



**Hanzehogeschool  
Groningen**  
University of Applied Sciences

# De Kunst van het ouder worden

vier jaar innovatiewerkplaats  
Healthy Ageing & de Kunsten

**share** your talent. **move** the world.

## Colofon

### tekst

Saskia van de Ree, IWP HAendeKunsten

### online enquête

Lisa Zwiers, Zorg Innovatie Forum

### film en montage

Wijnand van Velzen, A-maze visuals

### met dank aan

Roos Borchers, Kenniscentrum Kunst & Samenleving

Herman van Hoogdalem, Academie Minerva  
steuninstellingen K&C, Keunstwurk en VRIJDAG

Gert Los, Groningen Plus

Richard Prins, Noorderpoort College

Mary Ritsema, ambassadeur Gekleurd Grijs

Marlien Seinstra, DeDansDivisie/Dansen op Recept

Ina Spijk, Samen in Beeld-tv



Healthy Ageing

# De Kunst van het ouder worden

*De afgelopen vier jaar speelde de Innovatiewerkplaats Healthy Ageing en de Kunsten (HAendeKunsten) een rol als aanjager van innovaties en samenwerking op het gebied van kunst & ouderen in Drenthe, Friesland en Groningen.<sup>i</sup> Initiatiefnemers uit de kunsten, zorg, welzijn en burgerinitiatieven deelden er hun kennis en ervaringen. Het netwerk brak een lans voor actieve cultuurdeelname door ouderen en zette kunst & ouderen letterlijk en figuurlijk op de kaart. Ter afsluiting van vier jaar innovatienetwerk zette projectleider Saskia van de Ree een online enquête uit onder makers, mee-makers en mogelijk-makers. Betrokken werden gevraagd naar hun drijfveren en naar wat succesvolle initiatieven nodig hebben om door te kunnen gaan.*

Onderdeel van dit artikel zijn drie gefilmde gesprekken met betrokken ouderen, kunstenaars en docenten. De uitgebreide analyse van de enquête kan je [hier downloaden](#).

## Aanleiding

Mensen worden in Nederland steeds ouder én het aantal ouderen groeit. Volgens het CBS stijgt het percentage ouderen van 19% in 2018 naar 23% in 2030 en het aantal 80-plussers van 0,8 miljoen nu, naar 1,2 miljoen in 2030<sup>ii</sup>. Naast zorgen om eenzaamheid en kwetsbaarheid, is er – volgens de kennissynthese *Kunst & positieve gezondheid*, die in 2017 in opdracht van ZonMw werd uitgevoerd – meer aandacht voor zingeving en kwaliteit van leven van ouderen. ‘De kunsten kunnen daarbij van grote waarde zijn’, aldus het rapport.<sup>iii</sup> Dat geldt voor de volledige diversiteit aan ouderen: *baby-boomer* of hoog bejaard, vitaal of kwetsbaar, cultureel ervaren of beginnende cultuurdeelnemers, en van verschillend opleidingsniveau of culturele achtergrond.<sup>iv</sup>

“Kunst,” zegt Jeanette Kappelhof, dirigente van het Groningse *Jong van Hart* koor: “kunst verbindt, daagt uit, troost, geeft plezier, is gezond, geeft nieuwe ervaringen. Juist als je ouder wordt zijn dit fijne effecten van iets dat gewoon ook nog eens gezellig is. Daarnaast creëert samen zingen een nieuw sociaal netwerk.” Het gaat niet alleen om activiteiten die vanuit instellingen aangeboden worden, er zijn ook culturele initiatieven van ouderen zelf. “Wij willen verkennen wat er met mensen gebeurt als ze samen met kunst bezig zijn,” zegt Gert Los, één van de bedenkers van het Groningse project *Samen Kunst Verkennen*.

In 2012 deed professor Roelof Hortulanus voor LESI het diepgravende onderzoek *Kunstbeoefening met ambitie*. Er gebeurde toen al veel op het gebied van kunst en ouderen. Zo pionierde Kunst & Cultuur Drenthe al met *Gekleurd Grijs*, culturele proeftuinen voor senioren. Roelof Hortulanus signaleerde versnippering en weinig samenhang in het aanbod. De aanbevelingen uit het LESI-rapport leidden tot twee achtereenvolgende landelijke stimuleringsprogramma’s voor kunst & ouderen: *Lang Leve Kunst* en *Age Friendly Cultural Cities*. Ondertussen groeide het bewustzijn dat kunst- en cultuurdeelname bijdraagt aan kwaliteit van leven.

