

5 JAAR LEVENSKUNST



Foto © Michiel Devijver



wijkgezondheidscentrum
Rabot



wijkgezondheidscentrum
De Sleep



wijkgezondheidscentrum
't Vlot

**WELZIJN
VAN
ALIJN**

“Ten eerste, al ne keer onder de mensen zijn en mogen zijn wie dat ge zijt nu. Dat was voor mij al grandioos.”

Levenskunstenaar editie 1

Wat gebeurt er wanneer mensen die ouder worden een plek vinden waar ze niet als ‘senior’ worden gezien, maar als unieke individuen, en waar hun verhalen bijdragen aan gezond en veerkrachtig ouder worden?

In september start in Huis van Alijn voor het vijfde jaar op rij Levenskunst, een bijzonder traject samen met wijkgezondheidscentra 't Vlot, De Sleep en Rabot. Dit initiatief maakt deel uit van de unieke werking Welzijn van Alijn, waarin het museum cultureel erfgoed bewust inzet als hefboom voor welzijn.

Onderzoek toont aan dat erfgoedbeleving een positieve impact kan hebben op het mentale en sociale welzijn van mensen. Toch is er vandaag in Vlaanderen een beperkte vorm van expertise, aanbod en netwerk rond de inzet van cultureel erfgoed binnen welzijnscontexten. Met Welzijn van Alijn speelt het museum in op deze maatschappelijke nood en neemt het een voortrekkersrol op binnen Vlaanderen door expertise op te bouwen, partners te verbinden en innovatieve praktijken te ontwikkelen.

Samen met wijkgezondheidscentra 't Vlot, De Sleep en Rabot creëert Welzijn van Alijn met Levenskunst een warme en laagdrempelige ontmoetingsplek voor 55-plussers die verlangen naar meer gezelschap, verbondenheid en levensvreugde. Het traject richt zich in het bijzonder tot patiënten van de wijkgezondheidscentra die nood hebben aan sociale contacten en betekenisvolle ontmoetingen. Via gezamenlijke activiteiten worden deelnemers uitgenodigd om ervaringen te delen, nieuwe mensen te leren kennen en opnieuw kleine geluismomenten te ontdekken.

Levenskunst maakt deel uit van een duurzaam beleid van Stad Gent rond gezond ouder worden. Het gaat daarbij om meer dan een zinvolle vrijetijdsbesteding: het traject wil de functionele capaciteit, veerkracht en maatschappelijke participatie van deelnemers versterken.

Na vijf jaar is Levenskunst uitgegroeid tot een gewaardeerde en structurele pijler binnen de samenwerking tussen Huis van Alijn, de wijkgezondheidscentra en diverse wijkpartners. Zowel deelnemers als zorgverleners ervaren het traject als een waardevolle aanvulling op de bestaande ondersteuning rond welzijn en gezond ouder worden.

Over Levenskunst

Tijdens een traject van acht sessies, gevolgd door maandelijkse terugkommomenten, gaan de deelnemers samen op zoek naar kleine geluksmomenten en verhalen die herkenning oproepen of aansluiten bij hun eigen levenservaringen. De groep bestaat uit 55-plussers die op zoek zijn naar meer sociale contacten, zingeving en verbondenheid. Het gaat vaak om mensen in een kwetsbare sociaal-economische situatie, met een beperkte mobiliteit en een klein sociaal netwerk. Levenskunst biedt hen een veilige en warme omgeving waarin ontmoeting, uitwisseling en persoonlijke groei centraal staan.

Het traject

Voorafgaand aan het traject krijgt elke deelnemer een intakegesprek met de gezondheidspromotoren van de wijkgezondheidscentra. Zij begeleiden de deelnemer als vertrouwd aanspreekpunt en bieden ondersteuning gedurende het hele traject.

Tijdens elke sessie vormen erfgoedobjecten, foto's en rijke museumverhalen het vertrekpunt voor gesprekken over vrije tijd, tegenslag en veerkracht, kindertijd en rituelen, liefde, rouw en ouder worden. Elke sessie wordt afgerond met een kom soep en een boterham.

Naar het einde van het traject maken de deelnemers kennis met organisaties die voor hen een meerwaarde kunnen betekenen.

