Studiereis 2028

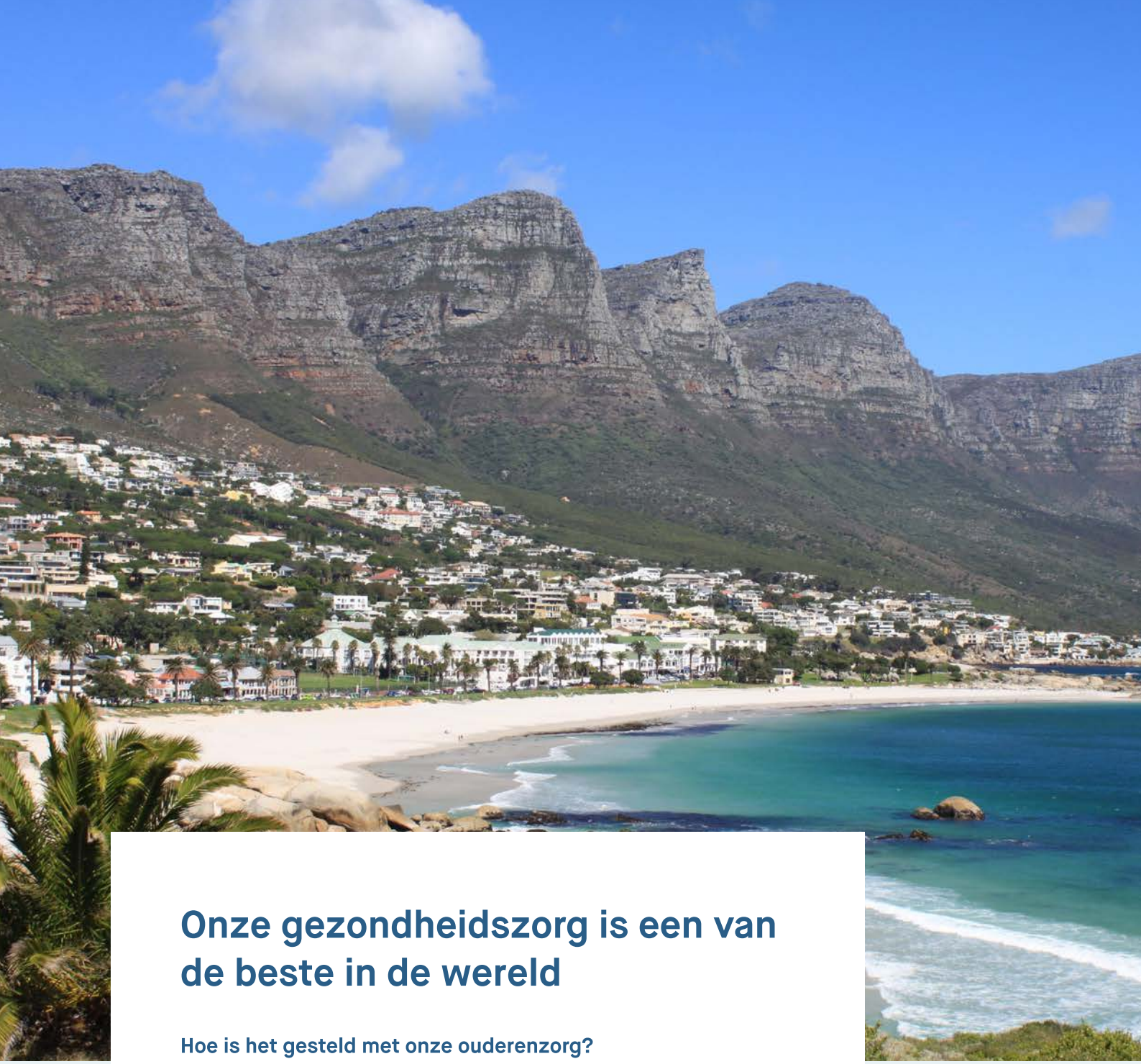
Vitaal ouder worden in Zuid-Afrika

Ervaar Community Care en Ubuntu van dichtbij



Blue Zone Studiereizen bluezonestudiereizen.nl

van maar advies vanmaaradvies.nl



Onze gezondheidszorg is een van de beste in de wereld

Hoe is het gesteld met onze ouderenzorg?
We weten het allemaal: onze samenleving vergrijst, het beroep op de zorg wordt steeds groter, terwijl ook het personeelstekort toeneemt en de mantelzorg tegen grenzen aanloopt. De ouderenzorg wordt anders, dat staat vast.

We zullen buiten de bestaande kaders moeten denken.

Op dit moment is het de bedoeling dat ouderen zo lang mogelijk thuis blijven wonen en zoveel mogelijk zelfredzaam zijn. Het idee is verder dat er nieuwe woonvormen komen en meer voorzieningen in de buurt, meer community care (gemeenschapszin) en dat de omgeving uitnodigt tot bewegen en ontmoeten. Is dit voldoende, is het de goede richting?

En hoe kijken we tegen ouderen zelf aan?

