

**Verslag van bijeenkomst andragologenalumni  
geïnteresseerden in thema's van de derde en vierde levensfase  
op dinsdagavond 7 november 2006 in zaal 208 van de OMP**

AGENDA

- 1. Schets van 3<sup>de</sup> en 4<sup>de</sup> levensfase
- 2. Doel bijeenkomst
- 3. Voorstellen: naam + werk en/of vrijwilligersactiviteiten + wat zou je in deze groep willen halen en brengen
- 4. Vragen aan Gien Tuender en Ina Wilbrink over hun betaalde/onbetaalde vrijwilligerswerk en ervaringen
- 5. Wie willen meedoen aan wat?
- 6. Afspraak wanneer en waar?

**Aanwezig:** Eva Bakker, Ed Huyg, Ina Wilbrink-Peeterman, Janneke Van mens-Verhulst, Riekje Merjenbugh, Tilly van Buytenen, Pim Groeneveld, Jilde Stern, Trijnie Raat, Henk Wesseling, Gien Tuender, Thea Cohen.

Om half acht opende Eva Bakker de bijeenkomst met het welkom heten van 12 alumni en schetste aansluitend het tableau. Eva lanceert daarbij, als aanduiding van de groep, het etiket “de driekwartgroep”.

De derde levensfase loopt vanaf 55 door tot 65 jaar, waarna de officiële pensionering en in ieder geval de voor iedereen wettelijke AOW hun intrede doen. Daarna kunnen we spreken van de vierde fase.

De derde fase is als voorbode voor de vierde belangrijk omdat er zich in deze derde fase een groot aantal dilemma's kunnen aandienen, zoals:

- 0 Ontslag nemen of ontslag krijgen
- 0 Eerder stoppen en/of minder gaan werken of doorgaan tot 65
- 0 Balans vinden tussen werktijd en meer vrije tijd
- 0 Keuze tussen minder stress en meer ontspanning
- 0 Uitgaven opvoeren tbv inkomsten voor fase 4 (lijfrente, beleggingen ad)
- 0 Stoppen met betaald werken of doorgaan met een ander soort betaalde arbeid
- 0 Blijven wonen of verhuizen. Keuze tussen huren of kopen.

De diverse keuzen zijn voor een groot deel afhankelijk of je alleen met jezelf te maken hebt of met een levenspartner. Maar in beide gevallen geldt dat gevoelens als teleurstelling, boosheid en frustratie een meer of mindere rol kunnen spelen. Vooral het verlies van werk, het maatschappelijk gezien niet meer meetellen, kan van grote invloed zijn op je persoonlijke levenssfeer. Al wordt het zelden hardop gezegd, maar meestal vindt men dat je te oud bent om nog een leuke baan op niveau te vinden en dus doet daar een volgend dilemma op van veel solliciteren tegen alle frustraties in of genoeg nemen met een laag inkomen of misschien zelfs een bijstandsuitkering.

In de vierde fase gelden de volgende opties: genieten of sudderen. Blijven werken of recreëren?

In deze fase komt het vrijwilligerswerk (nog) duidelijker in beeld. Zou je dat willen gaan doen? En wat voor soort werk zou je het meest ambiëren en hoeveel tijd zou je daar in willen steken? Hoe is het met de fysieke, geestelijke en mentale vermogens gesteld, de snelheid van handelen, het concentratievermogen, het geheugen? Tegelijk neemt het eerder en langer

vermoeid zijn toe. Ook hier geldt weer, maar nog sterker dan voorheen, zal je voortdurend naar een balans moeten zoeken voor wat betreft je energiehuishouding. Welke zaken kosten energie en welke zaken geven je energie?

Het doel van een op te starten platform, podium, werkgroep of netwerk van andragologen/alumni zou kunnen zijn om ondersteuning te geven voor zowel een persoonlijke als een maatschappelijke oriëntatie en participatie in de derde en vierde levensfase.

