middel van digitale vaardigheden en tools, die geïnteresseerd zijn in het verbeteren van hun outreachend vermogen en zich inzetten om senioren bij hun activiteiten te betrekken.

Structuur van de opleiding

De opleiding bestaat uit vijf hoofdonderdelen:

Deel 1: Digitale inclusie van ouderen

- **Module 1:** Publieksontwikkeling in het tijdperk van Covid-19: hoe uw publiek analyseren, onderzoeken en uitbreiden in een context van fysieke afstand en isolatie.
- **Module 2:** "Sociaal afstandelijke cultuur": hoe kunnen (of zullen) sociaal afstandelijke creatieve en culturele activiteiten eruit zien? Hoe kunnen we ze inclusief en/of toegankelijk maken voor senioren?
- **Module 3:** Effectief bereik voor senioren in het tijdperk van Covid-19: marketingstrategieën, netwerkmiddelen en diensten om senioren te bereiken
- **Module 4:** Marketingvaardigheden voor innovatieve CCI's in het tijdperk van Covid-19: hoe maak je innovatieve, digitale culturele activiteiten/inhoud aantrekkelijk voor senioren?

Deel 2: Inclusie van ouderen via digitale culturele activiteiten

- **Module 1:** Creatieve VR: wat is het en wat kan het doen?
- **Module 2:** Creatieve VR voor senioren: hoe VR kan worden gebruikt om senioren te betrekken bij creatieve activiteiten (o.a. verhalen vertellen, VR-schilderen)

Deel 3: Podiumkunsten en culturele activiteiten voor ouderen

- **Module 1:** Wat is Creative Aging?
- **Module 2:** Creative Aging en cultureel engagement in het tijdperk van Covid-19: waarom is het belangrijk om senioren betrokken te houden bij culturele en creatieve activiteiten, en hoe kunnen we dat doen in een situatie van fysieke afstand?
- **Module 3:** Culturele desinteresse bij senioren: wat zijn de redenen (vastgesteld door de onderzoekers tijdens de focusgroep) en wat zijn de mogelijke oplossingen

Deel 4: Projectwerk - Planning van een outreach-campagne en structuur voor lokale workshops

- **Module 1:** - Planning van de Outreach Campagne. Hoe plan je een effectieve outreachcampagne gericht op senioren?
- **Module 2:** Planning en ontwikkeling van de structuur/format van de lokale workshops van IO3.

Deel 5: Evaluatie

- Tussentijdse **evaluatie**
- **Eindevaluatie**
- Evaluatie van het **projectwerk**

Voorgesteld wordt om deze activiteiten te combineren met studiebezoeken, gesprekken met deskundigen en verhalen en ervaringen uit de eerste hand.

De opleiding is een mix van theoretische en praktische activiteiten:

Activiteit	Formaat
Deel 1: Digitale inclusie van ouderen	
Module 1	Theoretisch
Module 2	Theoretisch
Module 3	Praktisch
Deel 2: Inclusie van ouderen via digitale culturele activiteiten	
Module 1	Theoretisch
Module 2	Praktisch
Module 3	Praktisch
Deel 3: Podiumkunsten en culturele activiteiten voor ouderen	
Module 1	Theoretisch
Module 2	Theoretisch
Module 3	Theoretisch
Module 4	Praktisch
Deel 4: Projectwerk - Planning van een outreach-campagne en structuur voor lokale workshops	
Module 1	Praktisch
Module 2	Praktisch
Deel 5: Evaluatie	
Tussentijdse evaluatie	N/A
Eindevaluatie	N/A
Evaluatie van het projectwerk	N/A

Module 2: Korte achtergrond en overzicht van onderzoeksresultaten

Achtergrond

De culturele en creatieve sectoren (CCI's) zijn zwaar getroffen door de Covid-19-crisis. In de hele EU waren bioscopen, theaters en culturele podia de eersten die door overheidsmaatregelen werden gesloten. Om hun activiteiten voort te zetten, gingen velen online met digitale versies van hun aanbod. Een grote bevolkingsgroep dreigt echter buiten de digitale mogelijkheden te vallen. Senioren van 65+ stappen over het algemeen langzamer over op digitale hulpmiddelen en opties (Eurostat,2018).

Sociaal isolement is een andere zorg. Uit studies is gebleken dat senioren zich verzetten tegen het vervangen van "traditionele", fysieke activiteiten door online activiteiten zoals winkelen, omdat zij vrezen dat dit de face-to-face interactie zal vervangen en tot eenzaamheid zal leiden (Lancaster University,2018).

Senioren zijn over het algemeen trager bij het invoeren van technologische en digitale oplossingen om "traditionele" activiteiten te ondernemen, en dit geldt ook voor culturele activiteiten zoals naar het theater gaan of een concert bijwonen. Dit is gedeeltelijk te wijten aan hun eigen gebrek aan informatie en digitale geletterdheid. Daarenboven hebben CCI's en culturele organisaties zelf moeite om een ouder publiek te betrekken bij innovatief cultureel aanbod zoals VR-theater of VR-streaming. Deze kwestie is relevanter nu, als gevolg van sociale en fysieke afstandsmaatregelen, steeds meer culturele en creatieve entiteiten zich tot technologie wenden als belangrijkste middel voor de consumptie van culturele goederen.

Overzicht van de onderzoeksresultaten

De digitale overgang is een van de meest besproken onderwerpen in de huidige samenlevingen: zij heeft haar intrede gedaan in de kunstwereld: telepresence, virtualiteit, digitale mobiliteit en onlinetools zijn een integraal onderdeel van het leven geworden. De nieuwe technologieën bieden de culturele sector bevoorrechte mogelijkheden om verschillende doelgroepen te bereiken door nieuwe processen van bewustmaking, overdracht en artistieke en culturele vorming te ontwikkelen die steeds meer worden aangepast aan het beoogde publiek.

Het proces van digitalisering van de kunst heeft, naast het creëren van nieuwe producten en nieuwe interdisciplinaire samenwerkingsverbanden, een ontwikkeling naar cultureel en sociaal welzijn mogelijk gemaakt.

Studies hebben aangetoond dat de betrokkenheid van senioren bij CCI's verband houdt met empowerment en het gevoel succesvol ouder te worden. Succesvol ouder worden betekent voor de senioren in het algemeen een sociaal leven, persoonlijke groei, zelfacceptatie, autonomie en gezondheid. Artistieke creativiteit helpt ook bij succesvol ouder worden door de ontwikkeling van probleemoplossend vermogen, motivatie en perceptie, die allemaal overgaan in praktische creativiteit in het dagelijks leven.

In Europa zien we in dit verband verschillende benaderingen en trends. Cultuurparticipatie speelt een belangrijke rol bij actief en zinvol ouder worden. Veel mensen genieten van deelname aan kunst en cultuur samen met anderen, ook ouderen, maar naarmate we ouder worden wordt het steeds moeilijker. De helft van de 60-plussers neemt deel aan cultuur; de andere helft doet dat niet. Slechts

een derde bezoekt meer dan twee keer per jaar een cultureel centrum. Om digitaal georiënteerde culturele activiteiten voor senioren te ontwerpen en uit te voeren, is het belangrijk om te onderzoeken in welke culturele activiteiten de meeste senioren geïnteresseerd zijn en via welke kanalen nieuwe initiatieven bekend worden gemaakt. Het Nationaal Kennisinstituut Cultuureducatie en Amateurkunst Nederland zet zich in voor meer aandacht voor cultuureducatie, cultuurparticipatie en culturele toegankelijkheid. Van de structuren die in deze behoeften voorzien, zijn de meest actieve: muziekverenigingen, koren, schilder-, fotografie- en filmclubs, en theater- en dansverenigingen. De meeste verenigingen hebben leden tussen 50 en 64 jaar (88% van de verenigingen) en tussen 65 en 80 jaar (85%).

Pas onlangs is uit onderzoek gebleken welke mogelijkheden de moderne informatietechnologieën bieden voor de toekomst van de vergrijzing. ICT kan vrij duur zijn, en de snelle ontwikkeling op dit gebied leidt ook tot een snel verloop van apparaten en software, waardoor minder draagkrachtigen op dit gebied worden benadeeld. Binnen deze groep ouderen melden respondenten ouder dan 70 jaar dat zij minder vaak e-mail en mobiele telefoons gebruiken dan jongere respondenten. Met de demografische, sociale en economische variabelen van de huidige bevolking moet rekening worden gehouden bij de ontwikkeling en toepassing van technologieën voor deze gebruikersgroep. VR/AR is een vrij nieuwe technologie: slechts (volgens gegevens van 2021 Audience Agency) 7 procent van de bevolking maakt er gebruik van, de meesten in Londen en inwoners in de categorie 16-34, en slechts 3 procent van de 65-plussers. VR kan positief inwerken op dementie en leiden tot een gezondere levensstijl in het algemeen.

Tegenwoordig is het lidmaatschap van de digitale wereld steeds meer afhankelijk geworden van het vermogen om alledaagse internettechnologieën te creëren en te gebruiken. De COVID-19 pandemie heeft een extra trend in digitale banen geïntroduceerd, en nieuwe fatsoenlijke banen zijn noodzakelijk geworden voor iedereen, ongeacht leeftijd, geslacht, ras, locatie, handicap, enz.

Studies tonen aan dat ouderen tot de meest achtergestelden behoren. Men moet proberen nieuwe online ruimtes te creëren in plaats van reeds bestaande platforms te gebruiken om een bedrijf om te vormen. Experimenteer en bouw nieuwe werkomgevingen, definieer nieuwe soorten praktijken binnen en nieuwe digitale ruimtes, met verschillende toegangsniveaus, zelfs voor 65-plussers.

Wij moeten onze verantwoordelijkheid nemen voor de integratie van ouderen. De hele samenleving moet maatregelen nemen om de wereld inclusiever te maken voor ouderen. Dit betekent dat culturele participatie voor hen moet worden vereenvoudigd door middel van nieuwe technologieën. Actoren op het gebied van nieuwe technologieën, culturele evenementen en communicatie moeten samenwerken om mogelijkheden voor inclusie te creëren op basis van de transformatie van onze samenleving.

Om sociale insluiting te bereiken is het nodig een groot en divers aantal marketinginstrumenten te gebruiken die hun doelgroepen weerspiegelen. Sociale insluiting kan ook worden bereikt door samenwerking met liefdadigheidsinstellingen. Eenvoudig gezegd bevordert de sociale participatie van ouderen banden die isolement voorkomen.

Het thema en het onderwerp worden erkend, maar er zijn nog weinig projecten die met de doelgroep werken om hen bij culturele activiteiten te betrekken.

De toekomst van digitale CCI is spannend vanwege digitale galerijen, en we kunnen praktijken samenvoegen door digitale transformatie. We moeten ons richten op de digitale wereld, VR en AR, en begrijpen dat we niet alleen platen kunnen uploaden, maar dat het online betrekken van mensen bij het project de beste resultaten en voordelen oplevert voor de 65-plussers. Door verschillende wegen te verkennen, de grenzen van elk platform te verleggen en veilige ruimtes te creëren, zal de houding van deze bevolkingsgroep langzaam veranderen naarmate het aantal 65-plussers dat het internet begrijpt, mettertijd toeneemt. Dit is een van de grootste segmenten van onze samenleving: "er wordt voorspeld dat tegen 2050 een vijfde van de wereldbevolking ouder dan 60 jaar zal zijn."

(Digital Technologies and Social Inclusion Group (DTSI), 2015). Met een langere levensverwachting en een betere levensstandaard willen we een groot segment van de economische sector niet uitsluiten omdat we denken dat het CCI weinig te bieden heeft.

Module 3: Ijsbreker en teambuilding

Meer dan één verhaal spel

More Than One Story is een uniek en krachtig kaartspel dat bruggen bouwt tussen mensen van alle leeftijden, achtergronden en culturen.

Het begint met een korte presentatie van elke speler. De oudste deelnemer begint met "nieuwe vraag" en leest de vraag hardop voor. Vervolgens vertelt de speler een verhaal. De anderen luisteren actief en mogen de verteller aanmoedigen door vragen te stellen. Als de verteller klaar is, gaat het spel met de klok mee verder.

Leerdoelen

De deelnemers helpen het perspectief van ouderen door hun ervaringen te begrijpen en te waarderen en een band te scheppen tussen mensen van verschillende leeftijden, achtergronden en culturen.

De deelnemers in staat stellen om met hun gelijken om te gaan door de diversiteit van ervaringen, positieve en negatieve emoties, speciale momenten, enz. te erkennen en deze binnen de groep te presenteren.

In het bijzonder wil het spel:

- om je eigen angsten of vooroordelen die je geïsoleerd houden van mensen die anders lijken, aan te kunnen pakken.
- om het proces van integratie en insluiting, het openen van harten en geesten, te vergemakkelijken.
- empathie en waardering opwekken voor de unieke ervaringen van ieder mens en de communicatie tussen familie en vrienden verdiepen.
- om persoonlijke ervaringen en de daarmee verbonden gevoelens weer te geven
- om ideeën op te doen voor VR Theatre Play

Middelen

Een set kaarten, stoelen die de cirkel vormen, ontspanningsmuziek.

Duur: 90 min circa

Instructies

Zet de deelnemers op stoelen die de cirkel vormen. Vraag ieder van hen willekeurig twee kaarten te kiezen. Vertel hen dat ze één kaart mogen wisselen met een andere kaart van het kaartspel. Leg hen uit dat elk van de kaarten verschillende taken heeft.

Vraag elke speler om zich kort voor te stellen. Kies de eerste speler om zijn/haar taak te vertellen.

De kaarttaken omvatten:

- Vertel over iets nieuws dat je zou willen doen.
- Vertel een verhaal naar keuze uit een ervaring in je leven.
- Vertel een verhaal over iets dat je bezit en dat speciaal voor je is.
- Vertel een verhaal van een reis die je hebt gemaakt
- Vertel over een persoon die invloed heeft gehad op je leven.
- Vertel hoe een film of een boek je heeft beïnvloed.

Alle opdrachten hebben te maken met verschillende levensverhalen, zoals over een moment waarop je boos werd, toen je gul was, over iemand die je nog steeds mist, over een periode in je leven die je je altijd zult herinneren, enz. Je kunt ook een kaart krijgen als je een vraag naar keuze aan een andere speler stelt.

Elke deelnemer wordt een verteller volgens de kaart die hij heeft gekregen. De anderen luisteren actief en moedigen de verteller aan door vragen te stellen.

Als de eerste verteller klaar is, gaat het spel met de klok mee verder met een andere verteller. Zo gaat het verder tot elke deelnemer twee keer een verteller is geweest.

Wanneer iedereen deze taak heeft volbracht, vraagt u de deelnemers om hun gedachten, gevoelens, emoties of opmerkingen over openstelling te delen en te beschrijven met behulp van kaarten

Gebruikte methoden

- Visueel (ruimtelijk): met behulp van kaarten
- Verbaal (taalkundig): het gebruik van woorden in spraak
- Emotioneel): het delen van persoonlijke ervaringen en daarmee verbonden gevoelens door middel van levensverhalen
- Sociaal (interpersoonlijk): leren in groepen of met andere mensen

Debrief

Als ze hebben gedeeld wat ze op hun kaarten hebben geschreven, zeg dan tegen de deelnemers dat ze hun ogen moeten sluiten en zich één verhaal moeten voorstellen dat ze hebben gehoord of hun eigen verhaal dat onuitgesproken is gebleven. U kunt ontspannende muziek opzetten en het moment van bezinning inleiden door de deelnemers te vragen of het spelen van More Than One Story heeft geleid tot empathie, medeleven, begrip en waardering voor de unieke ervaringen van elke deelnemer. U kunt hen uitleggen dat de kaarten niet bedoeld zijn om naar meningen te vragen, maar om te vragen naar persoonlijke ervaringen en de daarmee verbonden gevoelens, gevoelens die we allemaal gemeen hebben.

Geef jezelf aan het eind vijf minuten de tijd om na te denken over wat het betekent om je in de plaats van de ander te stellen. U kunt de activiteit afsluiten door de deelnemers te vragen elkaar te omhelzen als teken van wederzijds begrip.

Deel I. Digitale inclusie van ouderen

Module 1. Publieksonwikkeling in het tijdperk van Covid-19

Hoe kun je je publiek analyseren, onderzoeken en uitbreiden in een context van fysieke afstand en isolatie?

Contextkader

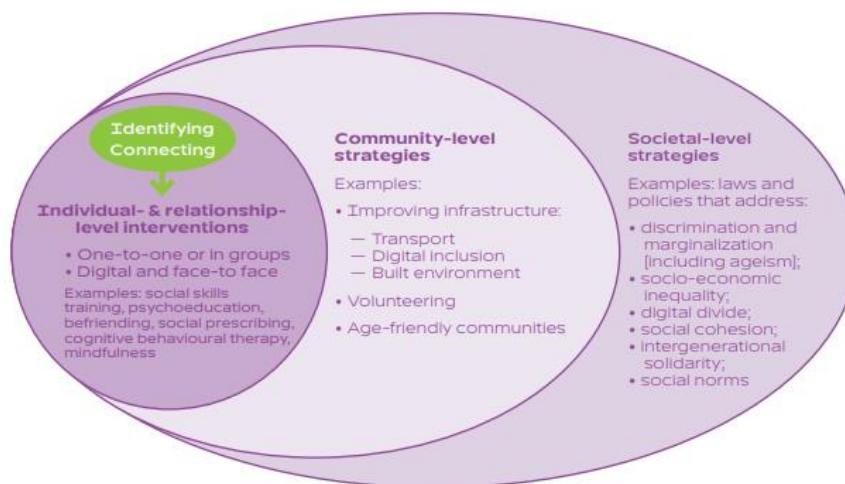
Volgens het AGE Platform woonden er begin 2018 101,1 miljoen ouderen (van 65 jaar of ouder) in de 28 EU-landen, bijna een vijfde (19,7 %) van de totale bevolking. In de komende drie decennia zal dit aantal naar verwachting stijgen tot 149,2 miljoen inwoners in 2050 (28,5 % van de totale bevolking). De gevolgen zijn echter heterogeen verdeeld; oudere vrouwen hebben over het algemeen meer kans (dan oudere mannen) om ernstige moeilijkheden te ondervinden bij het kunnen betalen van basisgoederen en -diensten, terwijl het groeiende aantal alleenwonende ouderen (oudere vrouwen) bijzonder zorgwekkend is.