Het lijkt soms wel dat als er in algemene termen over ouderenzorg wordt gesproken, ouderen een maatschappelijk probleem zijn (ageism), terwijl we vanuit onze persoonlijke omgeving weten dat hun ervaring, kennis en wijsheid onmisbaar zijn. Bovendien waren wij zonder die ouderen nooit gekomen waar we nu zijn.

Het kan anders.
Bijvoorbeeld door te kijken hoe het er elders in de wereld aan toe gaat.
In Zuid-Afrika zijn ouderen veel meer deel van de samenleving, met een rol die hen vervulling geeft, terwijl er ook voor hen gezorgd wordt.

Natuurlijk zitten daar veel haken en ogen aan; het is een andere maatschappij met een andere kwaliteit van leven en zorg. Zij kunnen leren van ons, maar wij kunnen ook zeker leren van hen.



"Ik heb er vanuit mijn werk bij een woningcorporatie vanuit zorg en welzijn naar gekeken. Wat ik zag? Ongelijkheid, verschil tussen mannen en vrouwen, kloof tussen black and white, transport- en internetproblemen. Maar ook Ubuntu, het moreel kompas. Voor elkaar dingen doen zonder dat je er zelf voordeel van hebt. Te veel om op te noemen, ik heb heel veel geleerd."

Ninke Hermsen, woningbouwcorporatie



Hoe kijkt men in Zuid-Afrika naar ouder worden, leefstijl, werk en familiewaarden?

Is het familieleven rijker dan in Nederland? Welke rol spelen ouderen in de “communities”, hoe gaat men met hen om en hoe wordt er naar hen gekeken? Hoe leven verschillende generaties met elkaar? Wat kunnen wij daarvan leren?



In het restaurant van de 76-jarige mevrouw Lelape, voeren we een interessant gesprek met senioren uit Kaapstad, over hun (voormalige) werk in zorg en welzijn.

“Ouderen zijn een inspiratiebron, doordat ze in het centrum van de familie zitten. Ik zie ouderen die zinvol bezig zijn en kunnen verdragen.”

Cora Ritmeijer, Specialist Ouderengeneeskunde



Op het hoofdkantoor van de Amy Foundation worden praktijklessen gegeven, zoals koken, naaien en klusvaardigheden. Het helpt jongeren een baan te vinden of een eigen bedrijf te starten. Zo wordt er gewerkt aan een sterkere samenleving.

Ervaar Community Care en Ubuntu van dichtbij

Zuid-Afrika is het meest welvarende land van het continent Afrika. Na het apartheidsregime wil Zuid-Afrika een regenboognatie zijn, waarin diversiteit een kracht is in plaats van een zwakte. Myrna Lewis ontwikkelde de methode Deep Democracy, waarin iedereen een stem krijgt.

En daarnaast kent Zuid-Afrika de filosofie: Ubuntu: ‘Ik ben omdat wij zijn’.

Deze studiereis is de uitgelezen kans om deze filosofieën in praktijk gebracht te zien worden tijdens bezoeken aan diverse organisaties en in gesprekken met de bevolking.



“Ik ben onder de indruk van zoveel ondernemerschap die we hebben gezien. Bijvoorbeeld een 74-jarige vrouw die een goed lopend restaurant en winkel heeft opgezet. Of de jonge ondernemers die we hebben gesproken in Langa Township, zij dromen van een eigen business. Ze kunnen daar overigens nog wel hulp bij gebruiken.”

Roos de Graaf, senioren coach

Indrukken en ontspanning

Onze lokale gidsen zorgen ervoor dat we in gesprek komen met de lokale bevolking, zodat we vragen kunnen stellen en kennis kunnen uitwisselen.

In het ontmoetingscentrum Jordan in Langa Capetown praten we met jongeren over gemeenschapszin, ondernemerschap, over hoe zij aankijken tegen vitaal ouder worden en kansen in het huidige Zuid-Afrika.



Tijdens deze studiereis doen we veel indrukken op die we met elkaar delen.

Er is natuurlijk ook tijd voor ontspanning. In Hermanus gaan we met een bootsafari op zoek naar de Marine Big-5! En we hebben zeker kans om walvissen, pinguïns, haaien en zeehonden te spotten.

Het reisplan in een notendop



Kaapstad

- Bezoek Nederlandse Ambassade. Informatie over het zorgstelsel, vitaal ouder worden, community care (gemeenschapszin), informele zorg en zelfredzaamheid.
- Bezoek Amy Foundation, een stichting met veel aandacht voor kansarme groepen.
- In gesprek met ouderen en hun familie in Langa township en in de multiculturele wijk BoKaap.
- Dialoog met jonge entrepreneurs. Hoe kijken zij aan tegen ouder worden en kansen in Zuid-Afrika?
- Verhalen van krachtige senioren met achtergrond als bestuurder en/of professional in het restaurant van mevrouw Lelape.