Het stimuleringsprogramma *Lang Leve Kunst*<sup>v</sup> maakte tussen 2013 en 2016 landelijk 950 projecten mogelijk en bereikte meer dan 400.000 ouderen.<sup>vi</sup> Omdat na vier jaar werd geconstateerd dat projectfinanciering alleen niet leidde tot duurzame verankering van projecten, zette het Fonds voor Cultuurparticipatie (FCP) vanaf 2016 met *Age Friendly Cultural Cities* (AFCC) in op convenanten met gemeentes en lokale partnerschappen. Leeuwarden gaf als een van de eerste AFCC’s in 2016 en

2017 een aantal goede voorbeeldprojecten de gelegenheid door te groeien. Voor de DeDansDivisie van dansdocent en choreograaf Marlien Seinstra betekende dit het begin van *Dansen op Recept*: de verspreiding van haar danslessen voor mensen met Parkinson over heel Friesland. Groningen, deed in 2017 en 2018 als eerste in Nederland met stad én provincie mee aan het AFCC-programma. En in Drenthe sleepte de Gemeente Emmen, in 2018, als beste AFCC van Nederland, de *Lang-Leve-Kunstprijz 2018* in de wacht. Een kroon op het werk van acht jaar *Gekleurd Grijs*.

### Ouder worden we allemaal

Kunst maakt een wezenlijk onderdeel uit van het leven van mensen en ouder worden raakt ons allemaal. Achter de motivatie van initiatiefnemers zit vaak een bijzonder persoonlijk verhaal. Zo ontdekte documentairemaakster Ina Spijk in 2012 dat haar moeder niet wist wie er in het verzorgingshuis bij haar op de gang woonden. Ze schrok: “Ik wist niet dat mijn moeder eenzaam was.” Als antwoord bedacht Ina *Samen in Beeld-TV*, een mediaproject om eenzaamheid onder ouderen terug te dringen.

Waarom maakt kunst verschil? Herman van Hoogdalem, beeldend kunstenaar en docent aan Academie Minerva van de Hanzehogeschool Groningen legt het zo uit: “Ik denk, kunst vliegt de dingen net iets anders aan. Waardoor iedereen van iets dat misschien heel normaal is, wat je al duizend keer hebt gezien anders gaat bekijken. Je gaat denken, oh! Maar natuurlijk...zó is het! Zo kán het zijn!”

Verschillende drijfveren die initiatiefnemers noemen zijn: dat het gewoon leuk is om dansen, zingen of schilderen te combineren met samen iets met anderen te ondernemen. Activiteiten brengen ouderen letterlijk en figuurlijk in beweging en maken dat ze zich zowel geestelijk als fysiek vitaal voelen. Carla Dijkslag, directieadviseur, projectmanager en coach bij ouderenzorg Dignis in Groningen, ziet hoe beeldende kunst, fotografie en dans tegemoetkomen aan “het diepe verlangen van mensen in het verpleeghuis om iets tot uitdrukking te brengen en contact te hebben met de omgeving.”



[Bekijk hier het interview met Gert Los & Mary Ritsema](#)  
*Ouderen als initiatiefnemer*

### Sleutels voor succes

Gert Los van *Samen Kunst Verkennen* vertelt, hoe je - als je samen met kunst bezig bent – in je gehele mens-zijn wordt aangesproken: “Er zitten geen papiertjes of handleiding bij. Daar gebeurt iets met je.... op een andere manier dan dat je normaal met elkaar bezig bent.”

De ZonMw kennissynthese stelt: ‘culturele interventies werken pas wanneer een zekere vrijheid, speelsheid en onvoorspelbaarheid over de uitkomsten wordt toegestaan.’ En daarom: ‘geef kunst de ruimte.’

