



Menselijkheid verbindt de verschillende generaties



Nederland is onderdeel van een snel veranderende wereld. Snelle veranderingen op een veelheid van terreinen. Ouder worden, ouderenzorg en de verbinding tussen de verschillende generaties is één van die terreinen en tevens de focus van Stichting Springlevend. Springlevend onderkent de noodzaak om bij te dragen aan het menselijk houden van de samenleving en is daartoe 10 jaar geleden opgericht.

Menselijkheid als onmisbare bouwsteen

Menselijkheid is een verbindende factor tussen alle mensen en alle generaties. Menselijkheid in de vorm van een vriendelijke glimlach, een helpende hand, extra aandacht en ruimte voor elkaar. Menselijkheid

doet je voelen dat je leeft en laat je weten dat je belangrijk bent, op welke leeftijd dan ook. Het vormt de kern van de Springlevend projecten en is een onuitputtelijke bron van energie gebleken.

Groot denken, klein beginnen

Springlevend gaat uit van de gelijkwaardigheid van mensen en houdt tegelijkertijd rekening met ieders uniekheid. Het motto is groot denken en daar waar mogelijk acteren. Ouder worden en ouder(e) zijn is



waarschijnlijk één van de grootste uitdagingen van het mens zijn, en omdat ieder mens zo anders is, is ouder worden tegelijkertijd een bijzondere vorm van rijkdom. Voor de samenleving als geheel is het de uitdaging om middels zorg en welzijn deze bijzondere vorm van rijkdom niet verloren te laten gaan.

Projecten door de jaren heen

Stichting Springlevend heeft een hele reeks projecten ondernomen. Sommige liepen een jaar, andere lopen al tien jaar. Naar schatting zijn er de afgelopen jaren zo'n duizend verrassingspakketten bezorgd bij ouderen die een steuntje in de rug kunnen gebruiken door ziekte, gevoelens van eenzaamheid of verdriet. Honderden themabijeenkomsten, themacafés, beweegsessies en workshops hebben er plaats gevonden, door het hele land, met voor ouderen belangrijke en/of interessante onderwerpen. Zoals de charme van ouderdom, omgaan met eenzaamheid, voortrekkersrol van ouderen, energiemangement, waardigheid, geheugentraining, de kunst van vergeven, zelfvertrouwen en stabiliteit, doorzettingsvermogen

Projecties voor de komende tijd

Eén van de in het oog springende projecten van het afgelopen jaar zijn

de dubbelinterviews. Waarin leerlingen uit het middelbaar onderwijs en ouderen uitgenodigd worden om elkaar te interviewen en verslag daarvan te doen. Springlevend gaat daar in de loop van 2011 een boek van schrijven. Over wat de jongste en de oudste generaties aan wijsheden te berde kunnen brengen betreffende de samenwerking tussen opeenvolgende generaties.

Uit de succesvolle sessies is al een vervolg voortgekomen, welke in het komende jaar verder wordt uitgewerkt. Zogenaamde ronde tafel gesprekken, waarin niet twee (de oudste en de jongste), maar vertegenwoordigers van drie generaties met elkaar in gesprek gaan. Driegesprekken in interview stijl, om zich in elkaars belevingswereld te verplaatsen en wederzijds begrip en respect voor elkaar te vergroten. Naast het werken met middelbare scholieren gaat Springlevend voor dit laatste project ook samenwerken met een aantal studenten in Leiden.

Naast deze projecten vinden er in het tweede deel van 2011 verschillende bezoeken plaats aan verzorgings- en verpleeghuizen. Daartoe heeft Springlevend een powerpoint (dia) presentatie ontwikkeld met de titel "Menselijkheid in Nederland gedurende de afgelopen 100

jaar". Hierin wordt een overzicht geschetst van de vele momenten van menselijkheid die we de afgelopen eeuw hebben gekend. Afgewisseld met o.a. verhalen, anekdotes en gedichten worden het kaleidoscopische middagen. In verzorgings- en verpleeghuizen wonen mensen met verschillende noden. Sommige noden zijn fysiek, andere noden meer mentaal. Foto's en beelden zijn een prachtig medium voor zowel mensen met als zonder dementie. De powerpoint presentatie prikkelt eenieder om helder en bij de tijd te blijven.

Domino effect

Belangrijke dingen gebeuren doordat mensen geïnspireerd raken en samen met elkaar optrekken. Daarom heeft Springlevend als een tweede motto: "Kun je nog bewogen raken?" Wanneer we niet meer bewogen raken over het bijzondere wezen dat we mens noemen, ziet de wereld er somber uit. Gelukkig is de ervaring dat hoop overal te vinden is. Hoop veroorzaakt een domino effect en werkt aanstekelijk. Hoop en menselijkheid vormen een krachtige combinatie om de toekomst "inter-generationeel" mee tegemoet te treden! ●

Meer informatie?

Stichting Springlevend is een algemeen nut beogende instelling, opgericht en gedragen door vrijwilligers. Ze is onafhankelijk van overheden en subsidieverstrekkers en voert haar projecten uit met hulp van particuliere donaties en bedrijven sponsoring. Meer informatie kunt u vinden op de website www.springlevend.org

Wilt u Springlevend ondersteunen dan kan dat door donateur te worden. Bij een donatie van 20 euro per jaar ontvangt u regelmatig het nieuwsblad "MenSZijn".