

SAMEN OUDER WORDEN IN BOXTEL

G e b a s e e r d o p L e v e n s f a s e b e l e i d

Concept beleidsnotitie



A a n g e b o d e n d o o r :

Diny Stolveroort (WoonWijs)

Jac Nouwens (Kinderboerderij)

Ad van den Brand (Ouderen in Regie)

Leo de Kort (Hobbycentrum)

Mariël Selten (gemeente)

A a n l e i d i n g

Het aantal ouderen neemt de komende decennia fors toe. Het zwaartepunt van de vergrijzing ligt tussen 2025 en 2040. Met name het aantal oude ouderen zal meer dan verdubbelen. De kloof tussen zorgvraag en beschikbare (mantel)zorg neemt hierdoor dramatisch snel toe. De organisatie van betaalbare zorg en ondersteuning aan ouderen thuis vormt een grote uitdaging voor de toekomst. Als samenleving zullen we tot (creatieve) oplossingsrichtingen moeten komen die vaak buiten de zorg liggen. Wonen en Welzijn zijn immers voorwaarden om zorgbehoefte te voorkomen. Het is van groot belang om goed zicht te hebben en houden op thuiswonende ouderen en hoe het met hen gaat (SCP, Kennissynthese 2019 ^{1 2}). De gemeente Boxtel vergrijst meer dan gemiddeld. Het is noodzakelijk hierop te anticiperen. Hierbij baseren wij ons op nationale en lokale scenario's van Centraal Planbureau, Planbureau voor de Leefomgeving en GGD Hart van Brabant.

De afgelopen jaren is er veel veranderd in het overheidsbeleid: langer thuis wonen, zorg op maat en decentralisaties. Het zoeken naar een gezonde balans tussen zelfredzaamheid en hulpstructuren. In Boxtel zijn door de gemeente, professionele organisaties en vrijwilligersorganisaties en buurtinitiatieven tal van initiatieven ondernomen. Hiervan een helder en goed beeld krijgen is moeilijk. Er zijn overlappingsen, hiaten en de onderlinge afstemming en communicatie naar burgers kan beter. Burgers weten vaak niet waar zij terecht kunnen voor vragen of voor het leveren van een bijdrage.

De gemeente Boxtel wil een gezamenlijk beleid, een samenwerkingsagenda en een actieplan (uitvoeringsagenda) gericht op ouderen in Boxtel. Samenwerking en afstemming staan hierbij voorop. Uitgangspunt is dat het vele waardevolle werk dat nu al gebeurt, wordt gekoesterd. De gemeente neemt de regie. Zij realiseert coalities van alle betrokken partijen, zowel professionele als vrijwillige, die ieder hun eigen verantwoordelijkheid nemen voor zinnige zorg en ondersteuning. Allen beseffen dat voor een toekomstbestendige en houdbare zorg, samenwerken zowel binnen als tussen organisaties, ook de gemeentelijke, onontbeerlijk is. De gemeente zal vanuit het perspectief van ouderen zorgen voor integrale afstemming tussen de beleidsterreinen wonen, welzijn en zorg. Voor het slagen van het in deze nota geformuleerde beleid is samenwerking en integrale afstemming noodzakelijk. De ambitie: 'In de gemeente Boxtel heb je een goede oude dag' is richtinggevend, uitdagend en een inspirerend perspectief voor dit beleid.

Deze notitie is tot stand gekomen in samenwerking tussen de gemeente en vertegenwoordigers van enkele ouderenorganisaties. Deze notitie wordt met alle organisaties op het gebied van ouderen(zorg) in Boxtel besproken. De organisaties worden tevens uitgenodigd bij te dragen aan de realisatie. Daarna kan een definitieve notitie worden aangeboden, die de basis zal vormen voor gemeentelijk beleid. De bijdragen van de gemeente, ondersteunend en financieel, worden hierin opgenomen. In de samenwerkingsagenda worden alle overige partners betrokken en gevraagd welke bijdragen zij kunnen en willen leveren.

Op basis daarvan zal een actieplan worden opgesteld waarin gemeente, professionele organisaties en vrijwilligersorganisaties aangeven wie, wat en wanneer gaat doen. Een voorbeeld van een actieplan is opgenomen als bijlage 1. De inhoud daarvan is vooralsnog gebaseerd op de voorstellen die per thema zijn gedaan op de bijeenkomst van 14 maart 2019. Na overleg met alle partners kan dit actieplan verder worden aangevuld.

