DE GOUDEN BLIK

Verslag van het werkatelier

"Van inspiratie naar actie"

De inzichten, acties en ideeën die jullie samen vormgaven

Studiedag De Gouden Blik · 7 oktober 2026

Wintercircus, Gent

Een organisatie van

Bedankt voor jullie gouden blik

Tijdens het werkatelier van De Gouden Blik gingen jullie in gemengde groepjes aan de slag: media, beleid, zorg en senioren samen rond de tafel. Vertrekkend vanuit de genomineerde projecten en de keynote, deelden jullie inzichten, vertaalden die naar concrete acties, en destilleerden één vernieuwend idee per groep.

Dit verslag bundelt al die input. We openen met de rode draden die doorheen alle groepen terugkwamen, een gezamenlijke oogst. Daarna vind je de volledige bijdrage van elke groep integraal terug, zodat niets verloren gaat.

Wat nu? Deze oogst is geen eindpunt maar een vertrekpunt. We hopen dat jullie de acties en ideeën meenemen naar de eigen werking, en dat de “nieuwe beelden” die hier ontstonden blijven doorwerken in jullie organisaties, en in het bredere verhaal rond ouder worden.

Deel 1 · De rode draden

Doorheen de 25 groepen kwamen opvallend consistente thema's terug. Samen tekenen ze een gedeelde visie op hoe we naar ouder worden kijken, en wat we eraan willen doen.

1. Seniorisme benoemen en doorbreken

Het sterkst terugkerende thema: leeftijdsdiscriminatie als een vaak onzichtbaar, maar diepgeworteld vooroordeel.

- Seniorisme werd door meerdere groepen benoemd als “de ergste discriminatie”, en als iets dat vroeg begint (ageism start al jong).
- De belangrijkste hefboom is het zelfbeeld: het beeld dat ouderen van zichzelf hebben, en het internaliseren van negatieve beelden.
- Aanpak die terugkwam: vooroordelen hardop benoemen, mensen aanspreken op betuttelend gedrag, en beginnen bij jezelf.

2. Intergenerationeel: generatiebruggen in plaats van generatiekloof

Vrijwel elke groep zag verbinding tussen generaties als de weg vooruit.

- Structurele samenwerking i.p.v. occasionele activiteiten: jongeren en ouderen die van elkaar leren (lesgeven in twee richtingen, MATCH, co-housing).
- Inspiratie uit de genomineerden: Atelier Henri, Ultima Vez & BOP, de RITS, het woon- en leefhuis-idee.
- Concreet: gezamenlijke raden (ouderenraad + jeugdraad), bezoeken van jongeren aan ouderen, scholen betrekken.

3. Denken in levensfasen en doelen, niet in leeftijd

Een kerninzicht uit de keynote, breed overgenomen.

- Activiteiten en beleid plannen op levensfase en doel, niet op leeftijd - maatwerk.
- “70 is de nieuwe 70”: ouder worden niet wegpoetsen, maar op zichzelf waarderen.
- Een doel stopt niet vanaf een bepaalde leeftijd.

4. Van kost naar kapitaal - van vergrijzing naar verzilvering

Een duidelijke kanteling in framing.

- Ouderen niet zien als probleem of kostenpost, maar als kapitaal en meerwaarde.
- De term “verzilvering” i.p.v. “vergrijzing” (geïnspireerd op Genk).
- De eigenheid van elk individu heeft waarde.

5. Co-creatie: mét ouderen, niet over ouderen

Projecten worden sterker als ze samen met de doelgroep vorm krijgen.

- Eigen regie: ouderen als auteurs van hun eigen verhaal.
- Bewonersparticipatie bij nieuwbouw, co-creatie van instrumenten, inspraak zoals bij Atelier Henri.
- Let wel: co-creatie kost tijd - een barrière die meerdere groepen benoemden.

6. Taal en beeld: positief, eenvoudig, met humor

Hoe we communiceren bepaalt mee het beeld.

- Positieve framing is hoogstnoodzakelijk; herhaling van de positieve boodschap werkt.
- Humor blijft hangen - breng de boodschap met een kwinkslag.
- Eenvoudig, begrijpelijk taalgebruik; eigen (foto)materiaal en eigen nieuws delen.

7. De grootste barrière: financiering en tijd

Waar de meeste groepen op botsten.

- Financiële kwetsbaarheid en begrotingsoefeningen gericht op quick wins i.p.v. langetermijnwinst.
- Subsidiëring van de Vlaamse Ouderenraad en lokale ouderenraden.
- Tijd en menselijk kapitaal; het kenbaar maken van bestaand aanbod.