Hoewel er momenteel geen wereldwijde schattingen zijn van het percentage ouderen in de gemeenschap dat te maken heeft met eenzaamheid en sociaal isolement, zijn er voor sommige regio's en landen wel schattingen beschikbaar. Bijvoorbeeld 20-34% van de ouderen in 25 Europese landen.¹

¹ Yang K, Victor C. Age and loneliness in 25 European nations. Ageing Society. 2011;31:1368 (<http://dx.doi.org/doi:10.1017/S0144686X1000139X>)

Andere studies van de WHO brengen sociaal isolement in verband met geestelijke en lichamelijke gezondheidsschade en verhogen het risico op onder meer hart- en vaatziekten, beroerte, diabetes, cognitieve achteruitgang, dementie, depressie, angst en zelfmoord.² Daar komt nog bij dat er veel kruisverbanden bestaan waardoor mensen een groter risico lopen op sociaal isolement en eenzaamheid, zoals etnische minderheden; lesbische, homoseksuele, biseksuele en trans+ mensen; mensen met lichamelijke en leerproblemen en langdurige gezondheidsproblemen; zorgverleners; en ouderen in verzorgings- en verpleeghuizen. Immigrant zijn is ook een risicofactor, aangezien immigranten doorgaans minder - vooral langdurige - sociale banden en minder sociale integratie hebben en vaak geconfronteerd worden met taal- en communicatiebarrières.³

Er bestaan veel interventiestrategieën naast elkaar om isolement en eenzaamheid te bestrijden, maar het volgende door de who gebruikte kader omvat de impact en de rol van digitale oplossingen daarvoor:



Bron: Sociaal isolement en eenzaamheid bij ouderen

Digitale interventies zijn van bijzonder belang vanwege zowel de toename van het gebruik ervan tijdens de COVID-19 pandemie als de snel toenemende rol van technologie in de afgelopen 10-15 jaar - met name internet, smartphones en sociale media - bij het bemiddelen van sociale relaties. Digitale interventies omvatten opleiding in het gebruik van internet en computers, ondersteuning van videocommunicatie, berichtendiensten, online discussiegroepen en fora, telefonische vriendschap, sociale netwerksites, chatbots en virtuele "metgezellen" van kunstmatige intelligentie.⁴

Deze online-interventies gaan gepaard met verschillende ethische bezwaren, zoals mogelijke inbreuken op de privacy, geïnformeerde toestemming en autonomie en ongelijke toegang. Bovendien bestaat de mogelijkheid dat online relaties de face-to-face interacties aanvullen als een potentieel schadelijk effect van digitale interventies, met name met het risico dat ouderen verder

² Sociaal isolement en eenzaamheid bij ouderen: advocacy brief. Genève: Wereldgezondheidsorganisatie; 2021. Licentie: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

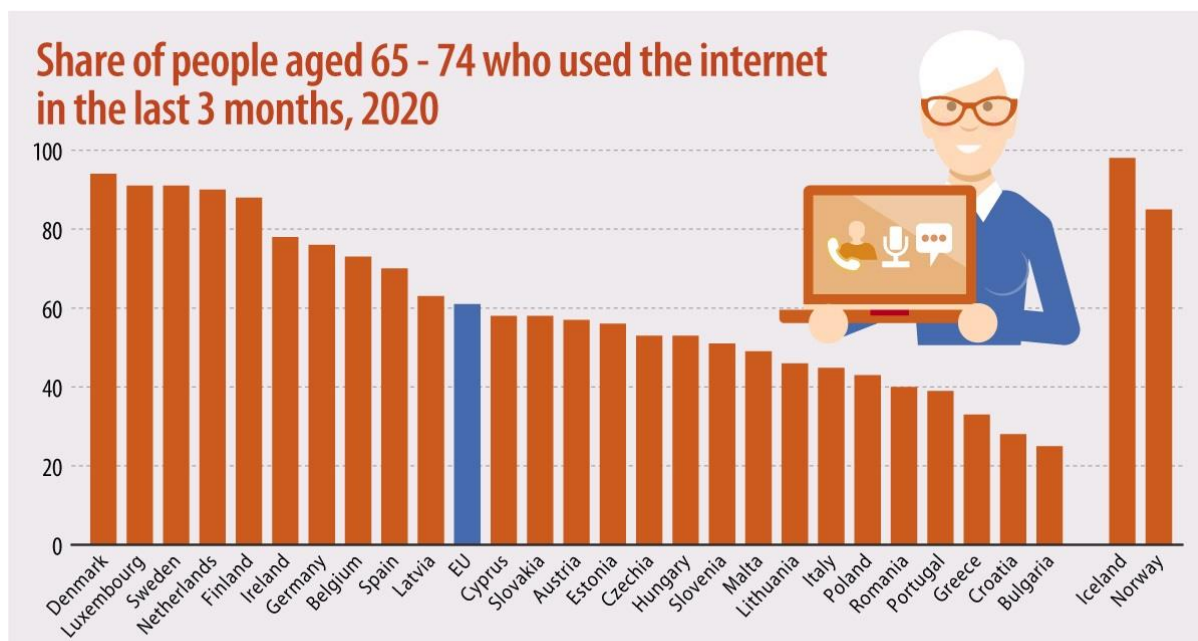
³ Jopling K. Promising approaches revisited: effective action on loneliness in later life. Londen: Campaign to End Loneliness; 2020 (https://www.campaigntoendloneliness.org/wp-content/uploads/Promising_Approaches_Revisited_FULL_REPORT.pdf).

⁴ Boulton E, Kneale D, Stansfield C, Heron P, Hanratty B, McMillan D et al. Rapid review of reviews: What remote delivered interventions can reduce social isolation and loneliness among older adults. Londen: EPPI Centre, University College London; National Institute for Health Research Older People and Frailty Policy Research Unit; 2020.

<https://eppi.ioe.ac.uk/CMS/Portals/0/Rapid%20Review%20Remotely%20Delivered%20Interventions%20to%20Reduce%20Loneliness%20and%20S...pdf>

geïsoleerd raken. Het is belangrijk het recht om offline te blijven te beschermen en alternatieven te ontwikkelen voor degenen die geen digitale contacten kunnen of willen leggen.

Ten slotte is het bevorderen van actief en gezond ouder worden van belang voor de Europese Unie; dit vereist de totstandbrenging van inclusieve digitale omgevingen waarin rekening moet worden gehouden met toegankelijkheidsrichtsnoeren bij het ontwerpen van nieuwe producten en diensten⁵, met begrip voor de problemen die de digitale kloof tussen ouderen in Europa doen toenemen; in 2020 heeft 88% van de mensen in de leeftijdsgroep 16-74 jaar in de EU gemeld dat zij de afgelopen drie maanden internet hebben gebruikt; dit varieert van 70% in Bulgarije tot 99% in Denemarken.⁶ Deze statistieken omvatten echter niet het specifieke gebruik van technologie, dat meestal begint met medisch en financieel gebruik, terwijl culturele online activiteiten daarna komen en mensen er nog niet zo vertrouwd mee zijn.



France: 2020 data not available. As a result, the EU aggregate has been estimated.

ec.europa.eu/eurostat

Publieksanalyse, onderzoek en uitbreiding in het zilveren tijdperk

De eerste voorgestelde kaders zijn gebaseerd op de Active Ageing Index (AAI), een instrument dat door de Verenigde Naties is gelanceerd om het onbenutte potentieel van ouderen voor actief en gezond ouder worden in alle landen te meten. De index meet de mate waarin ouderen zelfstandig leven, deelnemen aan betaald werk en sociale activiteiten, en hun vermogen om actief ouder te worden. Bovendien wordt ook rekening gehouden met omgevingsfactoren die hen in staat stellen actiever te zijn (zoals bijvoorbeeld de onderwijs- en zorgstelsels of de verschillende infrastructuren die welzijn, sociale cohesie en digitalisering bevorderen).⁷

⁵ Ouder worden in een digitale wereld - van kwetsbaar naar waardevol. Genève: Internationale Telecommunicatie-unie; 2021, https://www.itu.int/hub/publication/d-phcb-dig_age-2021/

⁶ Eurostat: Hoe populair is internetgebruik onder ouderen?; 2021, <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/edn-20210517-1>

⁷ 2018 Active Ageing Index Analytical Report: Verenigde Naties, Genève; 2019, https://unece.org/DAM/pau/age/Active_Ageing_Index/ECE-WG-33.pdf

Overall Index				
Active Ageing Index				
The Active Ageing Index (AAI) is a tool to measure the untapped potential of older people for active and healthy ageing across countries. It measures the level to which older people live independent lives, participate in paid employment and social activities as well as their capacity for active ageing.				
Domains	Employment	Participation in Society	Independent, Healthy and Secure Living	Capacity and Enabling Environment for Active Ageing
Indicators	Employment rate 55-59	Voluntary activities	Physical exercise	Remaining life expectancy at age 55
	Employment rate 60-64	Care to children and grandchildren	Access to health services	Share of healthy life expectancy at age 55
	Employment rate 65-69	Care to infirm and disabled	Independent living	Mental well-being
	Employment rate 70-74	Political participation	Financial security (three indicators)	Use of ICT
			Physical safety	Social connectedness
		Lifelong learning	Educational attainment	

bron: AAI-brochure

Aanbevolen wordt de AAI te gebruiken op individueel en groepsniveau om het effect van de verschillende variabelen die het ouder wordende publiek vormen, in kaart te brengen en zo de belangrijkste belemmeringen voor het gebruik van digitale apparaten en aangeboden diensten te identificeren.

Bovendien heeft het Platform voor digitale vaardigheden en banen een nieuw Europees online zelfbeoordelingsinstrument voor digitale vaardigheden gelanceerd dat rechtstreeks door de gebruikers van programma's voor beroepskeuzebegeleiding kan worden gebruikt om een goed inzicht te krijgen in de huidige digitale vaardigheden op basis van het vastgestelde Europese kader voor digitale vaardigheden - DigComp 2.0. Het invullen van de test duurt ongeveer 20 minuten en na afloop wordt een samenvattend verslag uitgebracht op basis van het digitale vaardigheidsniveau.

Inzicht in de specifieke kenmerken van ons doelpubliek is van groot belang om de beste digitale diensten te ontwerpen die zijn afgestemd op hun behoeften en om de moeite van het invoeren van technologie te overwinnen door de geleverde dienst een specifiek nut te geven. Voor het zoeken naar het beste nut en het begrijpen van de unieke profielen waarop moet worden gefocust, worden verschillende onderzoeksmethoden gecombineerd die gericht zijn op het opbouwen van kennis over de specifieke profilering van senioren. Wat belangrijk is, is de noodzaak om gebruikersgeoriënteerde ontwerpprocessen op te zetten die de deelname van ouderen aan het medeontwerp, de uitvoering en de evaluatie van diensten en programma's waarborgen.

Hieronder volgt een analyse van de regering van Zuid-Australië, waarin verschillende onderzoeks- en participatietechnieken met ouderen worden gekaderd.⁸

⁸ Better Together: A Practical Guide to Effective Engagement with Older People: Government of South Australia; 2021, <https://www.sahealth.sa.gov.au/wps/wcm/connect/efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365/Better+Together+-+A+Practical+Guide+to+Effective+Engagement+with+Older+People.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=ROOTWORKSPACE-efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365-nwLmRMW>.

Focusgroepen

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Useful for a detailed analysis of a particular issue • Can involve training and the use of peer facilitators • Can trigger further discussion and group interaction.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • May not be statistically representative of all older people • May not be a suitable forum for older people to discuss personal issues.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Focus groups should be used as a part of a larger engagement process to analyse and comment on particular issues. • To increase representativeness, peak, community sector organisations and schools can run focus groups.

Forums

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Can involve a large representative sample of older people • Allows older people the opportunity to interact with other people • Can develop the communication skills of older people • Can be empowering for older people if they are able to influence the forum's agenda and contribute to the outcomes.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • May not be a suitable forum for older people to discuss personal issues • Forums need substantial planning • Not everyone feels comfortable speaking in front of a large group.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Ensure older people are adequately prepared to discuss the issues • Creative presentations can be part of the forum and inspire discussions • Break into smaller groups.

Interviews

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Can provide participants with opportunities to talk about issues that may be difficult in large groups • Can be a comfortable and relaxed process that inspires a rapport with the interviewer and participant.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • Will not be representative of all older people • Can be intimidating to some older people who have little to no experience with being interviewed and older people with limited English skills. • No group interaction or ability to talk or brainstorm ideas with other people • Unsuitable if a large sample is needed • Unsuitable if the participant or government has limited time • Can be difficult to recruit interviewees.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Interpreters or bilingual interviewers can be used for Aboriginal and CALD participants where required • Provide some skill development for the participant particularly if they have never been interviewed before.

Enquêtes

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • A useful and quick method of gaining the views of a large cross section of older people • Can be physical (on paper or by telephone) or can be electronic via an email link or posted on a website • Can allow for anonymity • Useful to include people who are geographically isolated • Surveys can often be completed at the convenience of the participant • Answers are usually easily collated and analysed.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • Difficult to determine the seriousness of responses • Literacy abilities and clarity of instructions will determine the quality and accuracy of responses • Older people who are from non-English speaking backgrounds, may not find surveys accessible • No group interaction or ability to talk or brainstorm ideas with other people.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Ensure surveys are short • Ensure clarity of instructions and expectations • Ensure clarity of purpose • Provide language support or translate survey • Ensure adequate options and include opportunities for comments.

Gesprekken met collega's

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Can be useful to engage older people who feel more comfortable engaging with their peers • Can involve skill development such as communication skills, research, facilitation and interviewing skills • Builds capacity in the community • Provides a mechanism to better engage with marginalised groups through the potential to train peers from inside harder to reach communities.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • Time may be needed to train peer consultants.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Peer consultants can either be employed for the consultation or reimbursed in other ways (out of pocket expenses etc.).

Referentiegroepen

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Enables government to have an easy and ongoing access to a group of older people • Can be a starting point for other engagement processes for government • Effectively enables older people to provide direct feedback and input to government policies and programs on a regular basis • Can provide a forum in which older people can develop skills, experience and confidence.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • The formal committee approach may exclude some older people • May not be representative of all older people • Can limit participation from marginalised and diverse groups or those who may not have been involved with committees previously • Requires resources to support the group • Formal meetings require a regular, ongoing commitment by older people to the committee (this may be difficult for participants with other commitments).
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • The group may be more effective and older people will feel greater ownership if they assist in establishing the group including the terms of reference and purpose • Consider a variety of ways for people to participate, other than formal meetings of a reference group – a less formal network can also be effective.

Bovendien is een inclusief digitaal ontwerp essentieel om de toegang tot en het gebruik van digitale diensten te garanderen; daartoe werden zeven beginselen met specifieke richtsnoeren vastgesteld om het ontwerp van producten en omgevingen mogelijk te maken:

- 1- Rechtvaardig gebruik: Het ontwerp is nuttig en verkoopbaar voor mensen met verschillende capaciteiten.
- 2- Flexibiliteit in gebruik: Het ontwerp voorziet in een breed scala aan individuele voorkeuren en mogelijkheden.
- 3- Eenvoudig en intuïtief gebruik: Het gebruik van het ontwerp is gemakkelijk te begrijpen, ongeacht de ervaring, kennis, taalvaardigheid of het huidige concentratieniveau van de gebruiker.
- 4- Waarneembare informatie: Het ontwerp brengt de noodzakelijke informatie doeltreffend over aan de gebruiker, ongeacht de omgevingsomstandigheden of de zintuiglijke vermogens van de gebruiker.
- 5- Tolerantie voor fouten: Het ontwerp minimaliseert de gevaren en de nadelige gevolgen van toevallige of onbedoelde handelingen.
- 6- Lage fysieke fout: Het ontwerp kan efficiënt en comfortabel en met een minimum aan vermoeidheid worden gebruikt.
- 7- Grootte en ruimte voor benadering en gebruik: De juiste grootte en ruimte wordt geboden voor benadering, bereik, manipulatie en gebruik, ongeacht de lichaamsgrootte, houding of mobiliteit van de gebruiker.

Ten slotte moet bij de uitbreiding van digitale onlinepraktijken bij ouderen rekening worden gehouden met de bruikbaarheid van de technologische platforms en met de complementariteit ervan met off-line participatie, waarbij diensten worden opgebouwd rond territoriale en culturele banden van de doelgroep en de voordelen van intergenerationele interventies worden begrepen.

Module 2. "Sociaal afstandelijke cultuur"

Hoe zien creatieve en culturele activiteiten met een sociale afstand eruit? Hoe kunnen we ze inclusief en/of toegankelijk maken voor senioren?

Deze module is gewijd aan de relatie tussen kunst en technologie en meer specifiek tussen performatieve praktijken en nieuwe mediatechnologieën, en tracht te begrijpen hoe zij op elkaar inwerken en elkaar wederzijds beïnvloeden gedurende de laatste decennia. De module is hoofdzakelijk opgedeeld in twee vaste momenten: het eerste is ontworpen om te onderzoeken hoe de belangrijkste auteurs de bovengenoemde relatie de afgelopen 40 jaar hebben bestudeerd; het tweede is vooral gewijd aan het analyseren van hedendaagse casestudies die het algemene gesprek kunnen verrijken.