In gesprek met de collectie over het dagelijks leven

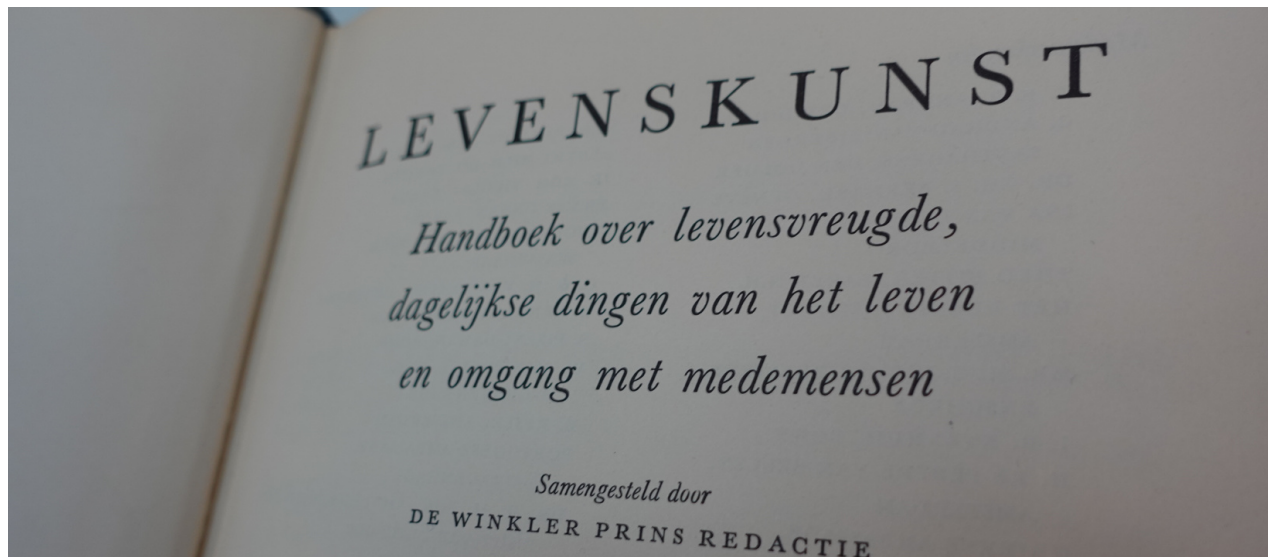
De collectie van Huis van Alijn zit boordevol verhalen en emoties. Een rijke bron om gesprekken te openen over de kleine gelukjes van het leven.

We werken met erkende methodieken zoals object handling (denk aan reminiscentie), storytelling (denk aan Samen Lezen of object storytelling) en creatieve sessies (denk aan fotografie, collages of circus ...).

Elke sessie bouwt voort op de vorige. Is er nood aan meer verdieping of juist aan plezier? Werken we in kleine groepjes of liever samen in een grotere groep? We stemmen alles af op de groepsdynamiek en ieders individuele groeiproses. Zo is elke editie telkens weer uniek.

Terugkomdagen

Na afloop van het traject organiseren we maandelijkse terugkommomenten om de groepsband te versterken en de effecten op lange termijn te ondersteunen. Zo blijven we een warme, positieve aanwezigheid in het netwerk van deelnemers en bieden we ondersteuning bij het versterken van hun zelfstandigheid. Iedereen die ooit aan een traject deelnam is welkom, waardoor de groep ondertussen mooi blijft groeien.



'Levenskunst' is de titel van een etiquetteboekje (1958) uit de collectie van het Huis van Alijn. Foto: © Huis van Alijn



Foto © Huis van Alijn

**Scan en ontdek
Levenskunst op Youtube**



Ondertussen zijn we vier trajecten en veertig terugkommomenten verder. Dit groeiproces heeft geleid tot een stevig werkkader, een sterke vertrouwensband tussen de begeleiders en een aanpak waarvan de effectiviteit duidelijk is.