Ideeën die eruit sprongen

Enkele ideeën vatten de energie van de dag mooi samen:

- **Een charter rond beeldvorming** via de Vlaamse Ouderenraad — krijtlijnen en kader, met de Gouden Blik-checklist als basis (Groep 10).
- **Een generatiedoelenboekje** in co-creatie, om gemeenschappelijke doelen over levensfasen heen te vinden (Groep 24).
- **Activiteiten plannen op levensfase** in plaats van op leeftijd (Groep 11+18).
- **Structurele intergenerationele uitwisseling:** jongeren lesgeven bij seniorenvorming en andersom (Groep 2).
- **“Het mag ook iets kleins zijn. Begin eraan, nu!”** als uitnodiging om vandaag te starten (Groep 10).

Deel 2 · De oogst per groep

Hieronder vind je de volledige bijdrage van elke groep terug, zoals aangeleverd en licht geredigeerd voor de leesbaarheid. De groepsnummers verwijzen naar de tafelindeling van het werkatelier.

Groep 2

Inzichten die we meenemen

- Intergenerationeel aspect
- Een juist beeld; foute beelden zijn wederzijds
- Werken aan het eigen negatieve beeld van anderen
- Eigen regie geven - eigen auteurs zijn
- 70 is de nieuwe 70

Concrete acties

- “Jong geleerd en gedaan”: voordracht door jongeren voor ouderen
- Bewuster omgaan met woord en beeld
- Bevraging over de term voor de doelgroep (senioren, ouderen, oudere personen)
- Af en toe een gezamenlijke raad (ouderenraad + jeugdraad)
- Bezoek van jongeren aan ouderen organiseren

Barrières & aanpak

- Geen concrete barrière vermeld.

Ons idee

In één zin: Actief inzetten op intergenerationele activiteiten: jongeren lesgeven bij seniorenvorming en andersom.

Waarom vernieuwend: Structurele samenwerkingen opzetten i.p.v. occasionele activiteiten.

Eerste stap (3 maanden): Eigen vrijwilligers sensibiliseren, contacten leggen, onderwerpen aanreiken en uitwisseling opzetten.

Groep 3

Inzichten die we meenemen

- Projecten gemaakt mét de ouderen
- Vergrijzing → verzilvering (Genk)
- Jongeren hun “lokale wortels” laten ontdekken

Concrete acties

- LOR → in overleg gaan met jeugdraad en school
- Lokale ambtenaren sensibiliseren over ouderenbeleid

Barrières & aanpak

- Diversiteit

Ons idee

In één zin: De term “verzilvering” in plaats van “vergrijzing”.

Groep 4

Inzichten die we meenemen

- Ultima Vez i.s.m. BOP: dansers namen plussers mee op het podium om in beweging te komen
- Atelier Henri: multigenerationeel, niet één groep “jongeren”
- De RITS
- Genk met de banners → uitbreidbaar naar alle gemeenten

Concrete acties

- Multigenerationeel denken, meenemen naar de toekomst
- Ultima Vez programmeren in buurthuizen
- Werken rond dans en bewegen voor mensen met dementie
- Bekijken of lokale (dans)verenigingen kunnen bijdragen

Barrières & aanpak

- Bestaand aanbod kenbaar maken
- Te weinig verbinding tussen verenigingen
- Generaties binnen de “senioren”
- Aanpak: thematisch werken, los van leeftijd

Groep 5

Inzichten die we meenemen

- “Lang zullen ze leven”-beeld
- Samen
- Atelier Henri → samenleven
- Aanzet: “praten over ouderen voor Dummies”

Concrete acties

- Intergenerationele projecten verderzetten
- Diversiteit blijven verwelkomen → meer dan “witte” ouderen

Barrières & aanpak

- Opvolging (senior, euro's, mobiliteit…) → proactief oplossing zoeken
- Samen

Ons idee

In één zin: Co-housing los van vzw's → betaalbaar wonen, mobiliteit, uitdagingen.

Waarom vernieuwend: Omdat we het nog te weinig zien en de waarde van intergenerationeel contact verwaterd is; leren andere vragen te stellen.

Eerste stap (3 maanden): Good practices bekijken, woonvormen onder de aandacht brengen, een behoefteanalyse maken.

Groep 8

Ons idee

In één zin: Ruimtelijke ordening als bouwsteen van een positieve beeldvorming.

Waarom vernieuwend: Nu staan woonzorgcentra vaak ver van jeugdlokalen, scholen en de gemengde gemeenschap.