### Persoonsgericht

Omdat kunst over mens-zijn gaat, is kunstbeleving heel persoonlijk. Het gaat over unieke ervaringen. Daarbij past een persoonsgerichte benadering. Mary Ritsema, ambassadeur van *Gekleurd Grijs* in

Drenthe vertelt: “als dansdocent Janneke Bruggink (*artist in residence* bij Centrum Mozaïek van de Treant Zorggroep) bij ons komt dansen, weet ik dat ze heeft gekeken: met wie heb ik te maken, wat houdt hen bezig, wat hebben ze in hun leven gedaan? Op basis daarvan maakt zij de bewegingen. Dus je herkent je in de beweging.”

### Co-creatie

De ZonMw-kennissynthese beveelt aan om culturele interventies in co-creatie, dat betekent samen met deelnemers, te ontwikkelen.’ Marlien Seinstra maakte de theaterproductie *Dansen met Parkinson* samen met dansers mét en zonder Parkinson. Ze zegt: “De voorstelling laat zien wat je nog wel kan als je leeft met zo’n ziekte. En dat is heel veel! De voorstelling heeft de dansers ontzettend veel trots en zelfvertrouwen gegeven.”

### Kunst als ontmoeting

Het kennisdossier *Wat werkt bij culturele interventies voor ouderen* van Movisie (2018)<sup>vii</sup> noemt naast individuele psychologische processen (intellectuele uitdaging, empowerment, zelfexpressie, zelfontplooiing en afleiding) de sociale kracht van cultuurdeelname. Meedoen kan leiden tot uitbreiding van je sociale netwerk en nieuwe vriendschappen. Je ervaart dat je bij een groep hoort en werkt aan gemeenschappelijke doelen. Mary Ritsema over haar ervaringen: “het is ontzettend belangrijk om andere mensen te ontmoeten. En ook om samen met mensen andere dingen te doen zodat je het samen kunt beleven en dat je daar ook verdieping in kunt zoeken.”

### Jong en oud

Jongeren en ouderen vormen samen vaak een fantastische combinatie. *Samen in Beeld-tv* maakt tv-programma’s met ouderen én studenten. Ina Spijk: “De studenten zijn heel vrij, ze mogen in principe alles doen. Als het maar de doelstelling behaalt; namelijk eenzaamheid onder ouderen terug te dringen. Andersom, zijn we nu zo’n zeven jaar bezig en de ouderen zijn helemaal aan de camera’s gewend. Ze komen nu ook zelf naar ons toe met: kom je dit misschien nog even filmen want ik heb nog wat leuks te vertellen.”

### Dichtbij huis

Mobiliteit is een belangrijk onderwerp bij voor ouderen. Bij *Vier het Leven* worden ouderen door een vrijwilliger thuis opgehaald voor schouwburg- of concertbezoek. Projecten in de nabije omgeving zijn ook in trek. Bezoekers van het Groningse festival *De Kunst van het ouder worden* gaven in 2017 in publieksonderzoek aan, liever vaker dichtbij huis korte culturele ontmoetingen te hebben, dan incidenteel naar een grootschaliger festival te gaan.



[Bekijk hier het interview met Marlien Seinstra & Ina Spijk](#)  
Makers als trekkers

## Kunst in zorg en welzijn

De groeiende aandacht voor kunst en ouderen, zet culturele activiteiten binnen zorg en welzijn in een ander daglicht. Culturele activiteiten bieden zorgmedewerkers een andere blik op cliënten.

Marlien Seinstra: “Er zijn neurologen die met open mond naar de voorstelling *Dansen met Parkinson* zitten te kijken. Ze zien ‘de patiënt’ in een compleet andere rol. Mensen met Parkinson kunnen veel meer dan je misschien wel denkt. Het zijn gewoon mensen.” Het project is ontstaan doordat een fysiotherapeut aan Marlien vroeg of zij niet iets kon doen met bewegen voor Parkinsonpatiënten. Inmiddels ontleent Seinstra veel inspiratie aan het werken met dansers met Parkinson: “Ze zijn er altijd.”

Op een paar plekken in Nederland, ook in het Noorden, zijn kunstcoördinatoren actief in zorgcentra. Alie Lucas van Sûnens in Drachten opereert al een aantal jaar als opdrachtgever van bijzondere kunstprojecten. En beeldend kunstenaar Kitty Boon kreeg in 2018 bij Zorggroep Groningen een nieuwe functie als projectleider kunst en cultuur op vier woonzorglocaties. Ze is begonnen met een schildergroep onder leiding van een *artist in residence*. Dit voorjaar volgt een masterclass *Alzheimer Fluisteren* voor zorgpersoneel en kunstenaars samen o.l.v. Adelheid Roosen. Kitty zit vol plannen. Belangrijk daarbij zijn het mandaat en budget dat ze kreeg van de directie om zorgmedewerkers te betrekken.