Diverse locaties in de Tuinroute

- Via de prachtige Gardenroute naar Hermanus, met een Marine ‘Big 5 Safari.
- Bezoek aan inspirerend 1.5 lijnscentrum in George, een verpleeghuis en een township. In gesprek met bestuurders en professionals.
- In Port Elisabeth bezoeken we het buurthuis Red Location en een verpleeghuis. De Stichting Service projecten sponsort hier het ‘Eat and Meet’ project voor ouderen. Met opbouwwerker Mr. Lungelo. Dit wordt een mooi bezoek!
- Children Art bij Red Location. Indrukwekkend om mee te maken.

Optioneel (los onderdeel)

Voor wie wil: ga je na de studiereis met ons mee?

- Johannesburg: Apartheid museum
- Krugerpark: 3 overnachtingen met diverse safari’s.

Programma onder voorbehoud. Benieuwd naar het exacte programma, neem gerust contact met ons op.



“Wat bijzonder en wat leerzaam om te ervaren, hoe mensen in een verdeeld land met veel verschillen in kansen en gezondheid omgaan met de werkelijkheid. Wat indruk heeft gemaakt zijn juist de gesprekken in de kleine gemeenschappen met ouderen en hun kinderen en kleinkinderen”.

Stephan Hermsen, bestuurder

Het einddoel

Het is vaak lastig om onder woorden te brengen wat een reis als deze concreet brengt. Wat we in elk geval weten uit onze eerdere reizen, is dat het blikveld letterlijk en figuurlijk breder wordt, waardoor er ruimte ontstaat voor nieuwe ideeën, impulsen en initiatieven. De vraag ‘Hoe kan het anders?’, kun je alleen beantwoorden als je andere mogelijkheden hebt gezien en ervaren en daardoor gaat omdenken. Anders leren kijken naar ouderen, naar mogelijkheden en kansen binnen en buiten de bestaande systemen, naar andere manieren van samenleven met elkaar. Wij gaan op zoek naar manieren om ouderen, die dat kunnen een belangrijker en actievere rol te laten spelen in onze maatschappij en er tegelijkertijd te zijn voor de ouderen die dat niet (meer) kunnen.

Laat je inspireren door het land, de communities, muziek en kleuren, de geuren, de saamhorigheid en de drive om er voor elkaar te zijn.

Praktische informatie

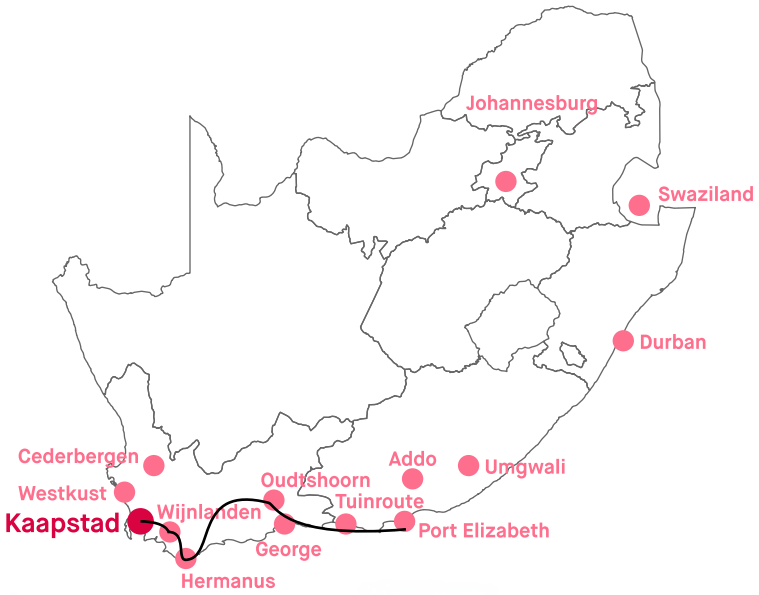
Kosten studiereis: informatie volgt. Kijk naar mogelijkheden voor aftrekbaarheid bij de belasting. Dat is in het kader van een studiereis in vele gevallen mogelijk.

Inbegrepen zijn alle overnachtingen, waarvan 4 in een middenklasse hotel en 1 in lokaal guesthouse. Bezoeken aan de ouderenzorg locaties, gidsen, sprekers, Marine 'Big 5 Safari, 1 nationale vlucht en vervoer binnen Zuid-Afrika, diner, ontbijt en lunch. Inclusief een voorbereidende kick-off bijeenkomst. Exclusief Johannesburg en Kruger Park.

U boekt zelf uw internationale vlucht. Dit geeft u de mogelijkheid om eventueel eerder aan te komen of langer te blijven.

Minimaal 18 deelnemers.
We hopen op uw aanmelding!

Deze reis is met name bedoeld voor artsen en andere zorgverleners, managers, bestuurders en beleidsmakers in zorg en welzijn.





Meer weten of direct aanmelden?

Neem dan contact op met Corine van Maar

E-mail: corine@vanmaaradvies.nl
Telefoon: +31 (0) 6 21 659 559

Of kijk voor meer achtergrondinformatie
over de organisatie op de website:
bluezonestudiereizen.nl

NB: In het kader van het klimaat ondersteunen we Just Diggit,
een organisatie die in verschillende delen van Afrika droog land
weer groen maakt.