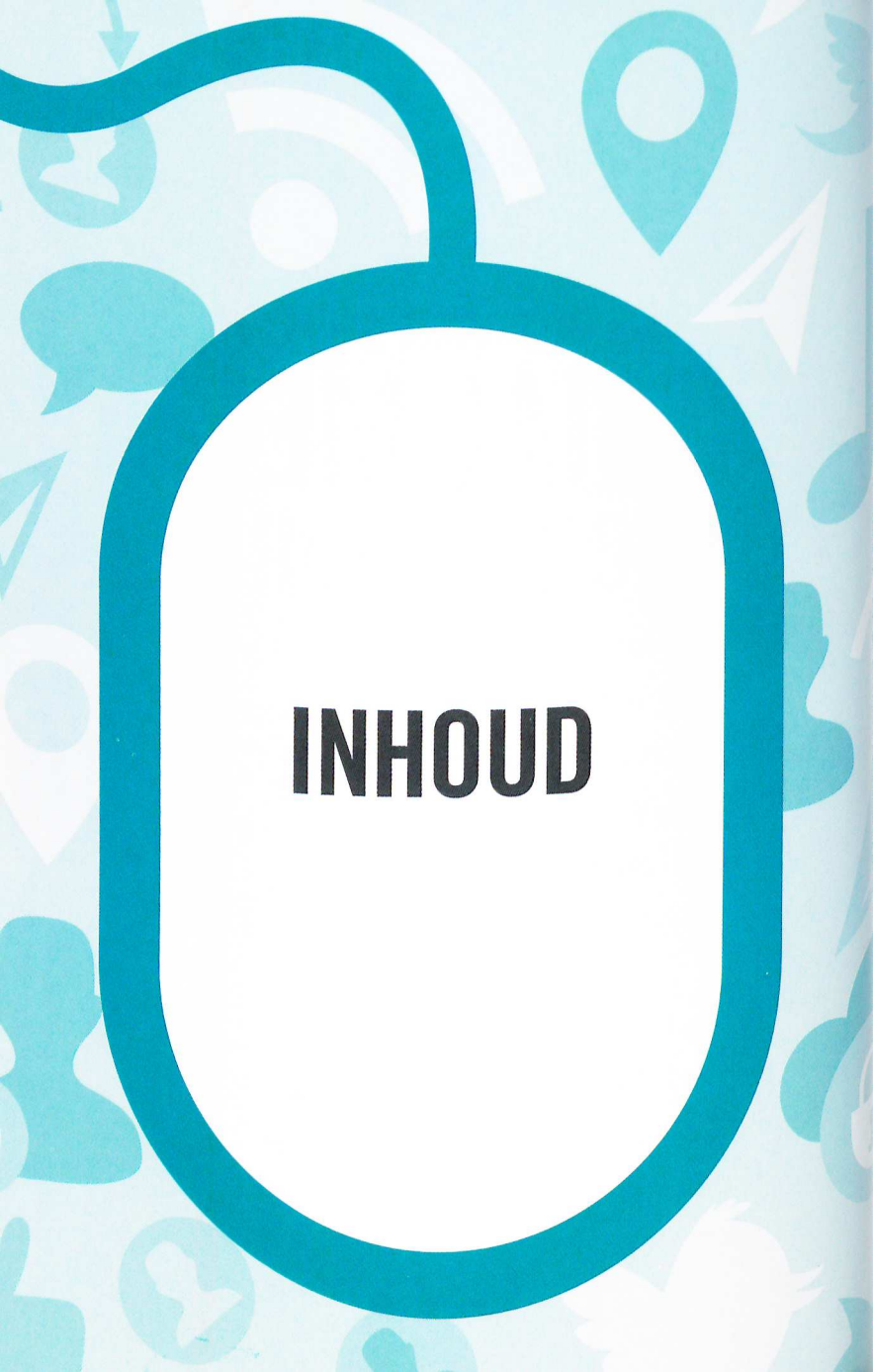


**ANNET VAN BETUW**

# **SOCIAL MEDIA VOOR SENIOREN**

**SCRIPTUM**

The background is a light teal color with various white and teal icons scattered across it. These icons include speech bubbles, location pins, arrows, and stylized human figures. A large, thick teal border forms a rounded rectangle in the center of the page, enclosing the text.