## Struikelblokken

### *Money, money, money*

“De overheid zou er”, zegt betrokken ‘plusser’ Mary Ritsema “meer geld in moeten steken. Want als mensen er gelukkiger van worden, worden ze minder eenzaam. En als ze minder eenzaam zijn, worden ze minder snel ziek. Dus ik denk dat het zich terugbetaalt.”

Alleen verdwijnen initiatieven vaak weer als projectsubsidie op is. Omdat alleen geld voor projecten niet de oplossing is, investeert het landelijke Fonds voor Cultuurparticipatie sinds 2016 samen met gemeentes door het hele land in Age Friendly Cultural Cities. Verankering door lokale partnerschappen is daarbij het sleutelwoord; én cofinanciering: geld uit de drie domeinen, cultuur, zorg of welzijn bij elkaar. Zorgverzekeraars zijn ondertussen voorzichtig bereid te investeren in cultuur, meestal als eerst andere partijen over de brug zijn. Je ziet dat zorgverzekeraar Menzis en De Friesland in het Noorden incidenteel meedoen; meestal in het kader van zorgpreventie.

### *Borging en continuïteit*

De ervaring van kunstenaars is dat het tijd kost om te investeren in relaties en het kunnen opzetten van een beroepspraktijk in het werkveld kunst en ouderen. “Interdisciplinair werken met kunsten in de zorg” zegt Krista de Wit, docent-onderzoeker aan het Prins Claus Conservatorium, “vraagt om politieke wil en een cultuurverandering, zowel in de beroepspraktijk als bij opleidingen.” Na een periode van twee jaar Age Friendly Cultural Cities (AFCC’s) zijn de stedelijke (en regionale) programma’s er nog niet. Het kost tijd om *good practices* te verankeren. ‘Ontwikkel faciliterend domein overstijgend beleid’, zegt de ZonMw kennisynthese; en: ‘stuur meer op duurzame financiering en implementatie’.

### *Kijk dit zie ik*

Een mooi voorbeeld is het verhaal van documentairemaakster Swanhilde de Jong. Zij kwam tijdens haar studie bij Academie Minerva met kunst en ouderen in aanraking. Naar haar afstuderen benaderde zij ‘t Blauwbörgje van Dignis in Groningen met het idee om te gaan fotograferen met mensen met dementie. Het zorgcentrum verleende alle mogelijke steun. Na een eerste pilot werd *Kijk, dit zie ik* gehonoreerd binnen het Groningse AFCC-programma *Een Leven Lang Kunst* met een projectsubsidie. Academie Minerva ondersteunde het initiatief van de oud-studente met onderzoek. Eind 2018 is de opbrengst een overdraagbare, goed beschreven praktijk en een korte documentaire over het werkproces.

### Lokale trekkers

Continuïteit hoeft niet persoonsgebonden te zijn. Van het één komt het ander. Als het vuur eenmaal is aangestoken, kan de vonk ook verder gaan als de kunstenaar reeds vertrokken is. Dat vraagt wel om trekkers binnen zorg, welzijn of burgerinitiatieven. De ZonMw kennissynthese adviseert: “investeer in intermediairs en stel lokale aanjagers aan”.

Beeldend kunstenaar Herman van Hoogdalem van Academie Minerva stelt, dat er altijd een aantal bevlogen mensen met inspiratie en durf zijn die de kar trekken. “Zo iemand durft binnen een zorginstelling zijn nek uit te steken” zegt hij. “En dan gaat het. Je moet de regels niet veranderen, je moet mensen hebben die hun hoofd boven het maaiveld uit durven te steken. Dan komen de regels daar wel achteraan.”