¹ [Zorg voor Thuiswonende Ouderen](#)

² [Trends in de ouderenzorg](#)

Demografische ontwikkelingen en haar consequenties

De gemeente Boxtel gaat in haar beleid uit van de dynamiek van de levensfasen en de daaraan gekoppelde behoeften en mogelijkheden van haar burgers. In deze notitie wordt ingegaan op levensfasen bij ouderen: van de kerngezonde actieve “jongere” oudere tot de kwetsbare zorgbehoevende oudere en alle fasen daartussen. Het SCP schetst in haar rapport [‘Zorg voor Thuiswonende Ouderen’](#) (2019) in haar samenvatting het volgende toekomstbeeld:

Het is duidelijk dat het aantal zelfstandig wonende 75-plussers tussen nu en 2030 zal toenemen. Ook het aantal alleenstaande ouderen en het aantal 85-plussers, groepen die relatief veel (publiek gefinancierde) zorg gebruiken, nemen toe. Daarnaast blijven 75-plussers langer zelfstandig wonen en krijgen ze te maken met steeds complexere problemen. Hiermee zal de vraag naar zorg en ondersteuning en geschikte (vormen van) ouderenhuisvesting stijgen. Ook de urgentie om een oplossing te vinden voor de knelpunten in de zorg voor zelfstandig wonende ouderen zal toenemen. Hoopvol is de stijging van het opleidingsniveau. Dat betekent dat toekomstige ouderen waarschijnlijk beter zelf de weg zullen kunnen vinden, wellicht ook mondiger en veeleisender zijn, maar mogelijk vaker zelf zorg kunnen organiseren. Meer inkomen betekent ook meer financiële middelen om zelf zorg te betalen.

De groep ouderen wordt in de toekomst diverser, heeft vaker een (niet westerse) migratieachtergrond. Ouderen hebben meer dan voorheen, hun eigen wensen en behoeften, waarmee er een algemene behoefte aan meer maatwerk en een grotere diversiteit in het aanbod ontstaat. Het is van belang om aandacht te hebben voor die groepen die onvoldoende hulpbronnen en vaardigheden hebben om zelf zorg en ondersteuning te organiseren, van hun netwerk hulp te vragen of zelf in te kopen. Het gaat dan bijvoorbeeld om ouderen met weinig digitale vaardigheden, weinig eigen regie, een klein netwerk of een laag inkomen.

Technologische hulpmiddelen zullen naar verwachting een grotere rol spelen in de zorg. Toch neemt het gebruik van technologieën nu nog maar mondjesmaat toe. Voldoende personeel met de juiste variatie in competenties, blijft een van de uitdagingen voor de toekomst. Ouderen wonen langer thuis en komen vaker met complexe gezondheidsproblemen bij de huisarts. Ook krijgen thuiszorg medewerkers met ingewikkelder casuïstiek te maken. Zij hebben (nog) niet altijd de juiste kennis in huis en samenwerking met anderen verloopt soms lastig. Er is behoefte aan meer mogelijkheden om specialistische zorg aan ouderen te bieden, zonder dat daarvoor opname in een zorginstelling nodig is. Soms kunnen thuiswonende ouderen niet de zorg krijgen die zij nodig hebben omdat regels net niet op deze individuele oudere van toepassing (lijken te) zijn of er onduidelijkheden zijn hoe beleidsregels precies toe te passen. Voor een toekomstbestendige ouderenzorg is het niet alleen belangrijk om heldere regels te hebben maar ook een soepele uitvoering die creatief met deze regels om kan gaan.

Voor Boxtel gelden de volgende prognoses voor de bevolkingsgroei en -samenstelling tot 2040 ^{3 4} :

- Het aantal inwoners in Boxtel daalt van 30600 naar 30200;
- De groep 65+ groeit van 6700 naar 9200 -> 30% van het totaal aantal inwoners;
- De groep 80+ groeit van 1500 naar 3500;
- De groep 75+ groeit van 2700 naar 5400;
- Het aantal mensen met dementie neemt met bijna 100% toe naar 1000; 80% woont in de toekomst thuis, waarbij 99% van de migranten;
- Het aantal potentiële mantelzorgers daalt met 70%; van 16 naar 5 per hulpbehoevende.

Uit recent onderzoek blijkt onder meer ⁵:

- 54% van de 75-plussers voelt zich eenzaam, waarvan 11% zeer eenzaam;
- 13% van de mantelzorgers voelt zich anno 2019 overbelast;
- 85% van de ouderen wil zo lang mogelijk thuis wonen; dit heeft grote gevolgen voor de woningmarkt, die (bij ongewijzigd beleid) de komende 10 jaar op slot zit.