Het transformatieve potentieel van de kunsten is al lang een onderwerp van felle discussies, filosofische speculaties en wetenschappelijke metingen (Belfiore en Bennett 2007). Filosofen, psychologen, sociologen en neurowetenschappers zijn allemaal geïntrigeerd door vragen over de agency van de kunsten. Wat doen de kunsten? Wat is de invloed van kunst op het leven van mensen? Hoe beïnvloeden de kunsten de samenleving? Wat is de sociale impact van de kunsten? De antwoorden op deze vragen zijn nog open: het bewijs voor de agency van de kunsten is nog steeds niet sluitend en de effectiviteit van de kunsten om veranderingen teweeg te brengen is nog steeds onderwerp van discussie. Met dit overzicht inventariseren we de vele, heterogene en interdisciplinaire manieren waarop de transformerende effecten van de kunsten, met inbegrip van hun agentschappelijke, actieve en dynamische invloeden, zijn getheoretiseerd, besproken, gemeten en geëvalueerd.

De huidige digitale transformatie vormt een belangrijke sociale, culturele en economische verschuiving die in gang wordt gezet door technologische vooruitgang zoals virtuele realiteiten, slimme technologieën, kunstmatige intelligentie (AI), het internet der dingen (IoT) en automatiseringsprocessen die digitale netwerken en instrumenten en algoritmen voor datatoezicht met elkaar verbinden (Park en Humphry 2019). Te midden van deze ingrijpende digitale transformatie zijn mensen eerder geneigd te zoeken naar de zin van hun eigen positie en naar begeleiding en troost, niet in de laatste plaats in en door de kunsten (Swidler, 2001). Tegelijkertijd maken kunstenaars gebruik van de kracht van digitale technologieën zoals virtuele realiteiten als expressiemiddel om te experimenteren met nieuwe genres en nieuwe technieken van engagement of om kritische vragen over de toekomst van de mensheid te onderzoeken in het licht van vaak zwartgekleurde, ondoorgrondelijke en ondenkbare software-operatieve mechanismen (bijv. Hito Steyerl, Holly Herdon, Krostoffer Ørum, en vele anderen).

Terwijl een aantal pionierende kunstenaars en instellingen al tientallen jaren ambassadeurs van de digitale en technologische cultuur zijn geworden (of zich daartoe hebben laten verleiden), blijven de mainstream culturele instellingen toch een zekere weerstand vertonen tegen de nieuwe esthetiek en de nieuwe organisatie- en productiemodellen die uit de digitale technologieën voortvloeien. De bronnen van deze afstandelijkheid zouden de angst (of op zijn minst de angst) kunnen zijn voor het verdwijnen van het levende, het efemere en het unieke van de live-voorstelling; van de collectieve ervaring; van het uiteenvallen van het podium als ruimte voor menselijkheid, een sociale band en een politiek forum, zowel georganiseerd als spontaan.

Dit alles zou vervangen kunnen worden door een steeds ziekere maatschappij, hongerig naar onethische consumptie, geautomatiseerd en gerobotiseerd, geregeerd door de wet van de markt en

Big Data, wat al snel zou leiden tot het verlies van de mens, zijn handelingen en vaardigheden. Het idee achter deze angsten is dat cultuur en technologie in feite tegenover elkaar staan.

Dit idee sluimert op de achtergrond van een bepaald, in de culturele sector wijdverbreid discours, waarin wordt gewaarschuwd dat esthetische uitmuntendheid en een bepaald idee van kunst niet mogelijk zijn in podiumkunstvormen waarin digitale technologieën zijn geïntegreerd. Te experimenteel en moeilijk bemiddelbaar voor het publiek; te zeer gericht op technische of technologische componenten en daardoor zonder echte artistieke relevantie, of zelfs zonder verbeelding; specifieke expertise vereisend; de-socialiserend omdat het publiek uiteindelijk thuis kan blijven en naar een scherm kan kijken; eerder sprakeloosheid dan echte emotie uitlokkend: dit soort voorstelling voldoet niet aan het sociale en catharsische contract dat al meer dan 2000 jaar aan live performance wordt toegeschreven. En niet te vergeten het zeer praktische aspect van de technische uitdagingen die dergelijke voorstellingen vormen voor de "klassieke" uitrusting van onze culturele podia, die het onmogelijk - of in ieder geval zeer moeilijk - zouden maken om ze op te voeren, mochten ze ooit geprogrammeerd worden.

Anderzijds heeft de introductie van het digitale in de hedendaagse beeldende kunst, performatieve esthetiek en muziek in de afgelopen vijftig jaar geleidelijk de grenzen van verschillende artistieke categorieën doorbroken, zowel in het werk van de kunstenaars als in de locaties en instellingen die hen uitnodigen.

Digitale kunsten en hun resultaten op het podium zijn bedoeld als reële omgevingen die de fysieke deelname en de zintuiglijke en kritische waarneming van het publiek integreren. Digitale kunsten brengen de rol van de techniek in de kunst naar voren, ze gaan over de realiteit van delen van de hedendaagse wereld en over de technische vooruitgang en esthetische, sociale en economische veranderingen daarin. Toch lijkt het erop dat ze niet de verwachte en verdiende erkenning krijgen van de podiumkunstenwereld.

We worden dus geconfronteerd met de opkomst van een soort parallelle wereld, een netwerk van gespecialiseerde instellingen - aangevuld met enkele zeldzame multidisciplinaire instellingen - die andere beroepsfiguren, andere kunstenaars en een ander publiek aantrekken, en paradoxaal genoeg beweren een op zichzelf staande discipline te zijn. Paradoxaal, omdat de wereld van de podiumkunsten inderdaad de tegenovergestelde richting uitgaat, naar de afschaffing van grenzen tussen disciplines - grenzen die, laten we dat niet vergeten, ook ideologisch zijn, zoals kunsthistoricus, criticus en curator Christophe Wavelet onlangs stelde in zijn artikel "Malaise dans le performatif" ("Onbehagen in de performativiteit") in het Cahier de l'Onda (juli 2013) "Les Nouvelles Formes de la scène"; en zoals Theodor Adorno (en anderen daarvoor) al stelde in zijn beroemde essay *Art and the Arts* (1967).

In een context van structurele veranderingen en ideologische conflicten is het nuttig te verwijzen naar bredere concepten die door sommige hedendaagse onderzoekers en intellectuelen zijn voorgesteld. We kunnen bijvoorbeeld denken aan de "Derde Industriële Revolutie", beschreven door de Amerikaanse econoom Jeremy Rifkin, of het "World Wide Lab", genoemd door de Franse filosoof en antropoloog Bruno Latour. De Franse filosoof Bernard Stiegler (voormalig directeur van IRCAM3, oprichter van *Ars Industrialis*4 en initiatiefnemer van IRI - Institut de recherche et d'innovation in het Centre Pompidou - Frankrijk) is bijzonder actief in debatten die de Franse culturele wereld beroeren. Hij beschouwt de dubbele aard van techniek en haar instrumenten - weerspiegeld in het debat rond technologie en digitaal - en verwijst naar de oude Griekse term *pharmakon*, die "tegelijkertijd datgene is wat ons in staat stelt om voor iets te zorgen {van iets} en waar we voor moeten zorgen, in de zin van voorzichtig zijn: het is een helende kracht in de mate en overdaad waarin het een vernietigende kracht is".

We leven in een context waarin de "werelden", en met name de wereld van de podiumkunsten - vanuit het standpunt van instellingen, kunstenaars of intellectuelen - zichzelf in vraag stellen en proberen hun rol te begrijpen en te bevestigen in het licht van de vloedgolf van (nieuwe)

technologieën en van het digitale alles, dat vaak in het middelpunt van het publieke debat staat en alle domeinen van onze samenlevingen en alle aspecten van het leven "binnendringt" en beïnvloedt. Het aantal mogelijkheden voor discussie neemt toe, er ontstaan nieuwe professionele opleidingsmogelijkheden, nieuwe praktijken bloeien op binnen culturele organisaties, openbare instellingen stellen kaders voor en voeren ondersteunend beleid in de vorm van financiering, agenda's of digitale strategieën op nationaal niveau of op ruimere schaal (zie bijvoorbeeld de Digitale Agenda voor Europa op EU-niveau). Het is inderdaad van cruciaal belang om in contact te komen met het publiek, wiens gedrag, relaties en cognitieve processen zijn veranderd - en nog steeds veranderen - door het contact met digitale technologieën, het internet en de toegankelijkheid en verspreiding van een enorme hoeveelheid inhoud op het web. De nieuwe instrumenten bieden de culturele sector in het algemeen bevoorrechte mogelijkheden om zijn bestaande publiek te bereiken, nieuwe doelgroepen te ontwikkelen, nieuwe processen van bewustmaking, overdracht, artistieke en culturele vorming te ontwikkelen die beter zijn afgestemd op het hedendaagse publiek. Al deze kwesties moeten als een ecosysteem worden benaderd. Zo vereist het beschikbaar stellen van een video-opname via streaming allereerst de digitalisering ervan, vervolgens de ontwikkeling van een digitaal platform - dat op zijn beurt fondsen moet werven of partnerschappen moet creëren, misschien moet samenwerken met enkele onderzoekers en/of een commercieel bedrijf, en een aantal nieuwe activiteiten om het onlineplatform zin te geven. Dit alles leidt tot nieuwe vragen zoals: waarom besluiten we een nieuwe (digitale) benadering van een werk, of van cultuur aan te bieden? Hoe creëren we nieuwe partnerschappen met de onderzoekswereld of het bedrijfsleven als we geen specialisten zijn in digitalisering, digitale ontwikkeling of digitale sociologie? Hoe samen te werken met die nieuwe partners? Hoe het werk financieren? Hoe het project consistent beheren binnen mijn culturele organisatie? Moet ik de afdelingen en het personeel reorganiseren? Heeft het personeel een specifieke opleiding nodig? Hoe communiceer ik met het publiek? En wie zijn mijn doelgroepen en hoe zouden zij betrokken zijn?

Dit overzicht geeft een thematisch overzicht van de stand van zaken in de podiumkunsten op dit precieze moment van het digitale tijdperk. Deze cartografie benadert het digitale vraagstuk als een ecosysteem en beschouwt de hele waardeketen - creatie, onderzoek/productie, documentatie, verspreiding/bemiddeling. Het belicht nieuwe trends, de vele doelstellingen en het bij uitstek interdisciplinaire (of in ieder geval multidisciplinaire) karakter van de artistieke en culturele activiteiten die de grenzen tussen en buiten de verschillende disciplines verleggen.

Module 3. Effectieve outreach voor senioren in het tijdperk van Covid-19

Marketingstrategieën, netwerkmiddelen en diensten om senioren te bereiken

Uit de wereldwijde demografische trends blijkt dat de leeftijdsstructuur wereldwijd meer dan ooit tevoren snel verandert. De Verenigde Naties definiëren ouderen als mensen van 65 jaar of ouder op basis van hun chronologische leeftijd. Momenteel zijn er meer dan 703 miljoen ouderen, en verwacht wordt dat dit aantal tegen het jaar 2050 zal oplopen tot 2,1 miljard. Bevolkingsprognoses geven aan dat Europa en Noord-Amerika de snelst groeiende vergrijzende bevolking hebben, en tegen 2050 zal het bevolkingspercentage van oudere volwassenen naar verwachting 34% in Europa en 28% in Noord-Amerika bedragen.

Er bestaat een voortdurend negatief verhaal over ouder worden dat leeftijdsgebonden veranderingen, invaliditeit en afhankelijkheid bij ouderen met een slechte en verslechterende gezondheidstoestand een stijging van de uitgaven voor gezondheidszorg en de last daarvan voor de sociaal-economische aspecten van de samenleving inhoudt. Voorts heeft de COVID-19-pandemie ook onderstreept hoe ouderen in het algemeen in onze hedendaagse samenleving worden waargenomen en gewaardeerd. Deze crisis verergerde bestaande en diepgewortelde ongelijkheden zoals onderfinanciering in de zorgsector en het chronische tekort aan zorgverleners (zowel in de gezondheidszorg als in de sociale sector). In tegenstelling tot het negatieve verhaal stellen een langere levensduur en een goede gezondheid oudere volwassenen echter in staat een zinvolle sociale en economische bijdrage te leveren en hun welzijn op latere leeftijd te maximaliseren. Om gezond en succesvol ouder worden te vergemakkelijken, biedt de snelgroeiende digitale technologie, met al haar nadelen, belemmeringen en uitdagingen, een duizelingwekkende belofte en mogelijkheid.

Ondanks aanzienlijke gemengde en onovertuigende bevindingen is in verschillende studies en overzichten de positieve invloed aangetoond van digitale technologieën op verschillende dimensies van het leven van ouderen, waaronder gezondheid, huisvesting, diensten en transacties, mobiliteit en vervoer, toegang tot informatie, communicatie en werk, recreatie en zelfontplooiing. Bovendien spelen digitale technologieën een belangrijke rol bij de verbetering van de levenskwaliteit en de onafhankelijkheid van ouderen. In een evaluatie werd echter melding gemaakt van ambivalentie ten aanzien van digitale technologie vanwege negatieve effecten zoals een gevoel van privacy en

inbreuken op de persoonlijke veiligheid. Persoonlijke veiligheid in noodsituaties werd daarentegen gerapporteerd als een positief effect van het bezit van een mobiele telefoon.

De afgelopen decennia is het gebruik van digitale technologie onder ouderen exponentieel toegenomen, zowel in het gewone leven (dagelijks leven) als in de ondersteunde zorg (gezondheidszorg en sociale zorg). Veranderingen op de werkplek en de "standaard digitale" strategie voor het verlenen van overheidsdiensten zijn enkele van de factoren die ertoe bijdragen dat ouderen digitaal gaan werken. Digitale betrokkenheid bij gezondheidsbevordering en sociale ondersteuning via gezondheidsinformatie neemt ook toe. Het gebruik van digitale technologie door ouderen blijft echter beperkt tot communicatie, zoals het verzenden en ontvangen van e-mails, instant messaging, videogesprekken (Skype) en telefoongesprekken. Als mogelijke redenen voor het beperkte gebruik van digitale technologieën werden een ervaren of feitelijk gebrek aan belangstelling, lacunes in de vaardigheden en sociaaleconomische factoren genoemd [14]. Ook de leeftijdsgebonden achteruitgang van het gezichtsvermogen, het gehoor, de cognitie en de handvaardigheid dragen bij tot het beperkte gebruik van digitale technologieën.

Er is een discrepantie in digitale betrokkenheid, toegang en connectiviteit tussen jongeren en ouderen. Zo was in het Verenigd Koninkrijk tussen 2014 en 2019 een aanzienlijk deel van de oudere bevolking helemaal nooit digitaal verbonden of had de afgelopen 3 maanden geen internet gebruikt. Uit het onderzoek van het Office for National Statistics (ONS) van 2019 bleek dat 13,5% van de ouderen tussen 65 en 74 jaar oud en 47% van de ouderen van 75 jaar en ouder nooit internet heeft gebruikt. Een vergelijkbaar bevolkingsonderzoek in 7 Europese landen meldde slechts 12% internetgebruik onder ouderen (60 jaar en ouder), waarvan 64% het gebruikte voor gezondheidsgerelateerde zaken. In de Verenigde Staten is het smartphonebezit onder ouderen van 65 jaar en ouder aanzienlijk lager in vergelijking met het nationale gemiddelde (81%; d.w.z. 59% van de mensen tussen 65 en 74 jaar zijn smartphonebezitters, maar het daalt tot 40% onder mensen van 75 jaar en ouder).

Om een digitaal inclusieve en toegankelijke wereld te creëren, beveelt de Internationale Organisatie voor Standaardisatie mensgerichte en toegankelijke ontwerpen aan (ISO 9241-11:2018). Aanpassingsrichtlijnen zoals tekstlettergrootte, scherminstelling, contrast en kleuraanpassingen behoren tot de aanbevolen normen. Deze modaliteiten stellen ouderen met fysieke beperkingen in staat zich digitaal te engageren. Technologieontwerpen worden echter meestal gedreven door technology push in plaats van user demand pull factoren. Bovendien maakt de snelle ontwikkeling van de digitale technologie het voor ouderen moeilijk om de achterstand in te halen en zich aan de aanpassingsrichtsnoeren te houden.

Module 4. Marketingvaardigheden voor innovatieve CCI's in het tijdperk van Covid-19

Hoe innovatieve, digitale culturele activiteiten/inhoud aantrekkelijk maken voor senioren

Groeps- of individuele activiteit	Groepsactiviteit
Lengte	1,5 uur
Benodigde materialen	Op dit moment is elk printbaar gereedschap nodig. In het geval dat we ze rechtstreeks
Doel van de oefening	Begrijpen hoe digitale betrokkenheid werkt.
Te volgen stappen en beschrijving van elke stap	Na de drie stappen van een digitaal engagementproces in de marketingaanpak, zullen we beginnen met het testen van enkele digitale engagementsinstrumenten, hoe om te gaan met de evaluatie van de digitale geletterdheid van de deelnemer en beginnen met het samen analyseren van enkele case studies.

Deel III. Inclusie van ouderen via digitale culturele activiteiten

Module 1: Creatieve VR

Wat is het en wat kan het?

VR of Virtual Reality is een van de nieuwe technologieën in ons dagelijks leven. Virtuele realiteit (VR) en augmented reality (AR) zijn technologieën die het potentieel hebben om de manier waarop we werken, communiceren en dingen ervaren te veranderen. Ze zullen niet alleen een impact hebben op ons dagelijks leven, maar zullen naar verwachting ook een miljardenindustrie creëren. Zowel start-ups als grote bedrijven kunnen profiteren van VR en AR. Deze technologieën hebben het potentieel om voort te bouwen op Europa's creativiteit, vaardigheden en culturele diversiteit, en hebben een impact op verschillende domeinen - van productie, engineering en architectuur tot onderwijs, gezondheidszorg, kunst, entertainment en cultuur.