Lokale trekkers kunnen ook ouderen zelf zijn, zoals Gert Los (*Samen Kunst Verkennen*) en Mary Ritsema (*Samen Kunst Verkennen* en ambassadeur *Gekleurd Grijs*). Mary ging voor haar tekengroep bij Academie Minerva op zoek naar een student om hen te komen helpen. Vervolgens koppelde ze dezelfde student aan zorgcentrum Mozaïek (Zuidlaren). Mary: “Ik had gehoopt dat zij er zelf ook iets aan zou hebben. Dat is gelukt! De studenten docent beeldende kunst hield er zowel een stageopdracht als een betaalde klus aan over.”



[Bekijk hier het interview met Herman van Hoogdalem & Richard Prins](#)  
Samenwerking binnen Beroepsonderwijs

### Onderwijs en werkveld

Werken met de kunsten in zorg en welzijn is niet altijd vanzelfsprekend. Het kan geweldige ervaringen opleveren, maar vaak is het ook zoeken voor kunstenaars en zorgmedewerkers naar de juiste insteek. De ZonMw kennissynthese adviseert om in kunst- én zorgopleidingen al aandacht te besteden aan culturele interventies.

### Praktijkgericht leren

Mbo-docent maatschappelijke zorg Richard Prins van het Groningse Noorderpoort college heeft hier goede ervaring mee: “het was voor mijn studenten heel interessant om te zien hoe nieuwe technologie voor ouderen kan werken.” Zijn studenten gingen als publieksbegeleiders van een expositie op het festival *De Kunst van het ouder worden* (2017) in gesprek met ouderen. Richard herinnert zich de ontmoeting met kunstenaressen en masterstudent Kayleigh Beard. “Het ging over wat de MBO’ers zich voorstelden in de toekomst met de kunstininstallatie van Kayleigh in de zorg te kunnen doen. Erg leuk,” zegt Richard, “de dialoog die zich ontspoon. (...) Dat is *ervaringsleren*.” Hij prijst zich gelukkig te werken in een flexibel onderwijsteam. Want om mee te kunnen doen met dit soort praktijkprojecten is het nodig dat collega’s bereid zijn hun lesschema om te gooien.

### Toekomst

Na zeven jaar pionieren wil Ina Spijk met *Samen in Beeld-tv* eigenlijk graag het zorgcentrum uit: “We willen nu wel meer op onszelf en zichtbaarder zijn. Achter in een verzorgingshuis kan niemand ons

vinden. Nu lijkt ons een ruimte leuk ergens midden op een plein of in een dorp, met een groot logo op het raam. Dat oudere mensen ook binnen kunnen lopen met de vraag 'zou je niet ook hier iets over willen maken' of 'we hebben nog een mooi verhaal'."

De ambitie van Alie Lucas in Drachten is om alle locaties van ZuidOostZorg en Sûnenz te voorzien van exposities over relevante en maatschappelijk actuele onderwerpen, gemaakt met en door ouderen. En Marlien Seinstra zou *Dansen op Recept* ook best in Groningen willen uitrollen.

Lector Anke Coumans van het Kenniscentrum Kunst en Samenleving van de Hanzehogeschool Groningen zegt: "het is natuurlijk fantastisch, dat er steeds meer mooie projecten komen en het thema kunst & ouderen nu overal op de agenda staat. Maar écht bijzonder zijn de initiatieven waar iets in beweging is gekomen in de maatschappelijke infrastructuur: de initiatieven waarmee dwars door de kunsten, zorg, welzijn en burgerinitiatief nieuwe samenwerkingen ontstaan."

Anke is onder de indruk van de *Mienskip*-projecten die binnen Leeuwarden Culturele Hoofdstad 2018 zijn ontstaan: "daar is succesvol geëxperimenteerd met nieuwe vormen van *governance*. Dat vereist een speciale, *bottom up* manier van organiseren."