Eerste stap (3 maanden): Bespreekbaar maken, brainstormen, jeugd- en seniorenraden betrekken, het huidige ruimtelijke plan bekijken en onderzoek doen.

Groep 9 en 6

Ons idee

In één zin: Alle muren slopen, de leeftijdsparaplu afnemen en werken vanuit het positieve.

Waarom vernieuwend: Omdat de framing van ageism heel vroeg start.

Eerste stap (3 maanden): Alle actoren uit de buurt samenbrengen.

Groep 10

Inzichten die we meenemen

- Het mag ook iets kleins zijn!

- Samenwerken: overleggen en samenwerken mét ouderen → elkaar versterken
- Intergenerationeel = verrijking voor iedereen
- Creativiteit

Concrete acties

- Zorgen voor een algemene visie: krijtlijnen in een charter als kader
- Ouderen stimuleren om actief deel te nemen aan het leven → sensibiliseren

Barrières & aanpak

- Heterogeniteit kan lastig zijn: leeftijd, mentaal welzijn, etnisch, cultureel
- Starten met verkennen en respecteren

Ons idee

In één zin: Begin eraan, nu! Maar vertrek vanuit uitwisseling, samenwerking en verbinding, met een charter en kader → de Gouden Blik-checklist als basis.

Waarom vernieuwend: Samenwerken overheen alle koepels, organisaties, beleidsorganen en verenigingen.

Eerste stap (3 maanden): Een charter rond beeldvorming via de Vlaamse Ouderenraad.

Groep 11+18

Inzichten die we meenemen

- We zijn goed bezig
- Van “70 is het nieuwe 50” naar “70 is het nieuwe 70”
- Het belangrijkste beeld van ouder worden is het zelfbeeld

Concrete acties

- Zeggenschap geven!
- Een doel hebben
- Inzetten op levensfase

Barrières & aanpak

- Gewoonte doorbreken
- Een doel stopt niet vanaf een bepaalde leeftijd
- Het hokjesdenken

Ons idee

In één zin: Activiteiten plannen op levensfase, niet op leeftijd → een nieuwe kijk op activiteiten.

Waarom vernieuwend: Omdat dit bij ons weten nog niet voorkomt in de praktijk.

Eerste stap (3 maanden): Onderzoeken hoe dit te integreren valt.

Groep 13

Inzichten die we meenemen

- Wederkerigheid tussen studenten en 65-plussers (MATCH)
- De kanteling van spreker Jelte
- Seniorisme! Een vooroordeel
- Atelier Henri = inspraak, gemeenschap betrekken

Concrete acties

- De kanteling verder uitwerken
- Gewoontes doorbreken
- Krachten benoemen en inzetten
- Zelf uitdragen in de pers

Barrières & aanpak

- Budget? Vragen aan Caroline Gennez

- Tijd en menselijk kapitaal

Ons idee

In één zin: Samenwerken over generaties heen!

Waarom vernieuwend: Over generaties heen.

Eerste stap (3 maanden): Gelijkgezinden over de generaties heen samenbrengen en medestanders vinden.

Groep 14 (a)

Inzichten die we meenemen

- Het woon- en leefhuis-idee om kruisbestuiving tussen generaties mogelijk te maken → het meest kopieerbare project in een landelijke gemeente

Concrete acties

- Buurtbabbels uitbreiden → “pluk de dag”-koffiebabbel
- Bestaande samenwerkingen met scholen of vzw's in kaart brengen; intergenerationele werking uitbreiden
- Een anti-seniorismecampagne opzetten

Barrières & aanpak

- De grootste uitdaging voor een warme, verbonden samenleving is de financiële kwetsbaarheid die bovenkomt in begrotingsoefeningen. Vaak gebaseerd op quickwins en te weinig op langetermijnwinst voor een kwalitatief leven voor iedereen.

Ons idee

In één zin: Begin bij jezelf: straal positiviteit uit in het actieve seniorenleven.

Waarom vernieuwend: Zo doe je aan kruisbestuiving en voorbeeldfunctie; nu ligt er te veel focus op het begrip “oud”.

Eerste stap (3 maanden): Engagement opnemen in de verschillende organisaties en actief meedenken en voorstellen doen (adviesraden).