Virtuele realiteit is een kunstmatige driedimensionale omgeving die door middel van computermodellen wordt gecreëerd. Deze omgeving kan van alles zijn, van spelletjes tot kunstmatige klaslokalen. Een van de belangrijkste toepassingsgebieden van VR is het onderwijs.

Door een meer immersieve en interactieve ervaring te bieden, biedt VR meer memorabel, inspirerend en boeiend onderwijs.

VR-toepassingen dompelen gebruikers onder in deze omgeving door het gebruik van interactieve apparaten zoals headsets en handschoenen. Oculus was een van de eerste bedrijven die VR-headsets ontwikkelden en Oculus Quest is een van de best verkopende headsets op de markt. Oculus headsets hebben applicatiewinkels (samen Oculus Store genoemd) waar gebruikers VR-toepassingen kunnen kopen of gratis kunnen downloaden.

Virtuele realiteit (VR) is een krachtige technologie met het potentieel voor verrijkende sociale en psychologische impact. Disciplinaire psychologie en andere sociale wetenschappen moeten een proactieve houding aannemen ten aanzien van VR en onderzoek verrichten om de contouren van deze potentiële impact te helpen bepalen om de richting ervan te bepalen. Technische en sociale wetenschappers moeten samenwerken bij onderzoek naar de potentiële maatschappelijke effecten van VR.

Module 2: Creatieve VR voor senioren

Hoe kan VR worden gebruikt om senioren te betrekken bij creatieve activiteiten (waaronder verhalen vertellen, VR-schilderen)?

We zijn van plan een spel te spelen of een toepassing te tonen door het dragen van een VR-bril.

Groeps- of individuele activiteit	Individuele activiteit
Lengte	5 minuten per gebruiker
Benodigde materialen	Oculus Quest VR bril
Doel van de oefening	De VR-wereld leren kennen en getuige zijn van de gemakken ervan.
Te volgen stappen en beschrijving van elke stap	De bril wordt opgezet en de toepassing wordt gestart.

Deel III. Podiumkunsten en culturele activiteiten voor ouderen

Module 1: Creatieve veroudering

Wat is creatief ouder worden en wat zijn de voordelen?

Inleiding

De culturele en creatieve sectoren (CCI's) zijn zwaar getroffen door de Covid-19-crisis. In de hele EU waren bioscopen, theaters en culturele podia de eersten die door overheidsmaatregelen werden gesloten. Om de continuïteit van hun activiteiten te verzekeren, gingen vele online met digitale

versies van hun aanbod. Live streams van concerten en toneelstukken waren de meest voorkomende optie; de VR-zaal van de Bioscoopbiënnale van Venetië bood haar kijkers een meeslepende ervaring; musea boden 360° online bezoeken aan hun gedigitaliseerde inhoud; bibliotheken openden hun digitale archieven.

We kunnen verwachten dat dit soort oplossingen in de toekomst in grotere mate zullen worden toegepast om mensen in staat te stellen culturele activiteiten te ontplooiën in situaties van fysieke afstand of isolement. In feite heeft Covid-19 misschien een proces versneld dat al gaande was.

Een grote bevolkingsgroep dreigt echter buiten de digitale mogelijkheden te vallen. Senioren van 65+ stappen over het algemeen langzamer over op digitale hulpmiddelen en opties (Eurostat, 2018).

DISCoVeR Theatre wil volwassen professionals in CCI's voorzien van innovatieve en creatieve instrumenten om een breder publiek bij hun activiteiten te betrekken, gericht op de groep 65-plussers die het risico lopen om buitengesloten te worden of zich buitengesloten te voelen. Een groot onderdeel hiervan is Creative Ageing als concept, een geweldige en innovatieve manier om met senioren om te gaan.

De doelstellingen van deze modules zijn:

- Concept van creatief ouder worden presenteren
- Beste praktijken van creatief ouder worden en betrokkenheid van ouderen via digitale technologieën onder de aandacht brengen

Definities

Veroudering⁹ het proces van ouder worden *tekenen van veroudering*. In de afgelopen decennia is de levensverwachting¹⁰ over de hele wereld toegenomen - beschaving, kwaliteit van leven en goed ontwikkelde gezondheidszorg. Veroudering is een normaal lichamelijk proces. Proces van het leven, proces van onze weg... Sommige theorieën¹¹ suggereren dat cellen een vooraf bepaalde levensduur hebben, terwijl anderen beweren dat het wordt veroorzaakt door fouten en schade. Andere theorieën zeggen dat veroudering het gevolg is van genetische, evolutie of biochemische reacties. Een gezonde levensstijl kan uw risico op ziekte verminderen, uw leven verlengen en uw levenskwaliteit verbeteren.

Actief ouder worden¹² betekent mensen helpen zo lang mogelijk de baas te blijven over hun eigen leven terwijl ze ouder worden en, waar mogelijk, een bijdrage te leveren aan de economie en de samenleving. Actief ouder worden¹³ bevordert de visie dat alle individuen - ongeacht hun leeftijd, sociaaleconomische status of gezondheid - actief deelnemen aan het leven in alle zeven dimensies van welzijn: emotioneel, ecologisch, intellectueel/cognitief, fysiek, professioneel/beroepsmatig, sociaal en spiritueel (*International Council on Active Aging*).

Waarschuw je hersenen met vragen

- Kunst ? met wie eet je en hoe gebruik je het ?
- Wat is kunst?
- Wat is verbeelding?

⁹ https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/ageing_1

¹⁰ <https://www.healthline.com/health/why-do-we-age#life-expectancies>

¹¹ <https://www.healthline.com/health/why-do-we-age#life-expectancies>

¹² <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=1062>

¹³ <https://www.icaa.cc/activeagingandwellness/what-is-active-aging.htm>

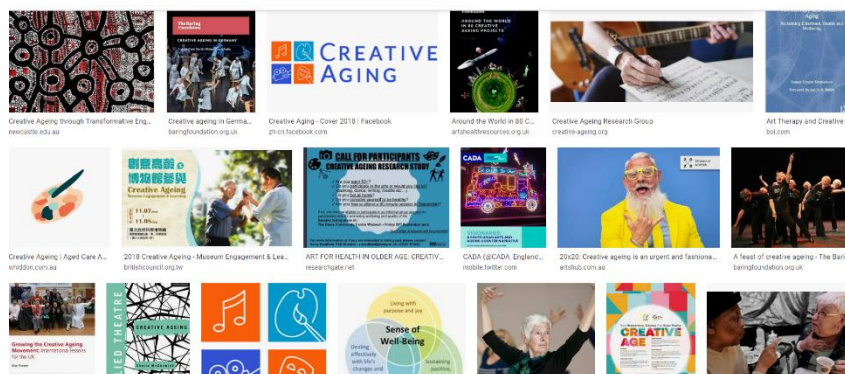
- Wat is vaardigheid?
- Wat is plezier?
- Wat is creativiteit?
- Waarom zou kunst nuttig kunnen zijn voor gezond ouder worden?
- De behoeften van oudere volwassenen

Het concept creatief ouder worden

Oudere¹⁴ volwassenen zijn betrokken bij kunsteducatie voor volwassenen van 55 jaar en ouder door het bevorderen van de opname van professionele kunstprogramma's in organisaties die oudere volwassenen bedienen; het voorbereiden van docerende kunstenaars op het werken met oudere volwassenen, en het bevorderen van levenslang leren in onze gemeenschappen.

Creatief ouder worden - via de kunsten (muziek, theater, dans, schilderkunst, enz.) - houdt de belofte in van een proces van verdiende vrije tijd.

De hoofdgedachte van creatief ouder worden - hoe het leven van duizenden oudere volwassenen te verbeteren. Creatief ouder worden in zijn vele vormen is hoopgevend, vaak transformerend en meestal leuk.



In de publicatie "The Creativity and Aging Study: The Impact of Professionally Conducted Cultural Programs on Older Adults",¹⁵ wordt de nadruk gelegd op deelname aan activiteiten die creatieve en positieve betrokkenheid bevorderen. Deze betrokkenheid heeft een positief effect op de psychologische, fysieke en emotionele gezondheid van oudere volwassenen.

Oudere volwassenen¹⁶ kunnen een vitale bijdrage leveren aan de samenleving als scheppers en leden van de gemeenschap. Volgens lifetimearts.org verbetert kunstparticipatie het emotionele welzijn van oudere volwassenen, ondersteunt het een goede gezondheid, versterkt het de sociale banden en brengt het een verhoogde ervaring van doelgerichtheid en vreugde in ons leven naarmate we ouder worden. De effecten van ouder worden - eenzaamheid, isolatie, depressie, beperkte toegang tot creatieve activiteiten. Creatief ouder worden helpt om gezond en positief te blijven, de voordelen van de toekomst te zien en van elke dag in het leven te genieten. Levenskwaliteit en welzijn zijn belangrijk in elke levensfase, maar welzijn met behulp van creativiteit helpt om fit te blijven en van levenservaringen te genieten. Uit onderzoek van de National Assembly of State Arts Agencies blijkt dat 65-plussers die deelnemen aan wekelijkse kunstprogramma's minder doktersbezoeken afleggen en minder medicijnen gebruiken dan mensen zonder creatieve bezigheden. Ander onderzoek bevestigt dat kunst de mentale activiteit kan stimuleren en vaardigheden kan helpen ontwikkelen.

¹⁴

¹⁵ <https://www.lifetimearts.org/creative-aging/>

¹⁶ https://nasaa-arts.org/nasaa_research/creative-aging/

Niet-farmacologische therapieën¹⁷ hebben een enorme invloed op neuropsychiatrische symptomen en de kwaliteit van leven, en op kunst gebaseerde interventies lijken bijzonder geschikt voor de revalidatie van ouderen omdat zij zowel op cognitieve functies als op de kwaliteit van leven inwerken. Als conclusie benadrukt de National assembly of State Arts Agencies¹⁸ dat "er overweldigend bewijs is voor de voordelen van kunst voor gezondheid en welzijn, vooral voor oudere bevolkingsgroepen".

Creatief leren¹⁹ verbonden met sociale betrokkenheid, creatief ouder worden, verzekering mentaal, fysiek welzijn. Wat kun je nieuw leren als je ouder bent, hoe kun je genieten van niet-formele leeractiviteiten. Voor kwaliteit van leven is belangrijk goede emoties. Muziek verbindt de emoties van mensen, gevoelens, creëerde koren engagent in een gemeenschappelijke activiteiten, zingen nuttige fysieke activiteit die welzijn van ouderen te bevorderen. Zingen, luisteren, begeleiden helpt verschillende vaardigheden te ontwikkelen waardoor ouderen bezig kunnen zijn en niet aan gezondheidsproblemen hoeven te denken.

Gebaseerd op de National Assembly of State Arts Agencies "Muziek kan oudere volwassenen ook helpen om te gaan met het verdriet van het verlies van dierbaren, terwijl deelname aan elke vorm van kunst uiting kan geven aan ervaringen die anders moeilijk te verwoorden zijn, zoals de diagnose kanker. Ouderen die zingen met een koor melden minder doktersbezoeken, minder medicijngebruik, minder hoge bloeddruk en een betere algemene lichamelijke gezondheid dan degenen die dat niet doen. Er zijn ook aanwijzingen dat muziek chronische problemen zoals gewrichtspijn en emfyseem kan verminderen, terwijl het bespelen van een muziekinstrument gehoorproblemen kan helpen verzachten".



Expressie van emoties met beweging (dans) kan een vergelijkbare vorm zijn als zingen, maar in combinatie met muziek helpt dans om de motoriek op orde te houden. Dansen is nuttig voor iedereen, ongeacht leeftijd. De National Assembly of State Arts Agencies benadrukt dat dans als middel voor lichamelijke gezondheid de symptomen van Parkinson kan verlichten. "Bovendien melden oudere volwassenen die deelnemen aan balletlessen dat ze zich meer bezielde voelen en een betere houding, flexibiliteit, lichaamsbeheersing en een algemeen gevoel van lichamenlijk welzijn hebben. Ouderen die kunst maken en deelnemen aan kunstzinnige activiteiten melden een beter geheugen en cognitief functioneren dan degenen die geen van beide doen. Onderzoek suggereert dat volwassenen boven de 75 jaar die regelmatig een

¹⁷ <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01467/full>

¹⁸ <https://nasaa-arts.org/wp-content/uploads/2019/03/creative-aging-strategy-sampler.pdf>

¹⁹ <https://nasaa-arts.org/wp-content/uploads/2019/03/creative-aging-strategy-sampler.pdf>

instrument bespelen minder kans hebben om dementie te ontwikkelen dan degenen die dat niet doen".

National Assembly of State Arts Agencies bepaalt dat muziektherapie een vermogen heeft aangetoond om geheugenverlies onder controle te houden en een betere levenskwaliteit te ervaren. "Zorg rond het levenseinde is een moeilijke realiteit van het ouder worden, maar een die de kunst kan verlichten. De kunst kan het fysieke en - door het verminderen van angst en vermoeidheid - het emotionele comfort van patiënten die zorg ontvangen aan het einde van hun leven effectief verhogen. In het bijzonder blijkt uit onderzoek dat muziektherapie een effectief middel is om het emotionele en spirituele welzijn van hospice patiënten en patiënten in ziekenhuizen die palliatieve zorg ontvangen te versterken. Meer in het algemeen, maar niettemin belangrijk voor patiënten en hun familie, kunnen kunstprogramma's in ziekenhuizen de ervaring van patiënten aan het einde van hun leven personaliseren en gevoelens van institutionalisering verminderen."

Voordelen van creatief ouder worden gedefinieerd in tabel 1. Belangrijkste voordelen voor gezondheid, welzijn en geluk beschreven. Kunstactiviteiten²⁰ bieden een breed scala aan voordelen (helpen mensen te ontspannen; geven een gevoel van controle; verminderen depressie en angst; helpen bij socialisatie; stimuleren speelsheid en gevoel voor humor; verbeteren cognitie; bieden zintuiglijke stimulatie; bevorderen een sterker gevoel van identiteit; vergroten gevoel van eigenwaarde; voeden spiritualiteit; en verminderen verveling. Expressieve kunsttoefeningen vormen innovatieve interventies om zelfexpressie te bevorderen en de communicatie met anderen te verbeteren". Uit onderzoek van Peishan Yang²¹ blijkt dat "deelnemers minder last hadden van eenzaamheid en depressie, een hoger moreel en een betere handvaardigheid. Bovendien vonden de deelnemers dat nieuwe sociale rollen dankzij de programma's leidden tot een betere stemming en meer zelfvertrouwen, betere familierelaties en in sommige gevallen zelfs een hoger inkomen".

Voor de gezondheid	Vermindert eenzaamheid en verbetert cognitie	Verhoogde mentale betrokkenheid verminderen depressie en angst
Voor het welzijn	Verminder verveling	Verhoogde fysieke activiteit Individen helpen ontspannen
Voor geluk	Sociale deelname	Actief betrokken bij het leven

²⁰

https://www.todaysgeriatricmedicine.com/news/ex_082809_03.shtml#:~:text=Therapeutische%20kunst%20ervaringen%20kunnen%20paalen%20en%20dikkere%2C%20sterkere%20dendrieten%aanleveren.

²¹ <https://www.forbes.com/sites/nextavenue/2016/10/03/the-arts-and-aging-5-surprising-insights-on-creativity/?sh=278369797be0>

Tabel 1. Voordelen van creatief ouder worden (Ž.Navikienė, 2022)

Deelname aan de kunst creëert wegen naar gezond ouder worden²². De inspanningen op het gebied van creatief ouder worden²³ combineren op verschillende manieren expertise over en praktijken uit de sectoren kunst, menswetenschappen, onderwijs, gezondheid en ouder worden. Gezien het interdisciplinaire karakter ervan, beschikken de nationale kunstagentschappen over vele mogelijkheden om activiteiten op het gebied van creatief ouder worden mogelijk te maken.

Mensen hebben verschillende smaken en culturele referentiepunten, maar ze hebben er allemaal baat bij hun creatieve vermogen aan te spreken en ze hebben er plezier in.

De toegenomen levensduur²⁴ is slechts een onderdeel van de bio-demografische veranderingen die het sociale en economische leven beïnvloeden. Creatief ouder worden is "de praktijk van het betrekken van oudere volwassenen (55+) bij participatieve, professioneel geleide kunstprogramma's met de nadruk op sociale betrokkenheid en beheersing van vaardigheden. Ontworpen om mogelijkheden te bieden voor zinvolle creatieve expressie door middel van workshops in de beeldende, literaire en uitvoerende kunsten. Met een positieve benadering van de realiteit dat we allemaal ouder worden, is het niet verrassend dat creatief ouder worden een belangrijke kracht is geworden waarmee rekening moet worden gehouden.

Sociale participatie en vrijwilligerswerk belangrijk voor actief ouder worden (tabel nr.2) betrokkenheid bij vrijwilligersactiviteiten gericht op het gebruik van kunst creëert voor ouder worden mogelijke activiteiten (theater, muziek, dans, schilderen enz.).