### Verbinden in plaats van 'branden'

De afgelopen vier jaar heb ik als projectleider van de Innovatiewerkplaats Healthy Ageing & de Kunsten het netwerk kunst en ouderen in het Noorden zien groeien. De komst van het Age Friendly Cultural Cities-beleid heeft deze ontwikkeling een enorme steun in de rug gegeven. We zien, dat beleid ten aanzien van kunst & ouderen beslist niet alleen gaat over actieve cultuurparticipatie. Kunst & ouderenprojecten raken ook aan thema's als jong & oud, inclusie, eenzaamheid, kwetsbaarheid. Er is zich rond de kunsten in zorg en welzijn een actief werkveld aan het ontwikkelen. De uitdaging ligt volgens mij op het gebied van cofinanciering en slim samenwerken. Dat culturele organisaties (maar ook burgerinitiatieven en ZZP'ers) én zorg en welzijn 'botje bij botje leggen' en samen realiseren wat je alleen niet kan. Dat vraagt om verbinden van mensen en initiatieven in plaats van *branden* van instellingen en organisaties. De ontwikkeling rond kunst en ouderen vraagt ook om reflectie op methoden en werkzame mechanismen. In het netwerk leveren steuninstellingen en hogescholen een belangrijke bijdrage aan onderzoek, vernieuwing en ontwikkeling. Wat betreft onderzoek, kijkt het werkveld reikhalzend uit naar de ZonMw-kennisagenda, die (in navolging van de kennissynthese) in 2019 verwacht wordt.

### Nieuwe innovatiewerkplaats Kunst|Zorg|Welzijn

Voortbouwend op de kennis en ervaringen van vier jaar Healthy Ageing en de Kunsten is het Kenniscentrum Kunst & Samenleving in september 2018 gestart met de nieuwe Innovatiewerkplaats Kunst|Zorg|Welzijn. Met actieonderzoek waaronder *Dementie Ervaringsmiddagen* gaan we daar kijken hoe samenwerken tussen kunst, zorg, welzijn en burgerinitiatieven de ambitie van een *dementievriendelijke wijk* in de Groningse Korrewegwijk kan helpen realiseren. De ervaringen kan je via de Facebook-pagina van HAendeKunsten volgen.

### Dank

Hierbij wil ik alle respondenten, die hebben meegewerkt aan de enquête *Verder met kunst en ouderen* bedanken. Ook bedanken wij *We the North* voor de financiële ondersteuning van het onderzoek en de filmpjes bij dit artikel; en filmmaker Wijnand van Velzen, Gert Los, Mary Ritsema, Richard Prins, Herman van Hoogdalem, Ina Spijk en Marlien Seinstra voor hun medewerking aan de filmpjes; Lisa Zwierts en Zorg Innovatie Forum voor het uitvoeren en verwerken van de online enquête. De volledige versie van het onderzoeksrapport kun je [hier downloaden](#).

Saskia van de Ree,  
Groningen, januari 2019





*Maike Jacobi,  
student Academie Minerva  
Ik Zie, Ik Zie wat jij niet ziet*



*Dansen met Parkinson, Stichting DeDansDivisie*



*Samen Kunst Verkennen, foto Mary Ritsema*



*Samen in Beeld - TV*

---

<sup>i</sup> Een innovatiewerkplaats is een sociale praktijk waarin partners uit onderwijs, onderzoek overheden en/of maatschappelijke organisaties samenwerken aan complexe maatschappelijke vraagstukken.

<sup>ii</sup> Prognose 18 miljoen inwoners in 2019 (dd 1-12-2018). [www.cbs.nl](http://www.cbs.nl)

<sup>iii</sup> Crétien van Campen e.a.: Kunst en positieve gezondheid. Hogeschool Windesheim, 2017.

<sup>iv</sup> Roelof Hortulanus e.a. Kunstbeoefening met ambitie. Lesi, 2013.

<sup>v</sup> Lang Leve Kunst was een samenwerkingsproject tussen RCOAK, Fonds Sluiterman van Loo, VSB-fonds, het FCP en het Landelijk Centrum voor Cultuureducatie en Amateurkunst (LKCA)

<sup>vi</sup> Factsheet Ouderen en Cultuur. [www.langlevekunst.nl](http://www.langlevekunst.nl)

<sup>vii</sup> Saskia van Grinsven en Nada de Groot. WAT WERKT BIJ culturele interventies voor ouderen. Hoe kunst kan bijdragen aan positieve gezondheid. Movisie, 2018

**Het volledige onderzoeksverslag *Verder met kunst en ouderen* met analyse van de enquête onder makers, mee-makers en mogelijk makers, kunt u [hier downloaden](#).**

## Contact

Kenniscentrum Kunst en Samenleving  
Hanzehogeschool Groningen  
Meeuwerderweg 1  
9724 EM Groningen

[www.hanze.nl/kunstensamenleving](http://www.hanze.nl/kunstensamenleving)