

Co-creatie

Binnen Samen tegen Eenzaamheid

Wat is co-creatie?

Binnen Samen tegen Eenzaamheid staat co-creatie centraal. Dit betekent dat iedereen die betrokken is bij de groep **SAMEN** activiteiten bedenkt, organiseert en uitvoert. Door deze gezamenlijke aanpak sluiten activiteiten en thema's beter aan bij wat deelnemers belangrijk vinden en nodig hebben. Betrokken in de groep kunnen zijn ouderen met een migratieachtergrond, groepsbegeleiders, projectleiders, activiteitenbegeleiders en vrijwilligers.

Hoe werkt co-creatie?

Het is niet altijd makkelijk om te ontdekken wat deelnemers willen of nodig hebben. Daarom is co-creatie een doorlopend proces. Door regelmatig in gesprek te gaan, voorbeelden te geven (maar niet in te vullen) en deelnemers te stimuleren, komen wensen en interesses stap voor stap naar voren.

Wat is belangrijk bij co-creatie?

Als begeleider is het belangrijk om:

- Goed te luisteren
- Deelnemers zelf te laten nadenken en met ideeën te laten komen.
- Je bewust te zijn van je eigen aannames en deze los te laten.
- Je bewust te zijn van de invloed die jouw rol heeft op de eigen regie van deelnemers.

Tips voor co-creatie

Maak niet zelf een activiteitenplanning. Gebruik de volgende vragen:

- Wat maakt je gelukkig?
- Wat deed je vroeger graag?
- Wie ben jij?
- Wat heb je altijd al willen doen?

Deze vragen helpen deelnemers na te denken over wat zij belangrijk vinden en wat hun behoeften en wensen zijn.

“Co-creatie geeft ook motivatie aan de dames. De activiteiten bedenken we bijvoorbeeld niet zelf. We laten ze binnen komen, je mag jezelf zijn. Wat vind je leuk om te doen? Eentje vindt breien leuk de andere wil alleen kopje thee. Je mag ook zeggen, ik weet het niet. Geeft niet, misschien weet je het later, je kan het leren.” (Project- en groepsbegeleider, Utrecht, 2023)

Resultaat

Als wensen en behoeften **SAMEN** worden omgezet in activiteiten, ontstaat er vertrouwen, waardering en betrokkenheid. Mensen voelen zich meer met elkaar verbonden en ervaren sterker dat de groep ook van hen is. Co-creatie komt terug in veel activiteiten, zoals samen plannen maken, koken, koffie en thee zetten, elkaar helpen bij creatieve activiteiten, uitstapjes organiseren en samen opruimen of naar huis lopen.