³ [GGD database - Bevolkingsopbouw en -prognose](#)

⁴ [Factsheet dementie 2019 \(Stichting ZET\)](#)

⁵ [GGD Tabellenboek ouderenmonitor 65+ \(2016\)](#)

A m b i t i e

In de gemeente Boxtel heb je een goede oude dag!

- Boxtel is geschikt voor alle leeftijden en levensfasen!
- Boxtel heeft goede collectieve voorzieningen. Zij heeft woningen en woonvormen die aansluiten bij de wensen van haar bewoners. Zij heeft mogelijkheden van dagbesteding en ontmoeting. Deze bevorderen zelfredzaamheid en samenredzaamheid en voorkomen eenzaamheid.
- Boxtel heeft groene, gezonde, toegankelijke en goed onderhouden wijken die uitnodigen tot bewegen, ontmoeten en het maken van sociale keuzes.
- Ouderen worden gefaciliteerd bij een gezonde leefstijl. Kwetsbare mensen krijgen steun en hulp bij hun zelfredzaamheid en eigen regie op basis van wederkerigheid. Er zijn goede collectieve voorzieningen bij zorgafhankelijkheid en is er zorg op maat die aansluit bij de persoon en zijn/haar levensloop.
- Mantelzorgers en vrijwilligers krijgen indien nodig steun en/of respijtzorg.

U i t g a n g s p u n t e n

- We sluiten aan bij de landelijke programma's en geven hier een lokale invulling aan.
- We richten ons op zowel vitale als kwetsbare ouderen.
- We doen een beroep op de eigen kracht en mogelijkheden van mensen en hun netwerk en leveren maatwerk waar nodig.
- Binnen de diverse beleidsterreinen wordt aandacht geschonken aan de kwetsbare inwoners om te komen tot een levensloopbestendige en inclusieve samenleving.
- We hanteren de regels soepel en bieden speelruimte om tot zinnige en geschikte oplossingen te komen in probleemsituaties.
- Het beleid komt door samenwerking tussen gemeente, professionals en vrijwilligers tot stand.

D o e l s t e l l i n g e n b e l e i d

- Iedereen binnen boord: niemand in Boxtel valt tussen de wal en het schip. Ouderen doen in de samenleving mee en kunnen zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Waar nodig krijgen zij daarbij ondersteuning door een goede leefomgeving, (vormen van) huisvesting en een integraal aanbod van Wonen, Welzijn en Zorg dichtbij.
- Het vergroten van bewustzijn bij ouderen m.b.t. levensfasen en daarmee gepaard gaande veranderingen in de fysieke, geestelijke en- of sociale gesteldheid.
- Zingeving: ouderen voelen zich met Boxtel verbonden en worden tot op hoge leeftijd uitgenodigd mee te doen. Wij schatten de talenten, kennis en ervaring van ouderen op hun waarde en benutten deze waar mogelijk. Wij geven de ouderen hiervoor de ruimte en ondersteuning die zij nodig hebben. Wij hebben een passend vrijwilligersbeleid.
- Wij bevorderen de gezondheid en vitaliteit van ouderen en proberen kwetsbaarheid te voorkomen. Wij dienen zo de kwaliteit van leven van ouderen en de betaalbaarheid van de zorg.
- Steun bieden bij kwetsbaarheid: als kwetsbaarheid en afhankelijkheid bij ouderen toeneemt steunen wij hen bij hun zelfredzaamheid en eigen regie zodat zij hun leven zo kunnen leiden zoals zij dit zelf graag willen. Hierbij hebben wij oog voor de grote diversiteit onder ouderen, zowel qua culturele achtergrond als sociaal economische situatie en versterken wij de sociale structuur Boxtel breed en rondom (kwetsbare) ouderen.
- Steun bieden bij zorgafhankelijkheid: mocht eigen regie niet meer mogelijk zijn dan leveren wij maatwerk dat aansluit bij de levensloop en de persoonlijkheid van de zorgvrager.