Feiten die spreken en een traject dat werkt

Levenskunst ontstond vijf jaar geleden vanuit signalen van zorgverleners uit de drie betrokken wijken. Zij merkten een groeiende nood aan sociale verbondenheid, zingeving en ondersteuning van het mentaal welzijn bij oudere inwoners. Recent onderzoek naar de geestelijke gezondheid van ouderen in Vlaanderen (Jansen et al., 2025) bevestigt de relevantie van deze uitdagingen. Het onderzoek wijst onder meer op:

- de belangrijke impact van eenzaamheid als voorspeller van psychisch onwelbevinden;
- de verhoogde psychische kwetsbaarheid die kan ontstaan door verlieservaringen en relationele stressfactoren;
- het feit dat suïcidale gevoelens ook bij ouderen voorkomen en niet uitzonderlijk zijn;
- de beperkte bespreekbaarheid van psychische problemen: ouderen praten minder vaak over hun zorgen dan jongere Vlamingen, en één op de drie doet dit zelden of nooit.

Deze vaststellingen onderstrepen het belang van initiatieven zoals Levenskunst, die inzetten op ontmoeting, verbondenheid, veerkracht en het bespreekbaar maken van welzijn op latere leeftijd.

Onderzoeksrapport ErfgoedVoelen

Tijdens de eerste twee jaar van Levenskunst was een onderzoeker nauw betrokken om de betekenis van de trajecten te analyseren en te documenteren. Het onderzoek werd gevoerd in samenwerking met Museum Dr. Guislain en Erfgoedhuis Zusters van Liefde.

Het volledige onderzoeksrapport is beschikbaar op de [website](#) van Huis van Alijn.



Foto © Michiel Devijver

Kunst op voorschrift

Dankzij de sterke samenwerking tussen Huis van Alijn en de wijkgezondheidscentra is Levenskunst uitgegroeid tot een toonaangevend voorbeeld van Kunst op Verwijzing in Vlaanderen.

Kunst op Verwijzing vertrekt vanuit een eenvoudige maar krachtige gedachte: mensen met mentale of sociale welzijnsvragen worden niet uitsluitend ondersteund via zorg of therapie, maar kunnen ook baat hebben bij deelname aan kunst-, cultuur- en erfgoedactiviteiten. Een arts, hulpverlener of zorgverlener verwijst hen daarbij door naar een laagdrempelig traject dat inzet op ontmoeting, creativiteit, zingeving en verbinding.

Deze internationaal erkende aanpak slaat een brug tussen klassieke gezondheidszorg en maatschappelijke ondersteuning. De focus verschuift van ziekte en behandeling naar gezondheid, veerkracht en levenskwaliteit. Zo draagt Kunst op Verwijzing bij aan een bredere en positievere kijk op welzijn.

In verschillende Europese landen is deze aanpak al stevig verankerd. Ook in Vlaanderen groeit de aandacht voor de positieve impact van kunst, cultuur en erfgoed op welzijn. Tegen die achtergrond wordt Levenskunst steeds vaker erkend als een inspirerend praktijkvoorbeeld van hoe erfgoed, zorg en buurtwerking elkaar kunnen versterken ten dienste van gezond en betekenisvol ouder worden.



Foto © Manophotographyr

Getuigenissen

“Ik ben terechtgekomen bij de Levenskunstenaars via het wijk-gezondheidscentrum. Het onthaal, dat is zalig. En dan wordt er gepraat aan de hand van voorwerpen, aan de hand van verhalen. Het ene verhaal brengt het andere mee. Iedereen heeft een verhaal. Ik heb mijn verleden leren aanvaarden dankzij de Levenskunstenaars. Dingen waar ik het heel moeilijk mee had, heb ik door de Levenskunstenaars leren relativeren.”

Tita, Levenskunstenaar



Foto © Michiel Devijver

“Structuur is belangrijk in je leven. Want door alleen thuis te zijn, kan ik nogal rap een beetje depressiever worden. Maar door met die dingen mee te doen, leer je naar buiten komen.”

Erik, Levenskunstenaar

Ontdek meer

Wens je meer informatie, een persbezoek of interview? Contacteer Katrien Stragier, katrien.stragier@stad.gent (T 0478 23 49 06) of Emile Vandenameele, emile.vandenameele@stad.gent (T 0491 07 38 86).

Meer info en getuigenissen over Levenskunst vind je in deze [video](#).

[Persbeelden](#): vermeld bij gebruik steeds de juiste copyrights, telkens te vinden in de beschrijving van de foto.

Levenskunst wordt mede mogelijk gemaakt dankzij Stad Gent en Triodos Bank.



Illustratie Levenskunst editie 1 © Sassafra De Bruyn



Foto © Manophotographyr