ACTIEVE VEROUDERING		
Maatschappelijke participatie en vrijwilligerswerk	Theater	poëzie, literatuur,
	Muziek	Koren, zingen, verhalen vertellen
	Dans	Expressie
	Schilderen	Beeldende kunst

Tabel 2. Mogelijke activiteiten voor creatief ouder worden (Ž.Navikienė, 2022)

"Reminiscence Arts"²⁵ is de unieke aanpak van Age Exchange om creatief te werken. Eenvoudig gezegd is het de creatieve verkenning van herinneringen

- De verkenning van levend geheugen en gedeelde levenservaringen door middel van kunst
- Het verleden ontsluiten door middel van verhalen en geheugentrekkers uit ons archief van historische voorwerpen

²² <https://www.nia.nih.gov/news/participating-arts-creates-paths-healthy-aging>

²³ <https://nasaa-arts.org/wp-content/uploads/2019/03/creative-aging-strategy-sampler.pdf>

²⁴ <https://www.psychologytoday.com/us/blog/boomers-30/201709/creative-aging>

²⁵ <https://www.age-exchange.org.uk/who-we-are/what-is-reminiscence-arts/>

- Bruggen slaan tussen verleden, heden en toekomst, met directe gevolgen voor gezondheid en welzijn.

Wij brengen onze verhalen en ervaringen, ons gedeelde erfgoed of zelfs de geschiedenis van onze gedeelde ruimten tot leven. Daarom kan ons werk een verhalende lineaire zijn of, wanneer we werken met mensen met geheugenproblemen, een herinnering die wordt opgeroepen door een handeling.

Bijvoorbeeld de geur van Chanel op de kaptafel van je moeder, het gevoel van wollen sokken op een koude dag, het is net als fietsen, iets wat je nooit meer vergeet.

Reminiscence Arts is de beoefening en verkenning van doorleefde ervaringen door middel van de kunst

Reminiscentiekunst kan verhalend zijn, lineair, ervaren door belichaamd geheugen, en als zintuiglijk geheugen. Indien effectief heeft het resonantie en waarde waar de focus ligt op het verkennen van ervaringen uit het verleden om relaties, leren, zorg en creativiteit in het heden te beïnvloeden.

De kern van Reminiscence Arts is de focus op het empoweren van het individu, door hen in staat te stellen herinneringen te delen via een reeks kunstzinnige media en creatief en positief te interageren met anderen.

Reminiscentiekunst is relevant voor alle culturen en generaties. Het wordt beoefend door professionals met een multidisciplinaire kunstachtergrond, die door een gerichte training in reminiscentie, ethiek en activiteit hun potentieel verrijken om ouderen te empoweren door verbindingen te leggen met doorleefde ervaringen.

Het is zeer effectief in het werk met kwetsbare ouderen, in het bijzonder ouderen met dementie. In deze zorg- en gemeenschapsomgevingen werken professionals met een zeer persoonsgerichte en empathische focus. Reminiscentie wordt op organische wijze verkend via een breed scala aan stimuli, waarbij de professional op zoek gaat naar de prikkel die de deelnemer in staat stelt zich te engageren, te communiceren en te creëren. Dit kan zijn door het stimuleren van zintuiglijke herinneringen, geur, tast, smaak, of het gebruik van muziek, of het meest effectief waar taal en formeel geheugen verloren lijken - door belichaamde herinnering. Kijken hoe een werkbeweging, huiswerk, dans, opnieuw kan worden verbonden met en genoten van het heden. In dit werkveld is Reminiscence Arts zeer waardevol bij het gebruik van iemands gevonden levensgeschiedenis om de kwaliteit van leven en het welzijn in het heden te beïnvloeden.

Reminiscence Arts wordt gebruikt om zorgpersoneel op te leiden, om hen relevante vaardigheden bij te brengen waarmee zij het levensverhaal van bewoners of patiënten kunnen gebruiken en zinvolle activiteiten kunnen bieden waarin de persoon centraal staat. Op deze manier wordt reminiscentie niet alleen gebruikt om het langetermijngeheugen te bereiken, maar om de kennis van iemands levensgeschiedenis te gebruiken om de kwaliteit van de dagelijkse zorg te beïnvloeden".

Creatieve verouderingsvormen

Creatief ouder worden kan op verschillende manieren worden ingevuld en er zijn veel mogelijkheden om creatief ouder worden te implementeren. De betrokkenheid en participatie van ouderen zou een belangrijke factor moeten zijn voor NGO's, gemeenten en overheidsorganisaties die verantwoordelijk zijn voor culturele en creatieve activiteiten. In tabel 3 zijn verschillende vormen van creative ageing verzameld (therapeutische kunst, community-based kunst, expressieve kunst, reminiscentiekunst, performatieve kunst, vitaliteitskunst programmamodel. Deelnemende²⁶ organisaties vergrootten hun capaciteit - inclusief kennis, vaardigheden, structuren en netwerken -

²⁶ <https://bbe.037.myftpupload.com/wp-content/uploads/2020/06/SVA-MN-final-report-final-DS.pdf>

om vitaliteitskunstprogramma's te plannen, te implementeren, te evalueren en in stand te houden. Veel organisaties veranderden hun identiteit naarmate ze bekender werden met het aanbieden van participatieve kunsteducatie voor oudere volwassenen. Sommigen meldden dat de groei en het enthousiasme van hun Vitality Arts deelnemers hun personeel energie gaf en hun missiegevoel versterkte. Na twee jaar Aroha-financiering waren 27 van de 28 organisaties van plan om door te gaan met Vitality Arts. Deze programma's en de openbare afsluitende evenementen leken enige invloed te hebben op de houding van de gemeenschap ten opzichte van oudere volwassenen: meer dan twee derde van de respondenten van de afsluitende evenementen was het ermee eens dat het evenement hun kijk op de capaciteiten van oudere volwassenen had verruimd. Dit gold in het bijzonder voor respondenten jonger dan 55 jaar, van wie 79% het met deze stelling eens was.

Creatieve verouderingsvormen	Beschrijving
Therapeutische kunst	cognitieve en gedragsstoornissen, waaronder verslaving, geestesziekten en met name dementie
Kunst in de gemeenschap	organisaties die oudere volwassenen bedienen aanmoedigen om kunsteducatieve programma's te ontwikkelen
Vitaliteit kunstprogramma model	De kracht en impact van creatieve verouderingsprogramma's demonstreren aan een nationaal publiek. Kunst- en cultuurorganisaties aanmoedigen om participatieve kunsteducatieprogramma's voor oudere volwassenen te ontwikkelen.
Expressieve kunsten	een link leggen naar sociaal engagement
Herinnering Kunst	Levenservaring en herinneringen
Performatieve kunst	een kunstvorm die visuele kunst combineert met een dramatische voorstelling

Tabel 3. Vormen van creatief ouder worden (Ž.Navikienė, 2022)

"Therapeutische kunst²⁷ ervaringen kunnen zin en doel geven aan het leven van oudere volwassenen op ondersteunende, niet-bedreigende manieren. Neurologisch onderzoek toont aan dat kunst maken de cognitieve functies kan verbeteren door zowel nieuwe neurale paden als dikkere, sterkere dendrieten te produceren". Kunstzinnige therapie²⁸



²⁷

<https://www.todaysgeriatricmedicine.com/news/ex-08-den%20en%20dikkere%2C%20sterkere%20dendrieten%aanleveren>.

²⁸ <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>

- "is een integraal beroep in de geestelijke gezondheidszorg en menselijke dienstverlening dat het leven van individuen, gezinnen en gemeenschappen verrijkt door middel van actief kunst maken, creatieve processen, toegepaste psychologische theorie en menselijke ervaring binnen een psychotherapeutische relatie. Kunstzinnige therapie, gefaciliteerd door een professionele kunstzinnig therapeut, ondersteunt effectief persoonlijke en relationele behandelingsdoelen en maatschappelijke zorgen. Kunstzinnige therapie wordt gebruikt om cognitieve en sensorimotorische functies te verbeteren, eigenwaarde en zelfbewustzijn te stimuleren, emotionele veerkracht te cultiveren, inzicht te bevorderen, sociale vaardigheden te verbeteren, conflicten en onrust te verminderen en op te lossen, en maatschappelijke en ecologische veranderingen te bevorderen".

"Kunstzinnige therapie²⁹ is uitvoerig bestudeerd en het is bewezen dat het helpt bij tal van cognitieve en gedragsmatige aandoeningen, waaronder verslaving, geestesziekten en in het bijzonder dementie. Het is aangetoond dat kleur-, teken- en schilderactiviteiten mensen een zinvolle stimulans bieden die het gevoel van eigenwaarde verbetert en daardoor de sociale interactie bevordert. Het is alleen maar logisch als men stilstaat bij de aard van de mens vanaf zijn geboorte. We streven er voortdurend naar iets te beheersen, van onze eerste stappen tot onze opleiding, onze carrière, het opvoeden van kinderen en ons pensioen. Als er niets meer is om naar te streven of naar uit te kijken, hebben mensen de neiging achteruit te gaan. Iets creëren vertraagt dit verval. Samen met individuele beheersing is het andere aspect van de expressieve kunsten dat hen zo'n levensvatbare niet-farmaceutische optie maakt, de mogelijkheid tot sociale betrokkenheid met anderen. Er wordt veel onderzoek gedaan naar de aard van dementie en de noodzaak om de dementiezorg uit te breiden. Er worden meer pogingen gedaan om de kwaliteit van leven meer als een individuele ervaring te zien dan als een algemene behandeling voor een ziekte. Sociale interactie met anderen en expressieve kunstzinnige therapie maken dit punt zeer relevant".

De levensreis brengt ons in verschillende levensfasen. De programma's van Vitality Arts³⁰ waren zeer effectief in het helpen van oudere volwassenen om artistiek, mentaal en sociaal te groeien. Het programmamodel dat deze uitstekende resultaten oplevert wordt gegeven door Lifetime Arts en heeft de volgende primaire kenmerken: - Opeenvolgend leerplan - Onderwezen door een professionele kunstenaar die voorbereid is om met deze leeftijdsgroep te werken - Intensieve sociale betrokkenheid en artistieke ontwikkeling - Minstens 8 sessies van minstens 90 minuten, met een publiek hoogtepunt Belangrijke secundaire kenmerken zijn: kwaliteitsmaterialen en -benodigdheden (bv. visuele en textielkunstbenodigdheden en -uitrusting, en muziekinstrumenten); geschikte ruimte/faciliteiten voor het leren en voor hoogtepunten, waar nodig aangepast aan de fysieke beperkingen van deelnemende oudere volwassenen; en gratis of tegen een betaalbare prijs aangeboden voor het spectrum van lokale oudere volwassenen. Kunstprogramma's zijn essentieel om oudere volwassenen te helpen dynamische leden van de samenleving en een belangrijk deel van hun gemeenschap te blijven. Op de gemeenschap gebaseerde kunstprogramma's voorzien jongere generaties ook van positieve rolmodellen die een sterk gevoel van betekenis en doelgerichtheid aanmoedigen. Creatief ouder worden is een goede zaak voor iedereen op lokaal en nationaal niveau. Intergenerationele activiteiten vinden plaats in stedelijke, voorstedelijke en landelijke gemeenschappen in uiteenlopende settings zoals buurthuizen, seniorencentra, begeleid wonen, dagopvang voor volwassenen, kunstinstellingen en bibliotheken.

In het boek³¹ "*Applied Theatre: Creative Ageing*" wordt gedefinieerd dat theater "beantwoordt aan de behoeften van oudere volwassenen om resultaten zoals welzijn en sociale inclusie aan te moedigen". In het boek wordt besproken hoe toegepaste theaterpraktijken ons kunnen helpen dit te doen op een manier die zowel positief als inclusief is.

²⁹ <https://www.seniorsmatter.com/expressive-arts-for-the-elderly/2491906/>

³⁰ <https://bbe.037.myftpupload.com/wp-content/uploads/2020/06/SVA-MN-final-report-final-DS.pdf>

³¹ <https://www.abebooks.com/9781474233828/Applied-Theatre-Creative-Ageing-Sheila-1474233821/plp>

Performatieve kunst. Nederland heeft een schat aan grote kunstorganisaties in alle disciplines, bijvoorbeeld het Concertgebouw en het Nederlands Dans Theater. De kracht van Nederland in de beeldende kunst is vooral bekend, van de Gouden Eeuw van Rembrandt tot van Gogh en Mondriaan en de geavanceerde digitale kunst van vandaag, tentoongesteld in een reeks beroemde musea zoals het Rijksmuseum en musea en galeries verspreid over het hele land.³²

Het staat vast dat sociale hulpbronnen, zoals familiebanden en de aanwezigheid van burens, van grote invloed zijn op de ontwikkeling van sociaal welzijn op latere leeftijd. Oudere volwassenen beschouwen sociale verbondenheid als een van de belangrijkste determinanten van succesvol ouder worden. Zelfmanagementvaardigheden, de gedrags- en cognitieve vaardigheden om het welzijn op latere leeftijd in stand te houden, zijn functioneel voor de vervulling van sociale basisbehoeften, namelijk status, gedragsbevestiging en genegenheid. Versterking van de kernvaardigheden voor zelfbeheer met het oog op welzijn kan helpen bij de preventie van leeftijdsgebonden sociale problemen bij oudere volwassenen³³.

Toegang tot informatie- en communicatietechnologieën (ICT), zoals computers, tablets of mobiele telefoons, wordt geassocieerd met een grotere levenstevredenheid, minder depressie en minder gevoelens van eenzaamheid. Tot op heden heeft de meerderheid van de oudere volwassenen in Nederland toegang gekregen tot op internet gebaseerde communicatiediensten. Hoewel digitale participatie geen vervanging is voor allerlei face-to-face activiteiten, kan het internet een nuttig instrument zijn om zelfmanagementvaardigheden te ondersteunen wanneer de sociale middelen afnemen. Er is weinig bekend over de relatie tussen digitale participatie voor sociale doeleinden en de zelfmanagementvaardigheden van mensen. Daarom onderzocht dit cross-sectionele onderzoek associaties tussen zelfmanagementvaardigheden en sociaal internetgebruik, zoals het bezoeken van sociale netwerksites en digitaal bellen, onder in de gemeenschap wonende oudere volwassenen³⁴.

Culturele participatie. [Toepoel V.](#) (2011) concludeert op³⁵ dat "ouderen minder vaak deelnemen aan sociale bijeenkomsten en minder nauwe contacten hebben dan de volwassen bevolking in het algemeen. Ook ervaren zij meer gevoelens van eenzaamheid. Oudere Nederlandse volwassenen voelen zich daarentegen beter sociaal geïntegreerd, wat suggereert dat gevoelens van sociale integratie en eenzaamheid onafhankelijk van elkaar zijn. In vergelijking met de volwassen bevolking als geheel nemen oudere volwassenen meer deel aan hoogstaande activiteiten. Deze studie toont echter aan dat lowbrow of ongedifferentieerd gedrag de sociale integratie en de tevredenheid met het leven kan vergroten. Bijgevolg kan het aangewezen zijn ouderen te stimuleren om frequent deel te nemen aan lowbrow activiteiten zoals populaire muziek-evenementen, cabaret en cinema. Openbare beleidsmakers kunnen daarom overwegen de aandacht te verleggen van highbrow naar lowbrow activiteiten om de sociale uitdagingen in verband met oudere leeftijd aan te gaan".

Mieras M. analyseert cultuurparticipatie³⁶ als een belangrijk onderdeel van het leven. "Een reeks solide wetenschappelijke studies is unaniem over de invloed van actieve deelname aan dans, theater, muziek en beeldende kunst. Positieve effecten treden op als gevolg van meervoudige stimulatie door kunstzinnige activiteiten en de fascinatie die kunst kan veroorzaken. Fascinatie

³² Cutler D. Nederlandse oude meester en meesteressen. Creatief ouder worden in Nederland. <https://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2017/11/Dutch-Old-Masters-Final.pdf>

³³ Scheffer, M.M., Menting, J. & Boeije, H.R. Zelfmanagement van sociaal welzijn in een cross-sectionele studie onder wijkbewonende ouderen: De meerwaarde van digitale participatie. *BMC Geriatr* 21, 539 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02482-6>
<https://bmgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-021-02482-6>

³⁴ <https://bmgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-021-02482-6>

[Toepoel](#)

[International Journal on Disability and Human Development](#)

DOI:[10.1515/ijdh.2011.027](https://doi.org/10.1515/ijdh.2011.027)

³⁶ Ouder, cultureel actief en vol in het leven Hoe kunstparticipatie bijdraagt aan gezondheid, welzijn en zelfstandigheid. In opdracht van: [Fonds voor Cultuurparticipatie](#)

stimuleert gerichte aandacht en leerprocessen in de hersenen. Kunstprogramma's zijn het meest effectief wanneer deelnemers iets doen dat bij hen persoonlijk past. Iemand die houdt van toneel, komedie, cabaret of dansen zal het meeste baat hebben bij die specifieke activiteit.[43] Het grootste effect treedt op wanneer kunstprogramma's de ambitie hebben om te leren en grenzen te verleggen, en wanneer ze worden gegeven door professionele kunst-, theater-, muziek- en dansdocenten. De aandacht moet gericht zijn op artistieke verdienste en niet op technische obstakels. Ook de sociale context van culturele activiteiten is belangrijk. De samenhang van wekelijkse groepsactiviteiten kan eenzaamheid verminderen of opheffen. Eenzaamheid heeft een sterk negatieve invloed op lichaam en geest". Ruut Veenhoven³⁷ concludeert dat cultuurparticipatie leidt tot geluk.

Nationaal Kennisinstituut Cultuureducatie en Amateurkunst³⁸ in Nederland zet zich in voor meer aandacht voor cultuureducatie, cultuurparticipatie en de toegankelijkheid van cultuur. Muziekverenigingen, koren, schilder-, foto- en filmclubs, toneel- en dansverenigingen vormen een belangrijke voorziening voor een groot deel van de kunstbeoefenaars in Nederland. De meeste verenigingen³⁹ hebben leden in de leeftijd van 50 tot 64 jaar (88% van de verenigingen) en 65 tot 80 jaar (85%). Deze leeftijdscategorieën hebben gemiddeld ook het grootste aandeel in het ledenbestand. 14% heeft leden van 11 jaar of jonger en 22% van 12 tot 19 jaar, waarbij het eigenlijk alleen gaat om muziek-, dans- en toneelverenigingen.

Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin, 2021 benadrukken dat "digitale technologieën een belangrijke rol spelen bij de verbetering van de levenskwaliteit en de onafhankelijkheid van ouderen". In de afgelopen decennia is het gebruik van digitale technologie onder ouderen exponentieel toegenomen, zowel in het gewone leven (dagelijks leven) als in de ondersteunde zorg (gezondheids- en sociale zorg⁴⁰) [19,20]. Ook de digitale betrokkenheid⁴¹ bij gezondheidsbevordering en sociale ondersteuning via gezondheidsinformatie neemt toe. Daarnaast is de leeftijdsgebonden achteruitgang van het gezichtsvermogen, het gehoor, de cognitie en de handvaardigheid ook debet aan het beperkte gebruik van digitale technologieën.

Digitaal engagement op oudere leeftijd

Digitale betrokkenheid na twee jaar pandemie Covid19 toonde een toename van digitale vaardigheden en gebruik van informatietechnologieën. Digitale betrokkenheid is belangrijk voor kwetsbare groepen (vooral niet native digitale gebruikers, die geboren zijn toen computers en internet nog in gebruik waren).

Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin (2021) "stellen voor om de huidige stand van kennis over de digitale betrokkenheid van ouderen te begrijpen via de stadia van digitale betrokkenheid (niet-gebruik, initiële adoptie en duurzame betrokkenheid). Dit zal een voortdurend streven naar vermindering van digitale ongelijkheid vergemakkelijken en daarbij nieuwe inzichten verschaffen om het welzijn van ouderen te bevorderen. Het zal ook helpen bij het identificeren van potentiële alternatieven voor ouderen die geen gebruik maken van digitale

³⁷ Veenhoven, R. Gezond geluk: effecten van geluk op de lichamelijke gezondheid en de gevolgen voor de preventieve gezondheidszorg. Tijdschrift voor geluksstudies 9, 449-469 (2008)

³⁸ <https://www.lkca.nl/kennis/>

³⁹ <https://www.lkca.nl/wp-content/uploads/2021/09/210916-VERENIGINGSMONITOR2021-DT.pdf>

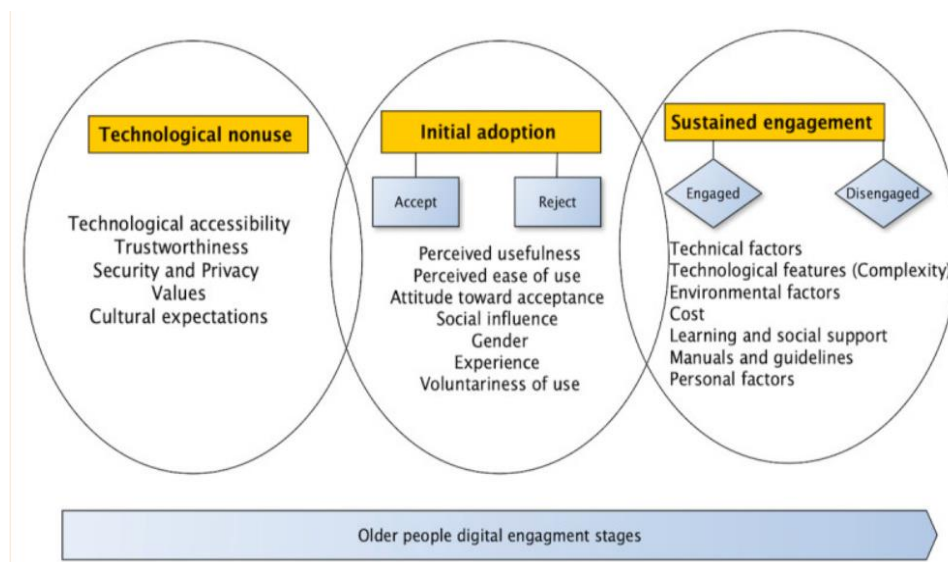
⁴⁰ Ouder worden in de plaats *Technologie in ons leven vandaag en hoe het is veranderd*. 2019. <https://www.aginginplace.org/technology-in-our-life-today-and-how-it-has-changed/>

⁴¹ Vaportzis E, Clausen Maria Giatsi, Gow AJ. Older adults perceptions of technology and barriers to interacting with tablet computers: a focus group study. *Front Psychol*. 2017 Oct 04;8:1687. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01687. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01687. [PMC free article] [PubMed] [CrossRef] [Google Scholar].

technologie". Tegenwoordig is cultureel amusement te vinden op verschillende digitale platforms, sociale platforms, die vrij toegankelijk zijn.

Dimensies van digitale betrokkenheid

Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin (2021) definieert digitale betrokkenheid en disengagement van ouderen (figuur 1). Hieronder wordt een drietrapsbenadering getoond met betrekking tot technologisch niet-gebruik, initiële adoptie of acceptatie, en duurzame digitale betrokkenheid.



Figuur 1. Dimensies en stadia van digitale betrokkenheid van ouderen op latere leeftijd⁴² (Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin, 2021)

Alle genoemde categorieën (technologische toegankelijkheid, betrouwbaarheid, waarden, culturele verwachtingen, waargenomen nut, technische factoren, enz. zijn belangrijk voor het creëren van inhoud om ouderen digitaal te betrekken bij creatieve activiteiten.

Samenvatting

- Creatief ouder worden door middel van kunst (muziek, theater, dans, schilderen, enz.) is een belangrijk proces om van het leven te genieten met welverdiende vrije tijd. De hoofdgedachte van het concept "creatief ouder worden" is hoe het leven van oudere volwassenen kan worden verbeterd. Voor een succesvolle deelname aan digitale creatieve evenementen moeten verschillende belangrijke factoren (technologische toegankelijkheid, betrouwbaarheid, waarden, culturele verwachtingen, ervaren nut, technische factoren, enz. Creative ageing voordelen voor gezondheid, welzijn en geluk overtuigen van het belang van kunstactiviteiten.
- Digitale betrokkenheid na twee jaar pandemie Covid19 toonde aan dat de digitale vaardigheden en het gebruik van informatietechnologieën waren toegenomen. Digitale betrokkenheid is belangrijk voor kwetsbare groepen (in het bijzonder niet-autochtone digitale gebruikers, die geboren zijn toen computers en internet nog in gebruik waren).

⁴² Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin. Oorspronkelijk gepubliceerd in JMIR Research Protocols (<https://www.researchprotocols.org>), 05.07.2021 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8406116/>

- Muziekverenigingen, koren, schilder-, foto- en filmclubs, toneel- en dansverenigingen zijn een belangrijke voorziening voor een groot deel van de kunstbeoefenaars die met ouderen werken.
- De vormen en methoden van creatief ouder worden kunnen verschillen (therapeutische kunst, community-based kunst, expressieve kunst, reminiscentiekunst, performatieve kunst, programmamodel vitaliteitskunst) en er zijn tal van mogelijkheden om creatief ouder worden te implementeren. In NGO's, gemeenten en openbare organisaties die verantwoordelijk zijn voor cultureel-creatieve activiteiten, moeten betrokkenheid en participatie van ouderen een belangrijke factor zijn.

Bijlagen

Goede praktijken in Nederland

De Nederlandse innovatie⁴³ die veel aandacht heeft getrokken is van de Humanitas verzorgingshuisgroep, die in haar verzorgingshuis in Deventer gratis huisvesting biedt aan zes universiteitsstudenten. Elke student woont op een eenheid met 26 ouderen. De studenten treden minstens 30 uur per maand op als naaste voor de bewoners, in ruil voor eten en onderdak. Hun bijdrage omvat het overdragen van vaardigheden zoals het gebruik van sociale media en skype of zelfs graffiti kunst. Over het algemeen lijken de studenten een stimulerend effect te hebben op de gemeenschap en hebben ze een andere relatie met de bewoners dan het zorgpersoneel.

Publieksbetrokkenheid. Het Van Gogh Museum⁴⁴ stimuleert ouderenparticipatie in "creatieve workshops op locatie en het museum ontwikkelt ook nieuwe activiteiten specifiek voor 70-plussers. In januari 2018 is het museum begonnen met het organiseren van speciale middagen voor oudere bezoekers. Het programma speelt in op de specifieke behoeften en wensen van de doelgroep en ondersteunt de deelnemers waar nodig. Age Friendly Museum Network. Het Van Gogh Museum deelt zijn expertise en ervaring graag met andere instellingen. Het museum is voortdurend op zoek naar nieuwe, innovatieve middelen om ouderen te activeren. Begin 2018 is een expertmeeting georganiseerd om de kennisuitwisseling op dit gebied op gang te brengen. De komende jaren werkt het museum toe naar de oprichting van een Age Friendly Museum Network: een netwerk van gelijkgestemde musea die zich inzetten om hun instellingen toegankelijk te maken voor ouderen."

De Nederlandse⁴⁵ gemeenten Den Haag en Zoetermeer en of ageism zich expliciet of impliciet manifesteert. Een kwalitatief fotoproductieonderzoek op basis van de Checklist of Essential Features of Age-Friendly Cities werd uitgevoerd in vijf wijken. Beide gemeenten hebben een groot aantal visuele leeftijdsvriendelijke kenmerken, die zich manifesteren in vijf domeinen van het WHO-model, namelijk Communicatie en informatie; Huisvesting; Vervoer; Gemeenschapsondersteuning en gezondheidsdiensten; en Buitenruimten en gebouwen. Leefstijdsstereotypen, zowel positieve als negatieve, kunnen worden waargenomen op het gebied van communicatie en informatie, met name in de voorstelling van ouderen als winnaars. Tegelijkertijd zijn ouderen en leeftijdsvriendelijke kenmerken zeer zichtbaar in het stadsbeeld van beide gemeenten, en dit is een positieve uitdrukking van de veranderende demografie.

<...>De gemeenten Den Haag en Zoetermeer hebben een groot aantal leeftijdsvriendelijke voorzieningen in hun wijken geïntegreerd om hun samenleving inclusiever te maken voor oudere leeftijdsgroepen. De stad Den Haag is een consortiumlid van de Global Age-Friendly Cities Guide van

⁴³ Cutler D. Nederlandse oude meester en meesteressen. Creatief ouder worden in Nederland. <https://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2017/11/Dutch-Old-Masters-Final.pdf>

⁴⁴ <https://www.vangoghmuseum.nl/en/about/organisation/inclusion-and-accessibility-policy/age-friendly-van-gogh-museum>

⁴⁵ <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1420326X19857216>

de WHO. In beide gemeenten is een groot aantal visuele kenmerken, zowel bevorderend als belemmerend, waarneembaar in het straatbeeld. Deze kenmerken komen met name tot uiting in vijf domeinen van het Global Age-Friendly Cities model, namelijk Communicatie en informatie; Huisvesting; Vervoer; Gemeenschapsondersteuning en gezondheidsdiensten; en Buitenruimten en gebouwen. Zowel gemeenten als ondernemers (winkels) hebben veel moeite gedaan om de steden toegankelijk te maken voor alle leeftijdsgroepen, en er wordt een groot aantal diensten en activiteiten voor ouderen aangeboden. Toekomstig onderzoek zou zich moeten richten op de oplossingen die ondernemers bieden om hun bedrijven leeftijdsvriendelijker te maken. Op het gebied van communicatie en informatie kunnen zowel positieve als negatieve leeftijdsstereotypen worden waargenomen, met name in de voorstelling van ouderen als winnaars. Tegelijkertijd zijn ouderen zeer zichtbaar in het stadsbeeld van beide gemeenten, en het is een uitdrukking van de veranderende demografie dat er in onze samenlevingen borden en advertenties verschijnen die gericht zijn op ouderen. Andere steden in Nederland zouden de resultaten van dit onderzoek kunnen gebruiken om hun eigen steden leeftijdsvriendelijker te maken, bijvoorbeeld door te kijken naar beste praktijken die kunnen worden toegepast in hun eigen stadsplanning of het ontwerp van openbare diensten, zoals de beschikbaarheid van parkeerplaatsen voor scootmobielen, aangezien dergelijke patronen in het hele land zeer vergelijkbaar zijn. Steden in het buitenland kunnen er baat bij hebben kennis te nemen van de beste praktijken en te proberen deze bevindingen te vertalen naar de lokale stedelijke context en het niveau van dienstverlening⁴⁶.

Krachtige⁴⁷ middelen om oudere volwassenen uit alle delen van de samenleving te betrekken en hun levenskwaliteit te verbeteren zijn excursie is het bewijs van een groeiende nationale erkenning dat culturele bezigheden zoals beeldende kunst, theater, muziek en dans meer zijn dan een aangename afleiding voor een elite deel van de bevolking. Ze zijn een.

De enkele tientallen senioren in het Cobra Museum op deze dag zijn hier met Museum Plus Bus, een Amsterdamse organisatie die gratis rondleidingen voor ouderen regelt in 14 musea in heel Nederland - van bekende instellingen als het Rijksmuseum en het Van Gogh Museum, tot minder bekende juweeltjes als Kröller-Müller en Cobra. De afgelopen tien jaar heeft Museum Plus Bus duizenden Nederlandse senioren toegang gegeven tot kunst en cultuur. Met hun twee enorme tourbussen brengen ze zo'n 300 keer per jaar groepen van en naar musea.

Een overvloed aan programma's en initiatieven zoals Plus Bus bedenkt innovatieve manieren om de voordelen van de kunst uit te breiden naar de snel vergrijzende bevolking van Nederland. Dat is niet verwonderlijk, aangezien dit een land is met een rijke artistieke erfenis (Rembrandt, Vermeer en Van Gogh, om maar een paar Nederlandse iconen te noemen) en een indrukwekkend netwerk van kunstorganisaties. Nederland heeft het vierde hoogste niveau van cultuurparticipatie in Europa, met 58 procent van de burgers die actief deelnemen aan culturele activiteiten. Museum Plus Bus wordt volledig gefinancierd door de BankGiro Loterij, een nationale loterij die doelen in de kunst ondersteunt. Als er enige aanwijzing is voor de grote waardering voor kunst en cultuur in dit land, dan is het wel dit: stel je voor dat je een lot uit de loterij koopt en dat de helft van de opbrengst naar de financiering van culturele activiteiten gaat. En aangezien dit Nederland is, wordt het allemaal ondersteund door onderzoek. Talrijke studies van gedegen Nederlandse academici bevestigen de theorie dat cultuurparticipatie een positief effect heeft op het welzijn van mensen van alle leeftijden.

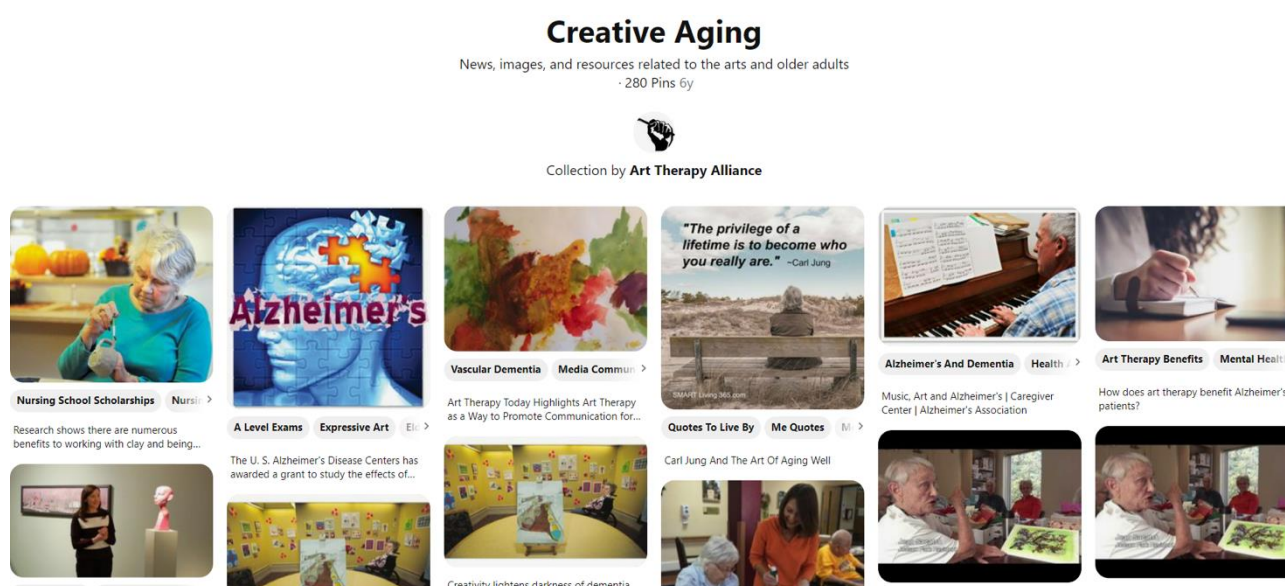
In 2013 ging het nationale initiatief Lang Leve Kunst van start met als specifiek doel oudere volwassenen meer toegang te geven tot culturele activiteiten. Met behulp van verschillende publiek-private partnerschappen kon Lang Leve Kunst in drie jaar tijd ongeveer 10 miljoen euro besteden aan 950 culturele projecten waarmee ongeveer 400 000 senioren werden bereikt.