Persoonlijk in de zin van het verkennen van je toekomstige, vooral financiële, mogelijkheden en de daaraan sterk gekoppelde valkuilen zien te voorkomen. De maatschappelijke variant is natuurlijk inherent aan de persoonlijke levenssfeer maar vereist extra aandacht. Voor andragologen geldt dat de maatschappelijke rechtvaardigheid hoog in het vaandel staat.

In het netwerk zou het moeten gaan om het elkaar kunnen informeren, inspireren, geestelijk actief houden en verder stimuleren en enthousiasmeren bij verschillende onderwerpen die aan de orde kunnen worden gesteld.

Zelf heeft Eva er inmiddels 9 jaar opzitten als vrijwilligster, oprichtster en leidster van een dienstverlenende stichting Oost West Thuiswonen op zijn Best in Heiloo, waarbij scholieren huishoudelijk werk verrichten bij ouderen aan huis. Daarnaast is zij actief als humanistisch spreekster bij uitvaarten

Na bovenstaande toelichting op haar eigen drijfveren en verleden nodigt Eva alle aanwezigen uit zich aan de anderen voor te stellen en daarbij zo mogelijk aan te geven wat je zou willen ontvangen in dit netwerk en wat je hebt te bieden.

De aanwezigen stellen zich voor en geven aan wat het netwerk zou kunnen bieden. Deze persoonlijke gegevens zijn bij de Kring webredactie bekend.

Eva vat, met de als gemeenschappelijk genoemde opmerkingen: het ontmoeten van gelijkgestemden, het streven naar maatschappelijke betrokkenheid, het aan willen blijven gaan van intellectuele uitdagingen en opladen van de drive, deze ronde samen.

Er is vervolgens een korte discussie over het verschil in beoordeling van de mogelijkheden van het vrijwilligerswerk. Gien stelt dat vrijwilligerswerk in de jaren 80, veel meer dan nu een opstap was voor een betaalde baan.

Ina zegt dat eerdere ervaringen in het vrijwilligerswerk soms het hefpunt vormen voor het kiezen van een nieuwe richting. Wat heb je ooit gedaan, waar je toen niet bij stil wilde (kon/dorst) te staan, maar dat je toen wel een goed gevoel heeft gegeven? Probeer dat gevoel nog eens boven te laten komen en exploreer de mogelijkheden.

Ed Huyg problematiseert of solliciteren voor hem nog wel zin heeft en wil de scheiding tussen betaald en vrijwilligerswerk beter verkennen.

Riekje Merjenburgh benadrukt de mogelijkheden om te opteren voor een eigen bedrijf en het freelancer zijn. Alsmede de mogelijkheden om ook na je 65<sup>e</sup> door te kunnen gaan.

Janneke van Mens was getroffen door de dilemma's die aan het begin van de avond door Eva waren genoemd en stelt voor om een volgende bijeenkomst hiermee verder te gaan. Eventueel kan zij iemand vragen die dit kan begeleiden en ook op een niet verbale manier aan de orde kan stellen.

Dit voorstel wordt door iedereen ondersteund.

Over de verdere organisatie en leiding van het netwerk lopen de meningen uitéén van een lichte structuur en per keer bekijken tot een wat vastere organisatievorm. In ieder geval zal

dit op één van de volgende keren aan de orde moeten komen. Voorlopig blijven Eva en Henk het karretje nog even trekken.

Janneke probeert voor de volgende bijeenkomst een deskundige inzake het onderwerp dilemma's te vragen.

De volgende bijeenkomst is op dinsdagavond 30 januari 2007. Aanvang 19.00 uur. De ruimte, mogelijk opnieuw in de OMP, wordt later bekend gemaakt.

De namen- en adressenlijst gaat rond en wordt door ieder getekend. Iedere aanwezige ontvangt het verslag en wordt verzocht alvast de datum van 30 januari 2007 te noteren..

NB

De aankondiging van de volgende “driekwart” bijeenkomst zal eind december aan alle alumni worden verzonden met het uitdrukkelijke verzoek zich bij belangstelling van te voren op te geven, ivm het programma en de zaalruimte

13/11/06

Notulist: Henk Wesseling

[wescrest@planet.nl](mailto:wescrest@planet.nl)

Tel: 020 690 49 97