# **INHOUD**

|                  |                                             |            |
|------------------|---------------------------------------------|------------|
| <b>1</b>         | <b>Uitdaging!</b>                           | <b>10</b>  |
| <b>2</b>         | <b>Wat zijn social media</b>                | <b>14</b>  |
| <b>3</b>         | <b>Waarom social media</b>                  | <b>18</b>  |
| <b>4</b>         | <b>Hindernissen</b>                         | <b>30</b>  |
| <b>5</b>         | <b>Social media in Nederland</b>            | <b>38</b>  |
| <b>6</b>         | <b>Aanmelden</b>                            | <b>48</b>  |
| <b>7</b>         | <b>Privacy en veiligheid</b>                | <b>59</b>  |
| <b>8</b>         | <b>Jouw profiel</b>                         | <b>65</b>  |
| <b>9</b>         | <b>Do's en don'ts</b>                       | <b>71</b>  |
| <b>10</b>        | <b>Vrienden en volgers vinden</b>           | <b>74</b>  |
| <b>11</b>        | <b>En nu ga je delen</b>                    | <b>77</b>  |
| <b>12</b>        | <b>Hoe houd je het hanteerbaar</b>          | <b>91</b>  |
| <b>13</b>        | <b>Tips</b>                                 | <b>98</b>  |
| <b>Nawoord</b>   |                                             | <b>102</b> |
| <b>Bijlage 1</b> | <b>Social media in Nederland in cijfers</b> | <b>104</b> |
| <b>Bijlage 2</b> | <b>Je LinkedIn-profiel: eerste stappen</b>  | <b>108</b> |
| <b>Bijlage 3</b> | <b>Termen en afkortingen</b>                | <b>110</b> |
| <b>Bijlage 4</b> | <b>Webadressen social media</b>             | <b>116</b> |

The background is a light blue color with various social media icons scattered throughout. These icons include speech bubbles, location pins, paper airplanes, and stylized human silhouettes. A large, thick blue line forms a rounded rectangular frame around the central text.

**SOCIAL  
MEDIA,  
DICHTERBIJ  
DAN JE  
DENKT**

Social media en senioren? Ja. Allang. Althans, dat geldt voor een behoorlijk aantal mensen om me heen (on- en offline) en voor mezelf. Voor ons is het gewoon. In de jaren negentig en begin jaren 2000 maakten we gebruik van forums en Yahoo-groepen.\* Enkele jaren later gingen we mee met de nieuwe media en ontdekten we dat veel forums te stug waren, dat je net zo goed Hyves en Facebook kon gebruiken en dat het plaatsen van foto's in websites en blogs veel makkelijker werd. De laatste jaren realiseerde ik me dat mijn beeld niet klopte. Veel senioren haalden hun schouders op voor social media en zelfs internet. Ik was eerlijk gezegd een beetje verbaasd. Internet en 'dus' social media zijn toch geen hype, ze horen er toch bij? Enkelen keerden zich in gesprekken demonstratief af van wat mij dagelijks bezighoudt. Maar ik zag ook dat anderen ontdekten dat internet en social media handig zijn, dat ze helpen je bij de tijd te houden, dat er talloze nieuwe mogelijkheden zijn en dat ze gewoon leuk zijn. Daar gaat dit boek over.

---

\* Webadressen van social media vind je in bijlage 4.

## Doel

Dit boek is voor senioren die net beginnen met social media of al lang op Facebook of een ander netwerk actief zijn en meer over het hele landschap willen weten. Senioren met meer ervaring nodig ik uit hun eigen kennis te spiegelen.

Het is de bedoeling dat jij, als je het boek uit hebt, zelfstandig verder kunt. Ook met de sociale media die komen en die we nog niet kennen, want ze lijken op elkaar. Doe je er verder niets mee, dan heeft dit boek je geholpen dit besluit te onderbouwen ;-). Ga je wel verder, dan weet je welke sociale media je gebruikt of gaat gebruiken, ken je de do's en don'ts, kun je zelfstandig tips vinden en andere online informatie over social media én heb ik je vast enthousiast kunnen maken. Als dat laatste tenminste nog nodig was.

## Dit weet je na het lezen van dit boek

- Wat social media zijn
- Wat het landschap in Nederland is
- Hoe de toekomst er ongeveer uit ziet
- Dat social media op elkaar lijken
- Dat het tijd en energie kost, maar steeds gemakkelijker gaat
- Dat social media leuk en interessant zijn.

## Gebruiksaanwijzing

Ben je iemand van *trial and error*? Doen en leren? Blader dan door dit boek. Start bijvoorbeeld bij hoofdstuk 6 *Aanmelden* of 11 *En nu ga je delen*. Houd je van orde en een gebruiksaanwijzing? Lees dan het boek van voor naar achter.