Groep 14 (b)

Inzichten die we meenemen

- Uzelf serieus nemen → begin bij uzelf
- Een positief beeld uitstralen

Concrete acties

- Wandelweek
- Gefundeerde adviezen, ernstig genomen

Barrières & aanpak

- Actieve deelname van de leden van de seniorenraad
- Geen politieke vertegenwoordiging

Groep 17

Inzichten die we meenemen

- Werken aan projecten die de problematiek aanpakken, mét en door senioren
- Met humor gebracht, blijft het hangen
- Begrijpelijk, eenvoudig taalgebruik

Concrete acties

- Als je boodschappen met humor brengt, dan blijven ze langer hangen
- Seniorenverenigingen verbinden met andere clubs (bv. een dansclub om te bewegen)
- Intergenerationeel: verschillende leeftijden samenbrengen en in gesprek gaan

Barrières & aanpak

- Vooroordelen benoemen
- Mobiliteit: vrijwilligers inschakelen, projecten ter plaatse brengen
- Diversiteit wordt niet weerspiegeld in de verenigingen

Ons idee

In één zin: De communicatie verwoorden met een humoristische kwinkslag, door senioren.

Waarom vernieuwend: Het moet niet steeds vernieuwend zijn. Iets dat werkt, kan ook verduurzaamd worden.

Groep 19

Inzichten die we meenemen

- Zelfbeeld van de oudere volwassene zelf, plus humor
- Keynote: leeftijd → fases en doelen i.p.v. leeftijd; maatwerk
- 70 = de nieuwe < 70!

Concrete acties

- Sport Vlaanderen: inspiratiedag over kracht, gericht op doelen en fasen i.p.v. leeftijd
- Communicatie vanuit Gray over onderzoek: positief en op potentieel gericht
- 3-daagse vanuit Vief: extra focus op toegankelijkheid

Barrières & aanpak

- Krachtdag: weinig barrières → inleidende speech met juiste termen + panelgesprek
- Past het binnen de boodschap? Onderzoeken met cases, redenen en voorbeelden
- 3-daagse: misschien het financiële? Bv. tafels op verschillende hoogtes

Ons idee

In één zin: Een inspirerende campagne die organisaties aanzet tot een aanbod rond kracht en beweegprogramma's.

Waarom vernieuwend: Bewegen brengt generaties samen, biedt een kans om positief te communiceren en waardeert het zelfbeeld op.

Eerste stap (3 maanden): Een creatieve campagne bedenken mét de doelgroep: juiste beelden, slogans, ambassadeurs en taal, met tijdlijn en stappenplan.

Groep 20

Inzichten die we meenemen

- RITS en Artevelde voor intergenerationeel werken
- Geen hokjesdenken: samenleven is positief voor intergenerationele activiteiten
- Seniorisme als een van de ergste vormen van discriminatie

Concrete acties

- Iedereen aanspreken die je betuttelend hoort doen tegenover een 65-plusser
- Een collage maken van het woonzorgcentrum van de toekomst

Barrières & aanpak

- Voldoende out of the box durven denken

Ons idee

In één zin: Met ouderen naar school om levenservaring te delen.

Waarom vernieuwend: Het is geen leerkracht die het brengt.

Groep 21

Inzichten die we meenemen

- Groep Rumbeke: bijzonder mooi initiatief → fantastische visie, met studenten, vrijwilligers en getraind personeel samen als één

Concrete acties

- Fotografie + verhaal
- Dagdagelijkse momenten en aandacht om stereotypes te doorbreken
- Foto's van actieve momenten

Barrières & aanpak

- Als fotograaf niet opvallen (“doe maar alsof ik er niet ben”)
- Hoe tonen? Bv. een kalender
- Andere vormen: een expo, vitrines in winkels

Ons idee

In één zin: Kinderen, ouders en grootouders laten vertellen in een spelelement, met attributen uit grootoudertijd.

Waarom vernieuwend: De manier waarop “kennis” wordt overgebracht.

Eerste stap (3 maanden): Mensen en voorwerpen verzamelen (bv. via erfgoed).

Groep 22

Inzichten die we meenemen

- De RITS, de kandidaat van Beeldvorming
- Jelte, de stimulans
- Het positieve van alles: je kan het negatief of positief brengen; positief brengen is hoogstnoodzakelijk

Concrete acties

- Moeders en (groot)dochters samenbrengen om ervaringen, kennis en leven te delen
- Communicatie (op basis van Genk)
- Eigen fotomateriaal

Barrières & aanpak

- Geld, ondersteuning, participatie en waardering: gebrek aan betrokkenheid en door de bomen het bos niet zien

Ons idee

In één zin: Een tuin-deelactie.

Waarom vernieuwend: Het delen van info en het ambacht van een moestuin.

Eerste stap (3 maanden): Een moestuinworkshop opzetten om te voelen of er publiek voor is.

