



In het project 'Senioren sterker maken: fysiek en sociaal' werken partijen uit verschillende domeinen samen met als doel het preventieve gezondheidsbeleid gericht op senioren in de gemeenten Rotterdam, Vlaardingen, Papendrecht en Dordrecht te versterken. Dit gebeurt door de inzet van erkende interventies, van en met elkaar te leren en door senioren te betrekken. Deze infographic laat zien wat het project heeft opgeleverd voor de senioren, gemeenten en andere betrokken partijen.

**Interviews**  
Senioren, ambtenaren,  
betrokken partijen

**Participerend observeren**  
Bewegtuin & TOM  
(Thuis Onbezorgd Mobiel)



## Kwalitatieve methode



**Analyse documenten**  
Monitors, voortgangsrapportages,  
reflectiebijeenkomsten, etc.

**Focusgroepgesprek**  
lokale werkgroep

## Belangrijkste thema's:



### Ervaring deelnemende senioren

#### Geleerde lessen

- Zet interventies in die oog hebben voor het **fysieke én het sociale** element.
- Er ontstaan belangrijke **sociale netwerken** tijdens de gezondheidsinterventies. Zoek naar mogelijkheden om deze voort te zetten.
- Reserveer bij bewegingsactiviteiten vooraf **budget** voor extra sociale activiteiten.
- Werk met (ervaren) **professionals**.

Wat levert het op?



### Betrekken van senioren

#### Geleerde lessen

- **Representatie:** Maak gebruik van bestaande netwerken om een diverse doelgroep te bereiken.
- Participatie van senioren vraagt in elke **fase** van het project om een andere aanpak.
- **Koppel** altijd de opgehaalde informatie **terug** aan de doelgroep.
- **Burgerbetrokkenheid:** Tijd en aandacht hiervoor is potentie.

Wat levert het op?



### Samenwerken en samen leren

#### Geleerde lessen

- Nieuw netwerk zorgt voor **creativiteit & nieuwe initiatieven**.
- Pas de complexiteit van de 'samenleren structuur' aan op de **fase** en **behoefte** van het project.
- Werk vanuit lokale **doelen** en **competenties**.
- Integraal werken heeft baat bij **concrete** gezamenlijke doelen.
- Wisseling van de wacht maakt het project **kwetsbaar**.

Wat levert het op?