Annet van Betuw  
[www.vanbetuwadvies.nl](http://www.vanbetuwadvies.nl)



# 1 UITDAGING!

Na een bijeenkomst stond ik met twee andere, niet meer piepjonge vrouwen bij de uitgang over Twitter te praten. Een jongen die langsliep, stopte in de deuropening, draaide zich om en was stomverbaasd over ons gespreksonderwerp. Toen we vertelden dat een van ons webdesigner was en een ander – ik, verreweg de oudste – zelfs workshops social media gaf, viel hij helemaal om van verbazing. Thuisgekomen vertelde ik het aan mijn man en zoon. We lachten. En toen zei mijn zoon: ‘Ja, maar hij heeft eigenlijk wel gelijk.’

Dit voorval bleef in mijn hoofd hangen. Rond mijn zestigste verjaardag in juni 2012 erkende ik dat ik nu definitief tot de senioren hoorde. Ik erkende ook dat de meerderheid van mijn generatiegenoten niet actief met social media omging én dat er tal van vooroordelen circuleerden. Je herkent ze vast wel.

- Het is een hype!
- Ik ben te oud
- Dat is alleen voor jongeren
- Je kunt toch ook e-mailen in plaats van het op Facebook te zetten
- Ik hoef niet te weten wanneer mijn buurman de hond uitlaat
- Ik heb mijn lerares geholpen met downloaden, ze snapt er natuurlijk niks van

- Mijn moeder weet nog niet eens wat een url is, ze is ook gewoon te oud (62).

Maar ik had inmiddels volop met jongeren, generatiegenoten én 'echt' ouderen gepraat, die net als ik houden van internet en alle mogelijkheden ervan, inclusief social media. Ik zag dat ook 55+'ers volop met internet en social media bezig zijn.

- Mijn oom in Zuid-Afrika en tante in Borne hebben met elkaar geskypet. Ze zijn 86 en 90
- Het is fantastisch om Twitter tijdens de les te gebruiken (60+-docent)
- Ik facebook met mijn kleinzoon!
- Ik heb een iPad gekocht (78-jarige)
- Ik ben al 67, als ik nu niet leer wat social media zijn, ben ik misschien te laat.

Ik ben sinds december 1995 actief op internet en geef vanaf eind 2009 trainingen en workshops social media. Ik neem je graag mee op ontdekkingsstocht en help je af van je angsten, vraagtekens en wantrouwen. Ik laat je zien wat er gaande is en dat jij vooral zelf moet bepalen wat je ermee doet!

## Wie zijn senioren?

- Niet jong
- Volgens jongeren iedereen vanaf de leeftijd van hun ouders
- Volgens mensen van middelbare leeftijd: mensen die met pensioen zijn
- Volgens junior researchers: senior researchers
- 50+'ers, stemmers op de politieke partij 50+
- Leden van omroep Max
- Bejaarden
- A.S. Bakker sr., de oudere, volgens *Van Dale*.

The background is a light yellow color with a pattern of various social media and communication icons in white and yellow. These icons include speech bubbles, location pins, paper airplanes, musical notes, user silhouettes, a plus sign, a thumbs up, a Twitter bird, and a padlock. A large, thick yellow rounded rectangle is centered on the page, framing the text.

# 2 WAT ZIJN SOCIAL MEDIA

Social media zorgen ervoor dat jij en ik iets op internet kunnen delen: teksten, commentaren, foto's, filmpjes, spelletjes. Het is tweerichtingsverkeer. Bij social media denken we vooral aan sociale netwerken als Facebook, Hyves, Twitter en LinkedIn. Maar ook media als YouTube en Vimeo (films), Pinterest (interesses delen via plaatjes), Flickr en Instagram (foto's), Skype, blogs en de vrije encyclopedie Wikipedia vallen eronder.

Het is een wirwar van honderden, misschien wel duizenden verschillende media. Maar ze hebben deze twee kenmerken gemeen:

- Er wordt iets gedeeld: foto's, video's, interesses, een mening
- Je kunt reageren op wat er gedeeld wordt. Het is interactief.

Frédéric Cavazza laat in zijn socialmedialandschap 2013 zien wat we doen: publiceren, delen, discussiëren en netwerken (zie de afbeelding op pagina 16). In de middelste ringen zie je de toppers Facebook, Twitter en Google+. Daartussen staan allerlei andere social media. En dat alles in minimaal tweerichtingsverkeer.