Groep 23-25

Inzichten die we meenemen

- Intergenerationele activiteiten
- Vooruitkijken, nu! Genieten: wat willen wij?
- Kost versus kapitaal van vrijwilligers

Concrete acties

- Bekijken in de werkgroepen

Barrières & aanpak

- Subsidies?

Ons idee

In één zin: Verbindend naar de toekomst kijken en participerend meewerken.

Waarom vernieuwend: Stoppen met dromen is stoppen met leven.

Groep 23+25 — "Florence en de West-Vlamingen"

Inzichten die we meenemen

- Als 70 de nieuwe 70'ers zijn
- Vragen naar doelen bij senioren i.p.v. terugblikken op het verleden
- Niet bang zijn om nog nieuwe dingen te leren (mondharmonica)
- Vergrijzing te veel als kost gezien — het is een kapitaal

Concrete acties

- Individuele verhalen brengen voor herkenning

Barrières & aanpak

- Subsidiëring van de Vlaamse Ouderenraad en plaatselijke ouderenraden

Ons idee

In één zin: Al verbindend kijken naar de toekomst en het heden, via concertatie en participatie.

Waarom vernieuwend: Is evident!

Eerste stap (3 maanden): "Een mens stopt met leven als hij of zij stopt met dromen."

Groep 24 (a)

Inzichten die we meenemen

- Inspirerende voorbeelden zoals de 3 genomineerden
- De oudere generatie niet als probleem of kost zien
- De eigenheid van ieder individu heeft een meerwaarde

Concrete acties

- Toegankelijkheid checken
- Communicatie checken
- De positieve boodschap blijven herhalen

Barrières & aanpak

- Toegankelijkheid: financiën
- Communicatie: geen barrière

Ons idee

In één zin: Een generatiedoelenboekje ontwikkelen in co-creatie, om gemeenschappelijke doelen over levensfasen heen te vinden → een generatiebrug.

Waarom vernieuwend: Het is tastbaar, laagdrempelig en haalbaar, en zet aan tot gesprek tussen generaties en doelenopvolging voor zelfregie.

Eerste stap (3 maanden): Co-creatie met verschillende leeftijdsgroepen en achtergronden om het boekje op te stellen en te ontwerpen (eventueel uitdelen als nieuwjaarscadeau).

Groep 24 (b)

Inzichten die we meenemen

- Denken in doelen, niet in leeftijd
- Van kost naar kapitaal
- "Seniorisme"
- Generatiekloof → generatiebruggen
- Herhaling

Concrete acties

- Co-creatie

- Seniorisme en studenten
- Bewonersparticipatie bij nieuwbouw → doelen en levensfasen
- Gezamenlijke doelen bij nieuwjaar (bv. samen meer bewegen)
- Een intergenerationele dag organiseren

Barrières & aanpak

- Vooroordelen
- Co-creatie kost veel tijd
- Vage voorstellen
- Een rol opnemen als “constructieve sloper”
- Woorden wekken en voorbeelden trekken

Groep 96

Inzichten die we meenemen

- 7,5 jaar langer leven
- Werken tot 70? Leden van verenigingen worden ouder
- Flexijob
- De impact van positief nieuws
- Internalisering van slechte beelden

Concrete acties

- Zelf nieuws delen via sociale media
- Een positief begin van elke vergadering
- Een gezamenlijke activiteit met je vereniging

Barrières & aanpak

- Ouderenraad openstellen voor WZC-bewoners. Via de directie contact leggen
- Positief nieuws verzamelen
- Het eigenbeeld zit fout

Groep (zonder nummer) — a

Inzichten die we meenemen

- Seniorisme
- Generatiebruggen
- Bv. scholieren en ouderen cf. RITS

Concrete acties

- Generatiebruggen
- De meerwaarde in de kijker zetten
- Positieve framing

Barrières & aanpak

- Beeldvorming en vooroordelen
- Wetgevend kader
- Polarisatie in beeldvorming

Groep (zonder nummer) — b

Inzichten die we meenemen

- Seniorisme
- “Unlimited” young

Concrete acties

- Bewonersparticipatie

- Seniorisme bij de studenten
- Denken in levensfasen en doelen
- Co-creatie

Barrières & aanpak

- Woorden wekken, voorbeelden trekken?

En nu?

Zoveel groepen, zoveel invalshoeken, en toch één gedeelde richting: we kijken met een gouden blik naar ouder worden. Niet als kost, maar als kapitaal. Niet in hokjes van leeftijd, maar in levensfasen en doelen. Niet over ouderen, maar mét hen.

We nemen deze oogst mee. Dank aan iedereen die mee heeft nagedacht, getekend en gedroomd.

— Samen maken we van De Gouden Blik een blijvende blik. —