⁴⁶ <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1420326X19857216>

⁴⁷ <https://www.aarpinternational.org/the-journal/past-editions/artful-aging>

Het programma Lang Leve Kunst ging in 2013 van start als publiek-private samenwerking tussen Stichting RCOAK, het Sluyterman van Loo Fonds, het Landelijk Expertisecentrum Cultuureducatie en Amateurkunst (LKCA), VSB Fonds en het FCP. Het kwam voort uit een vorig jaar gepubliceerd onderzoek Kunstbeoefening met ambitie. Hierin werd geconcludeerd dat ouderen die hun artistieke talenten cultiveren gezonder en gelukkiger zijn. De Nederlandse minister van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap Jet Bussemaker, staatssecretaris van Volksgezondheid, Welzijn en Sport Martin van Rijn en de Vereniging van Nederlandse Organisaties voor Vrijwilligerswerk ondertekenden een convenant om politieke steun te verwerven. De Long Live Arts-partners hebben een subsidieprogramma en internationale, nationale en regionale conferenties opgezet. Er werden twee rapporten gepubliceerd en het daaruit voortvloeiende EU-manifest werd ondertekend door 150 Europese culturele organisaties.⁴⁸

Foto's



⁴⁸Cutler D. Nederlandse oude meesters en minnaressen. Creatief ouder worden in Nederland. <https://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2017/11/Dutch-Old-Masters-Final.pdf>

Brisk Walking **Arteries And Veins** >

How art breaks boundaries of time and memory for people with dementia

Brain Games **Dont Understand** >

Arts, crafts and socializing keep the brain young

Elderly Activities **Aged Care** **Dan** >

Using art to cure old age ills

Creativity lightens darkness of dementia

West Texas **Art Museum** **Stage** >

The El Paso Museum of Art and the Alzheimer's Association & West Texas...

Friendship **The Past** **Healing** >

Healing At Friendship Village Due To Art Therapy

Creativity lightens darkness of dementia

Creative Arts Therapy **Social Enviro** >

A breakthrough in co-operation between arts, health and ageing departments will...

Dementia Care Homes **Wooden Per** >

Why the Arts Are Key to Dementia Care

Diy Projects **Nature Living** **Book** >

Art therapy fun!

Urban Graffiti **Graffiti Murals** **Str** >

Senior Graffiti Artists Shatter Every Aging Stereotype, One Street At A Time

Co **Task** **Brandin** **Memory** **Dist** >

Museum Of Fine Arts **Art Museum** >

Art Museums Curate Cognitive Experiences for Alzheimer's Patients

Art Therapy Alliance
Creative Aging

Play Therapy **Art Therapy Benefits** >

How Art Therapy Enhances Lives For Dementia Patients

Community Foundation **Local Even** >

Dementia programs tap into creative outlets

Art Therapy Projects **Art Therapy** >

Art as a Mechanism of Expression for Individuals with Alzheimers

Georgia O Keeffe **Autumn Inspirati** >

THE CREATIVE AGE
AWAKENING HUMAN POTENTIAL IN THE SECOND HALF OF LIFE
GENE D. COHEN—M.D., PH.D.

Act Your Age **Old Person** **Never** >

The Creative Age: Awakening Human Potential in the Second Half of Life by M...

Pencil Portrait Drawing **Portrait Stu** >

Wildly Hyperrealistic Drawings Capture The Transformation Of The Aging Face

Art Therapy Alliance
Creative Aging

The Artist's Way **Health Research** >

Arts activities are good for old people's health, research suggests

Art tours enliven dementia patients and their caregivers

Teaching Money **Senior Living** >

The Magic of Music Mural Project

Caregiver **Park City** **Effort** **Em** >

SMU's Meadows Museum forges Connections with dementia patients...

Alzheimer's researcher influences art at UH, offers brain health tips

Art Therapy Alliance
Creative Aging

Helping The Elderly **Helping People** >

Researchers are trying to measure the effects of music, art and dance on age...

Spa Reception **Health Diet** **Heal** >

Art Therapy: Connections for Alzheimer's Patients: For people w/ Alzheimer's...



Creative Ageing: the call for projects is open. bamstrategiccultural.com



Could creativity be the secret to ageing well? | H... hmri.org.au



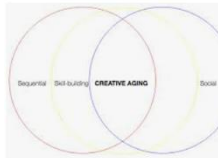
Creative Ageing and the City: Symposium Re... entelchartyards.org



Creative Ageing Get A New Website - The Courtyard courtyard.org.uk



The Big Chat headlines 2017 Creative Ageing... portnews.com.au



What is Creative Ageing? - The Creative Ageing... creativeagingresource.org



Creative Ageing Cities: ... amazon.com



Older and wiser? Creat... baringfoundation.org.uk



New report aims to inspire and enable older peo... kcl.ac.uk



Creative Ageing - The Courtyard courtyard.org.uk



How the Creative Industries Can Positively L... criticalgerontology.com



Creative Ageing | Aged Care Activities | Whidd... whiddon.com.au



Around the world in 80... baringfoundation.org.uk



Ageing Well: Creative Ageing... thealbany.org.uk



Creative ageing churchillfellowship.org



NSW Creative Ageing Framework - Create NSW create.nsw.gov.au



Creative Ageing Festival | Arts Mid North Co... artsmidnorthcoast.com



Creative Ageing | Aged Care Activities | Whidd... whiddon.com.au



Around the world in 80... baringfoundation.org.uk



Ageing Well: Creative Ageing... thealbany.org.uk



Creative ageing churchillfellowship.org



NSW Creative Ageing Framework - Create NSW create.nsw.gov.au



Creative Ageing Festival | Arts Mid North Co... artsmidnorthcoast.com



Creative Ageing - Leeds... lahwn.co.uk



Economic Foundations... link.springer.com



Age Against the Machine: F... the-dots.com



Age Against The Machine Festival of Crea... entelchartyards.org



Creative Ageing | Aged Care Activities | Whiddon whiddon.com.au



Creative Ageing - Leeds A... lahwn.co.uk



Economic Foundations... link.springer.com



Age Against the Machine: F... the-dots.com



Age Against The Machine Festival of Crea... entelchartyards.org



Creative Ageing - Leeds Arts Health and W... lahwn.co.uk



Key workers: creative a... baringfoundation.org.uk



Courtyard Creative Ageing - H... facebook.com



The Creative Ageing Resource creativeagingresource.org



ROLE OF CREATIVE AGEING ON QUALITY OF LIFE F... medium.com



Creative Ageing - Access Arts accessarts.org.au



Creativity in Later Life taylorfrancis.com



CADA | MMfromHome mmfromhome.com



Key workers: creative a... baringfoundation.org.uk



Courtyard Creative Ageing - H... facebook.com



The Creative Ageing Resource creativeagingresource.org



ROLE OF CREATIVE AGEING ON QUALITY OF LIFE F... medium.com



Creative Ageing - Access Arts accessarts.org.au



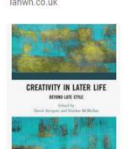
Creativity in Later Life taylorfrancis.com



CADA | MMfromHome mmfromhome.com



Dutch old masters - an... artshealthresources.org.uk



Creative Ageing Framework a work of ... create.nsw.gov.au



ART FOR HEALTH IN OLDER AGE: CREA... researchgate.net



Role of Creative Ageing on Quality ... rishhood.edu.in



Webinar - Pathways to Creative Ageing - You... youtube.com



Intergenerational arts projects



Report for the Creative Ageing Framework 2021 create.nsw.gov.au



CREATIVE AGEING AND THE ARTS OF CARE relivingcare.net.au



CREATIVE AGEING AND THE ARTS OF CARE relivingcare.net.au



CREATIVE AGEING AND THE ARTS OF CARE relivingcare.net.au

Quiz ⁴⁹

- Waarom zijn volwassenen niet zo creatief?

Als volwassenen heb ik twee barrières ontdekt voor ons vermogen om creatief te denken: 1) de behoefte om er goed uit te zien en 2) kennis en deskundigheid. Expertise is de vijand van creativiteit, zoals ik vaak zeg. Naarmate onze kennis toeneemt, wordt het moeilijker voor ons om dingen anders te zien, omdat we gewend raken op dezelfde manier te denken.

- Hoe verandert creativiteit met de leeftijd?

Creatieve output neemt niet toe naarmate we ouder worden, tenminste niet als we het meten aan de hand van productiviteit of het leveren van waardevolle bijdragen op gebieden als wetenschap en kunst. Volgens die maatstaf neemt de output toe naarmate we ouder worden, bereikt een piek rond ons dertigste of begin veertigste, en daalt dan.

- Hoe beïnvloedt leeftijd de kunst?

Jonge kunstenaars vonden oudere kunstenaars origineler, volwassener, meer bereid om risico's te nemen en beter op de hoogte van de kunstwereld, terwijl oudere kunstenaars vonden dat jongere kunstenaars meer inspiratie hadden.

- Neemt intelligentie en creativiteit af met de leeftijd?

Uit vele studies blijkt dat de vloeibare intelligentie van ouderen op jonge leeftijd afneemt. Terwijl gekristalliseerde intelligentie afneemt naarmate men ouder wordt door ervaring en het aanleren van nieuwe vaardigheden, groeit ze eigenlijk met de leeftijd.

- Waarom neemt de creativiteit af naarmate je ouder wordt?

In veel gevallen deden ze tientallen jaren oninspirerend werk voordat ze hun ware roeping ontdekten. Een van de opvallende implicaties van deze bevindingen is het gebrek aan steun voor het idee dat ouder worden bijdraagt tot creatieve achteruitgang. Aangezien laatbloeiers pieken op het moment dat vroegbloeiers over hun hoogtepunt heen zijn, is het logisch dat zij creatief begaafd zijn.

- Wordt je verbeelding minder naarmate je ouder wordt?

Naarmate we ouder worden, kunnen we ook minder levendige voorstellingen hebben door de achteruitgang van ons geheugen. Als we ouder worden, verliezen we niet alleen de herinneringen die we koesteren, maar ook het vermogen om ons voor te stellen.

- Verliezen mensen hun creativiteit?

De afgelopen decennia heeft onderzoek van de psycholoog Dean Keith Simonton aangetoond dat een verhoogde creativiteit gepaard gaat met een snelle groei midden in de twintig, een piek bereikt tussen eind dertig en begin veertig, en vervolgens langzaam afneemt.

- Waarom verliezen we onze verbeelding als we ouder worden?

Een volwassen volwassene zou daarentegen nadenken over vroegere ervaringen en kennis om een uitvoerbaar plan te maken. De ideeën zijn niet minder creatief, maar niet zo kinderlijk als die van een kind. Verbeeldingskracht gaat na verloop van tijd verloren naarmate je meer kennis opdoet.

- Waarom stoppen volwassenen met creatief zijn?

"De onderliggende capaciteiten van mensen worden niet uitgedaagd, waardoor de creativiteit afneemt. Ze zitten vast in saaie banen of situaties. Als we als volwassenen een gezin moeten onderhouden, moeten we misschien banen aannemen die onze creativiteit sterk belemmeren.

⁴⁹ <https://artradarijournal.com/art-education/why-are-old-people-less-artistic/>

- Op welke leeftijd is iemand het meest creatief?

Voor psychologen die creativiteit gedurende de hele levenscyclus bestuderen, bereiken creatieve inspanningen doorgaans een piek aan het eind van hun dertiger of begin veertiger jaren. In plaats van creativiteit te bekijken door de lens van individuele prestaties, zien zij het eerder door de lens van creatieve en innovatieve disciplines.

- Hoe beïnvloedt leeftijd de creativiteit?

Onderzoekers van UC Berkeley hebben ontdekt dat creativiteit y psychologen suggereren dat creativiteit in het algemeen afneemt naarmate we ouder worden. Volwassenen vertonen volgens experimenten minder creatieve denkprocessen dan kinderen. Het is mogelijk even creatief te zijn als kinderen door onze volwassen neigingen te begrijpen.

- Hoe helpt kunst ouderen?

Het gebruik van kleine, doelgerichte bewegingen om kunstwerken te maken kan de coördinatie verbeteren, wat leidt tot een vermindering van pijn en zelfs een verbeterde immuunfunctie. De focus op iemands pijnen kan worden verminderd door kunst voor senioren. Door zich te richten op het creatieve proces kunnen senioren zich concentreren op datgene waar ze het beste in zijn.

- Kunnen volwassenen creatief zijn?

Volwassenen vertonen volgens experimenten minder creatieve denkprocessen dan kinderen. Het is mogelijk even creatief te zijn als kinderen door onze volwassen neigingen te begrijpen.

- Zijn volwassenen minder creatief?

Onderzoekers van UC Berkeley hebben ontdekt dat creativiteit y psychologen suggereren dat creativiteit in het algemeen afneemt naarmate we ouder worden. Volwassenen vertoonden volgens experimenten minder creatieve denkprocessen dan kinderen.

- Is het OK om niet creatief te zijn?

Helaas geven onze onderzoeksgegevens aan dat u waarschijnlijk niet creatief bent, ook al denkt u van wel. Het is echter niet alleen maar slecht nieuws; u kunt zelfs creatiever worden als u een andere mentaliteit aanneemt. Iedereen kan innoveren, als hij dat wil. Ondernemers die de status quo verstoren doen dat bewust, niet toevallig.

- Waarom zijn oude mensen minder artistiek?

Mensen die opgesloten zitten in situaties die repetitief of saai zijn, krijgen het gevoel dat ze niet meer zoveel creativiteit hebben als vroeger. Het eindresultaat van ouder worden is verantwoordelijkheden, de valse noodzaak om "vast te zitten in routines", en zich tegelijkertijd minder creatief voelen.

- Waarom verliezen we onze verbeelding als we ouder worden?

Naarmate mensen ouder worden en meer kennis vergaren, raakt hun perceptie van de wereld meer gefundeerd en dus vervaagt hun verbeelding. De last van werk, verantwoordelijkheden, gezin en emoties laat weinig ruimte voor vrije tijd of creatieve expressie.

- Waarom zijn volwassenen niet creatief?

"De onderliggende capaciteiten van mensen worden niet uitgedaagd, waardoor de creativiteit afneemt. Ze zitten vast in saaie banen of situaties. Een gezin onderhouden betekent vaak dat we ons vastzetten in een baan die minder creatief is dan we zouden willen.

- Waarom denken mensen dat ze niet creatief zijn?

het aan de kant schuiven. Ze accepteren alleen wat bekend is als mogelijk. Mensen die niet geloven dat ze creatief zijn, doen dat omdat ze achtervolgd worden door deze angst.

- Waarom worden we minder creatief naarmate we ouder worden?

"De onderliggende capaciteiten van mensen worden niet uitgedaagd, waardoor de creativiteit afneemt. Ze zitten vast in saaie banen of situaties. Het eindresultaat van ouder worden is verantwoordelijkheden, de valse noodzaak om "vast te zitten in routines", en zich tegelijkertijd minder creatief voelen.

- Op welke leeftijd begint creativiteit?

Kleuters leven in een magische wereld vol verbeelding. Vóór de leeftijd van zes jaar bereiken de creatieve vermogens van de meeste kinderen een hoogtepunt. Daarna, met het begin van het formele onderwijs en de ontwikkeling naar conformiteit, zal de creativiteit afnemen.

- Wat betekent het om niet creatief te zijn?

De volgende voorbeelden zijn niet creatief. Niet-creatieve mensen kunnen interessante observaties maken als zij daartoe de kans krijgen, zelfs als zij het vermogen of de kracht missen om te creëren.

- Waarom verliezen mensen hun creativiteit als ze ouder worden?

Als we volwassen worden, verliezen we onze creatieve flair, maar niet op de manier die je zou verwachten. Het is waarschijnlijker dat we onze creatieve vermogens verliezen doordat we in cognitieve valkuilen trappen dan doordat we ouder worden.

- Hoe helpt kunst ouderen?

Alzheimer- en dementiepatiënten kunnen baat hebben bij het gebruik van creatieve kunsten. Zelfs vergeten herinneringen aan de kindertijd en oude tijden kunnen door schilderen of muziek worden opgehaald. Bovendien kan het helderheid verschaffen aan mensen die te maken hebben met geheugenverlies, waardoor ze beter kunnen functioneren.

Video's

- Creativiteit <https://www.youtube.com/watch?v=D4jsGBIp8wY&t=105s>
- Remiscentiekunst https://www.youtube.com/watch?v=dfgyr8_vl0&t=8s

Module 2: Creatieve veroudering en cultureel engagement in het tijdperk van Covid-19

Waarom is het belangrijk om senioren betrokken te houden bij culturele en creatieve activiteiten, en hoe kunnen we dat doen in een situatie van fysieke afstand?

Workshop één: De verhalen ontrafelen

Het team van het THESPACE BETWEEN US Programme bij Chickenshed zal in deze eerste workshop hun intergenerationele praktijkinstrumenten introduceren.

"De SBU is een gevestigd, genuanceerd programma. Het brengt groepen mensen samen met als doel het creëren van een gemeenschap, interpersoonlijke verbondenheid en het ontwikkelen van vertrouwen in relationele en creatieve domeinen van hun individuele en gezamenlijke leven. De precieze vorm ervan is reflexief, kneedbaar en gevormd door samenwerking tussen deelnemers en begeleiders op een werkelijk deelnemersgerichte en deelnemersgestuurde manier." Verslag BUPA 2021

Met These Hands als uitgangspunt neemt het team de deelnemers mee door een reeks creatieve taken om artistieke inhoud te ontwikkelen vanuit de geleefde ervaringen in de zaal.

Soort activiteit

Groepsactiviteit

Benodigde materialen

- Knutselmateriaal - papier, stiften, kleurpotloden, collagemateriaal
- Opnameapparatuur - Dave en Tiia zorgen voor
- Grote stukken papier A1

Doel van de activiteit

Om deze vragen te onderzoeken:

- Hoe leren we de deelnemers snel en doeltreffend kennen?
- Hoe maken we snel menselijke verbindingen in een workshopomgeving?
- Hoe kunnen we dit vastleggen op een zinvolle manier die de banden tussen de deelnemers verdiept en materiaal oplevert voor optredens?

Ontwikkeling van de activiteit

Stap een

Introducties - een proces om snelle en directe gesprekken tot stand te brengen die het ijs breken en verbindingen tot stand brengen.

Stap twee

De deelnemers beginnen deze workshop met het delen van wat hun handen in hun leven hebben gedaan, bijv. "deze handen hebben te veel luiers verschoond", "deze handen hebben veel huizen gebouwd".

Stap drie

Deze taak opent gedeelde ervaringen, geeft de zaal een zacht bewustzijn van de individuen in de groep, mensen beginnen contacten te leggen door het herkennen van overeenkomsten, deze taak geeft mensen een snelle toegankelijke introductie voor verdere gesprekken buiten de sessie, mensen hebben de neiging meer te willen weten en er ontstaan vriendschappen als mensen dit gebruiken om banden te smeden.

Stap vier

Deze taak wordt gevolgd door een gefaciliteerde sessie met beweging als belangrijkste kunstvorm. Muziek wordt begeleid door enkele woorden uit de "These hands have task".

Stap vijf.

Het reflectieve deel van de sessie is gericht op de beeldende kunst, waarbij mensen hun handen als uitgangspunt gebruiken om een levenskaart te maken.

Tijdens dit onderdeel worden mensen opgenomen die spreken over wat ze aan het maken zijn.

Workshop twee: De levende brieven

Dit is een workshop over nieuwe manieren om de banden tussen mensen van alle leeftijden te verdiepen en eenzaamheid en isolatie tegen te gaan.

"De SBU biedt deelnemers een uiteenlopende expressieve ervaring om hun band met zichzelf en hun band met anderen te verdiepen, wat de relationele veiligheid versterkt, waarvan is aangetoond dat het de grootste buffer is voor welzijn gedurende het hele leven." BUPA-VERSLAG

Deze workshop onderzoekt hoe we verhalen tot leven kunnen brengen via verschillende media - film, geluid, installatie en live theater.

Het Chickenshed-team zal films en geluidsscores delen die geïnspireerd zijn door de mensen met wie ze hebben gewerkt. Vervolgens leidt het team de deelnemers door een reeks creatieve opdrachten om het proces te ontrafelen.

Type workshop

Een groepsworkshop

Benodigd materiaal

- Scherm nodig om films te vertonen
- Papier, pennen
- Groot A1 papier
- Luidsprekers

Doelstelling

Een creatieve dialoog openen over hoe we verhalen tot leven kunnen brengen via verschillende media - film, geluid, installatie en live theater.

Ontwikkeling van de activiteit

Stap een

Om een selectie van gefilmd materiaal van Chickenshed te bekijken

Stap twee

Het creatieve proces uit elkaar halen - discussie en voorbeelden over film en opname

Stap drie

In groepjes verdelen en een creatief concept bedenken om een stuk memoires tot leven te brengen. Hoe kunnen we materiaal van een interview uitwerken tot theatrale momenten.

Module 3: Culturele desinteresse bij senioren

Wat zijn de redenen (die de onderzoekers tijdens de focusgroep hebben vastgesteld) en wat zijn de mogelijke oplossingen?

Overzicht

Er zijn verschillende redenen voor culturele ontkoppeling bij senioren, althans in Slovenië.

Op 1 januari 2021 telde Slovenië 624 800 gepensioneerden op een bevolking van 2 108 977 inwoners. Vóór 1 oktober 2020, de internationale dag van de ouderen, telde Slovenië 424 000 ouderen (mensen van 65 jaar en ouder), of ongeveer 20% van zijn bevolking, zodat het land reeds de drempel van een "vergrijzende samenleving" zoals gedefinieerd door de Verenigde Naties heeft overschreden. Een ingrijpende pensioenhervorming is nodig om een duurzaam pensioenstelsel te waarborgen, aangezien het openbare pensioenfonds elk jaar het tekort als gevolg van ontoereikende inkomsten dekt met middelen uit de staatsbegroting (in 2021 ging 718,7 miljoen euro naar het dekken van het tekort). Meer middelen voor senioren zullen in de toekomst komen uit het geplande nationale demografische fonds, dat staatsactiva ter waarde van bijna 8,6 miljard euro beheert.

De eerste reden voor culturele ontkoppeling bij senioren is armoede onder senioren. In Slovenië leven 254.000 mensen onder de armoedegrens, waarvan de meeste senioren (97.000 personen, waarvan twee derde vrouwen).

De tweede reden houdt verband met de gezondheid. Volgens officiële cijfers hebben momenteel 130.000 volwassenen in Slovenië geen gekozen huisarts, waaronder veel senioren. Gezondheidsproblemen als gevolg van de leeftijd dragen ook bij tot de culturele desinteresse van senioren.

De derde reden voor culturele ontkoppeling zijn covidpandemieën en maatregelen daartegen geweest. Sinds de pandemie van begin 2020 zijn veel senioren geïsoleerd geraakt van hun vriendenkring, terwijl verzorgers meer verantwoordelijkheden op zich moesten nemen. Nu senioren minder actief zijn in de gemeenschap en meer tijd thuis doorbrengen tijdens de uitbraak van het coronavirus, vonden er meer gevallen van verwaarlozing en zelfverwaarlozing plaats. Veel mensen werkten en zorgden thuis voor hun bejaarde ouders, wat leidde tot banden die te lijden hadden onder stress en wrijvingen als gevolg van het langdurig samenzijn. Er zijn ook veel gevallen van covidale sterfgevallen onder ouderen in Slovenië.

Anderzijds heeft het gebruik van digitale technologie niet alleen de levenskwaliteit van de ouderen verbeterd, maar hen ook in staat gesteld sociale banden te onderhouden en nieuwe kennis en onderwerpen in hun leven te introduceren. Nu de meeste coviduele beperkingen zijn opgeheven, kunnen senioren weer deelnemen aan culturele activiteiten. Sommigen van hen hebben zich ook al aangepast aan online activiteiten.

Mogelijke oplossingen voor het cultureel engagement van senioren

VR theater voor senioren is vrijwel onbekend in Slovenië, maar er zijn veel voordelen aan verbonden. Senioren kunnen volledig worden ondergedompeld in een andere wereld via een grote headset. In VR-theater kunnen de performers bijvoorbeeld zo groot zijn als de senioren, geen kleine mensen op een scherm, en ze kunnen heel dichtbij komen en zich op een persoonlijk niveau met de senioren bezighouden. Je wordt onderdeel van het decor en het passief zittende en observerende publiek verandert in een actieve speler die de scène mede creëert. VR herstelt de belichaming op digitale wijze doordat de sensoren en technologieën ons en ons lichaam naar virtuele werelden leiden. Virtual Reality headsets gaan verder dan controllers en volgen de bewegingen van de handen zelf. Door fysieke voorwerpen vast te leggen en in kaart te brengen in de virtuele wereld kunnen virtuele voorwerpen worden aangeraakt en bewogen met de eigen handen van de gebruiker. Al deze ontwikkelingen wijzen erop dat we virtuele werelden in de nabije toekomst steeds intensiever zullen kunnen beleven.

VR theater kan senioren helpen bij hun gezondheid. Optredens met een virtual-reality headset helpen mensen hun angst te overwinnen (vermijden van situaties in het echte leven -agorafobie), vertrouwen op te bouwen en alledaagse taken uit te voeren. VR stelt senioren in staat om iets nieuws te proberen of de situatie anders te benaderen. Als ze ergens overheen komen in VR, komen ze er ook overheen in de echte wereld. VR headsets kunnen een grote bron van plezier zijn die een gunstig effect heeft op de gezondheid.

Er moet een systeem van samenwerking en uitwisseling worden opgezet dat leidt tot een uitwisseling van ervaringen en kennis van cultuur en digitale technologie en dat resulteert in interactie tussen de generaties en het leren van communicatie. Belangrijke factoren zijn dat het toneelstuk aantrekkelijk is voor senioren, dat de tekst vereenvoudigd is en dat het toneelstuk een gevoel van prestatie moet geven. Een dergelijk toneelstuk kan de digitale achterstand van senioren vergroten. Het thema van het toneelstuk mag niet competitief zijn, zodat de deelnemers met elkaar moeten discussiëren en elkaar moeten helpen met betrekking tot de inhoud van het verhaal of de voorstelling. Ze hebben meer tijd nodig om zich aan te passen en de werking van het Virtual Reality Theatre-spel te leren. Hoewel het VR-spel de door de virtuele omgeving geconstrueerde werkelijkheid benadrukt, is de werking van het spel nog steeds afhankelijk van de instructies. Senioren verwachten een langzamer proces van het spel om verschillende soorten informatie goed te kunnen ontvangen. Dit zou ook de intergenerationele relaties en communicatie positief kunnen beïnvloeden. Door de inhoud en de onderwerpen van het VR-theaterstuk zouden senioren nieuwe onderwerpen kunnen ontwikkelen en dit zou hun sociale interactie aanzienlijk verbeteren. Dit zal hun samenwerking in het interactieve VR-theaterstuk verbeteren.

Omdat de pandemie nog steeds voortduurt, kunnen zich moeilijkheden voordoen bij de selectie en de bereidheid van de deelnemers om in het VR-theaterstuk op te treden. Hoewel niet alle senioren met succes zouden kunnen spelen, zouden zij toch interessante onderwerpen en interacties ontwikkelen en zo van elkaar leren en elkaar begrijpen. De combinatie van een voor ouderen vertrouwd onderwerp in het VR-theaterstuk kan ertoe bijdragen dat ouderen zich sneller aan de spelinhoud en de werking aanpassen. De sleutelfactor ligt in het ontwerp van het spel, dat het zelfvertrouwen van de ouderen moet versterken.

Hoewel er interactieve functies zijn zoals spraakcommunicatie, videocommunicatie en spelletjes, kunnen virtuele sociale netwerken geen realistische intermenselijke banden vervangen. Voor veel mensen houdt de digitale technologie dergelijke relaties echter in stand en verkleint zij de afstand, waardoor zij onmisbaar wordt voor leven en werk. Virtuele interactie is zeker de huidige optie om relaties te onderhouden en affecties uit te wisselen.

In de toekomst kan VR theater spelen worden gecombineerd met mindfulness technieken...

om de herinneringen en ervaringen van ouderen te benutten om de doelen te bereiken, wat gunstig kan zijn voor de aansluiting binnen de samenleving en de verbetering van de levenskwaliteit.

Jouw silhouet is van mij - praktische activiteit

Leerdoelen

Deelnemers helpen het perspectief van anderen te begrijpen en te waarderen door gebruik te maken van silhouetten.

Deelnemers in staat stellen met hun gelijken om te gaan door de diversiteit van behoeften, gedachten, gevoelens te erkennen en deze binnen de groep te presenteren.

Middelen

Grote vellen papier (gebruik een paar vellen flip-over, de achterkant van een vel behang of iets dergelijks), kleurpotloden of stiften, rustgevende muziek.

Duur: 30 minuten

Instructies

Verdeel de deelnemers in tweetallen en leg uit dat ze tijdens deze activiteiten als partners zullen samenwerken. Geef elke deelnemer een vel papier (ter grootte van een mens). Vraag hen het papier op de grond te leggen en er om beurten het silhouet van de partner op te tekenen.

Als ze klaar zijn met het silhouet, vraag elke deelnemer de volgende informatie op zijn eigen silhouet te schrijven:

op het hoofd: een gedachte, op de borst/hart: een gevoel, op de maag: een behoefte, op de handen: een verlangen om iets te doen, op de voeten: een activiteit die hij/zij leuk vindt.

Als iedereen deze taak heeft volbracht, vraag dan de deelnemers om informatie met hun partner te delen en elke gedachte, elk gevoel, elke behoefte of elk verlangen - activiteit die hen gelukkig maakt - te beschrijven, zonder uit te leggen waarom.

Gebruikte methoden

- Visueel (ruimtelijk): gebruik van beelden en ruimtelijk inzicht
- Verbaal (taalkundig): woorden gebruiken, zowel in spraak als geschrift
- Fysiek (kinesthetisch): je lichaam, handen en tastzin gebruiken.
- Sociaal (interpersoonlijk): leren in groepen of met andere mensen

Debrief

Als ze hebben gedeeld wat ze op hun silhouetten hebben geschreven, zeg dan tegen de deelnemers dat ze zich op de silhouetten van anderen moeten uitrekken, hun ogen moeten sluiten en zich moeten voorstellen dat ze de ander zijn. U kunt ontspannende muziek opzetten en het moment van bezinning inleiden door de deelnemers voor te stellen "uit hun eigen gedachten te gaan en in de gedachten van hun partner te stappen", om te proberen na te denken over de gedachten van de ander. De behoeften van de ander aan te voelen, te willen wat de ander wil en zich voor te stellen dat hij de activiteiten doet die zijn partner leuk vindt.

Geef uzelf aan het eind vijf minuten tijd voor persoonlijke reflectie over wat het voor ieder van u betekende om zich in de plaats van de ander te stellen. U kunt de activiteit afsluiten door de deelnemers te vragen elkaar te omhelzen als teken van wederzijds begrip.

Deel IV. Projectwerk: Planning van een outreach-campagne en structuur van de lokale workshops

Module 1. Planning van de outreach-campagne.

Hoe plan je een effectieve Outreach Campagne gericht op senioren, om hen te betrekken bij culturele activiteiten met een technologische component zoals VR?

Groeps- of individuele activiteit	Groepsactiviteit
Lengte	2 uur.
Benodigde materialen	De in de presentatie ingevoegde hulpmiddelen moeten worden afgedrukt. Bovendien kunnen andere afprintbare hulpmiddelen worden geïntegreerd. Er is ook behoefte aan een PC en een projector.
Doel van de oefening	Begrijpen hoe je een proces van betrokkenheid bij senioren opzet.
Te volgen stappen en beschrijving van elke stap	<p>Wij zullen gezamenlijk een specifieke activiteit voor de betrokkenheid van senioren ontwerpen, volgens de fasen die in de presentatie worden genoemd, zodat de kennis van de genoemde instrumenten en methoden wordt verdiept:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Opzet van de activiteit <ul style="list-style-type: none"> o Eerste ontwerp van de activiteit die met de doelgroep moet worden ontwikkeld (dit ontwerp wordt bevestigd na het onderzoeksgedeelte) - Onderzoek <ul style="list-style-type: none"> o Desk research: op basis van de ervaring van elke partner/belanghebbende, inzicht krijgen in de behoeften, doelstellingen en gevoelens van de projectdoelgroep. o On Field: bevestiging van de tijdens het bureauonderzoek gerapporteerde informatie met een gegevensverzameling op het terrein. - Uitvoering <ul style="list-style-type: none"> o Analyse van enkele casestudies over het engagement van digitale senioren. - Evaluatie

	<ul style="list-style-type: none"> o Begrijpen hoe we moeten omgaan met de evaluatie van ons werk, hoe we relevante indicatoren en maatstaven moeten opstellen.
--	--

Module 2. Planning en ontwikkeling van de structuur en de opzet van de lokale workshops

Groeps- of individuele activiteit	Groepsactiviteit
Lengte	3 uur.
Benodigde materialen	De richtsnoeren voor de lokale workshops kunnen worden afgedrukt en verspreid. PC en projector om enkele delen van de richtsnoeren te presenteren en enkele voorbeelden te laten zien.
Doel van de oefening	De richtsnoeren voor de uitvoering van de loelcal-workshops begrijpen en de belangrijkste resultaten en fasen analyseren.
Te volgen stappen en beschrijving van elke stap	<p>Fase 1 (voorafgaand aan de activiteit): Vraag de deelnemers de richtlijnen voor de lokale workshops te lezen en een lijst te maken van de vragen en/of punten die voor hen onduidelijk waren.</p> <p>Fase 2 (30 min): De belangrijkste doelstellingen van de lokale workshops presenteren, evenals fundamentele punten die in de workshops aan bod moeten komen. Leg uit dat de structuur van de workshop flexibel kan zijn en kan worden aangepast aan de behoeften van de organisaties en de deelnemers.</p> <p>Fase 3 (1 uur): Laat de deelnemers in kleine groepjes brainstormen over:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Welke zijn volgens hen de belangrijkste activiteiten van deze workshops - Welke zou de beste structuur kunnen zijn - Hoe deze activiteit in te passen in de bestaande activiteiten van hun organisatie - Hoe deelnemers en andere organisaties in het veld te betrekken en aan te trekken <p>Fase 4 (30 min): vraag de deelnemers individueel een structuur van hun workshops op te stellen met alle</p>

	<p>kernactiviteiten</p> <p>Fase 5 (1 uur): vraag alle deelnemers hun structuur te presenteren en de facilitatoren en de anderen geven hierop feedback.</p>
--	--

Deel V. Evaluatie

Tussentijdse evaluatie

Een voorbeeld van een tussentijdse evaluatie vindt u [HIER](#).

Eindevaluatie

Een voorbeeld van een eindevaluatie vindt u [HIER](#).

Evaluatie van het projectwerk

Voor deze activiteit wordt voorgesteld de volgende stappen te volgen:

- In organisatieteams brainstormen/discussiëren over een element van het project dat echt aansloeg bij jullie team. Hoe gaat u dit aanpassen/ontwikkelen voor uw doelgroep? Welke veranderingen (indien van toepassing) zou u moeten aanbrengen voor uw organisatie? Welke moeilijkheden kunt u ondervinden met deze activiteit? (15 minuten)
- Plan een korte praktische sessie met deze activiteit/methode/aanpak (15 min.)
- Presenteer aan de bredere groep door een korte activiteit uit te voeren die het team heeft ontwikkeld of door het proces door te spreken. (10 minuten per organisatie)
- Een organisatieoverschrijdende discussie over welke elementen werkten, wat moeilijk was en welke verdere ideeën het project zouden helpen ontwikkelen (30 min.)