Deze doelstellingen worden uitgewerkt in een samenwerkingsagenda met onderstaande 4 pijlers:

1. Wonen en woonomgeving
2. Gezond en Vitaal
3. Verbondenheid en eenzaamheid
4. Ondersteuning en Zorg (Thuis)

Wonen en woonomgeving

Het 'Programma Langer Thuis'⁶ van het ministerie van VWS heeft 'Wonen' als een van de actielijnen gekozen. Wonen is bepalend om goed langer thuis te kunnen blijven. Het 'Programma Langer Thuis' kent voor wonen drie doelen:

- Het in beeld brengen van de lokale woonopgave voor ouderen.
 - Het vergroten van het aanbod van (geclusterde) woon(zorg)vormen voor ouderen.
 - Ertoe bijdragen dat minder mensen in een ongeschikte woning wonen.
- Wonen en de woonomgeving kunnen in positieve en negatieve zin inwerken op het levensgeluk bij het ouder worden. Een goede infrastructuur en voorzieningen in de directe nabijheid, waar wonen, welzijn en zorg samenkomen, bepalen in belangrijke mate de kwaliteit van de woonomgeving.

Ouderen blijven steeds langer zelfstandig wonen, wat wordt bevorderd door de veranderende wet- en regelgeving. Door de toenemende dubbele vergrijzing (absolute toename van het aantal ouderen en de verdubbeling van het aantal 'oude' ouderen.) heeft dit grote gevolgen voor de woningvoorraad en de woningbouwontwikkeling nu en in de toekomst. Er zijn onvoldoende geschikte woningen voor ouderen beschikbaar, of niet betaalbaar, en ze staan niet op de juiste locatie of voldoen niet meer aan de woonwensen van de nieuwe generatie ouderen. Per wijk/kern zijn er in Boxtel essentiële verschillen. Het gevolg hiervan is dat er relatief weinig verhuisbewegingen zijn. Ouderen denken vaak pas over verhuizen na, wanneer ze met gezondheidsproblemen worden geconfronteerd.

In het gemeentelijk beleid van Boxtel sluiten wij aan bij de landelijke ontwikkelingen. Ook voor Boxtel is er noodzaak de lokale woonopgaven voor ouderen op basis van hun wensen in beeld te brengen. De nieuwe omgevingswet kan in deze ontwikkelingen worden meegenomen. De gemeente Boxtel heeft nagenoeg geen gronden in eigendom. Dit bemoeilijkt het proces voor het realiseren van passende huisvesting voor ouderen. Particuliere grondeigenaren en beleggers zullen betrokken moeten worden bij de opgave tot het realiseren van voldoende aanbod dat passend is. Een integrale samenwerking, creativiteit en het gebruik maken van beschikbare regelingen zijn hiervoor noodzakelijk.

Ambitie

Passende, veilige én betaalbare woonruimte voor ouderen is uitgangspunt bij het (her)inrichten van woonwijken. We willen in principe dat iedere inwoner van Boxtel in een passende omgeving oud kan worden. Deze omgeving is voor mensen vertrouwd en hier hebben ze hun sociale netwerk. Hiervoor is het nodig dat er voldoende aanbod is van geschikte, of geschikt te maken, woningen voor ouderen. Alternatieven zoals het opzetten van kleinschalige wooninitiatieven in combinatie met zorg en welzijn krijgen de ruimte. Waar mogelijk wordt meegewerkt aan het opzetten van CPO (Collectief Particulier Opdrachtgeverschap) in nieuwbouwplannen of in bestaande objecten. We streven naar het opzetten van woonzorgcirkels waar wonen, welzijn en zorg integraal deel uitmaken van de woonomgeving.

Wie werken samen

Woningbouwcorporatie, zorg- en welzijnsaanbieders, gemeente, GGD, investeerders, ontwikkelaars, ouderenorganisaties, ouderenbonden, zorgkantoor en banken.

Waar zetten we op in

- Periodiek onderzoek naar kwantitatieve en kwalitatieve woonwensen van ouderen vanaf 55 jaar.
- Stimuleren bewustwording ouderen door voorlichting te geven over mogelijkheden en kansen op het gebied van Wonen, Welzijn en Zorg specifiek gericht op het ouder worden.
- Helpen de nieuwe generatie ouderen voor te sorteren op hun toekomst, zodat zij tijdig nadenken over hun woonwens en tijdig verhuizen naar een geschikte woning en geschikte woonomgeving.

⁶ [Programma Langer Thuis – Plan van Aanpak \(VNG\)](#)

- We stimuleren nieuwe (coöperatieve) woonvormen, tussenvoorzieningen en innovatieve woonzorgcombinaties. Daarbij is ruimte voor initiatieven van groepen bewoners, waardoor zij directer betrokken zijn bij het beheer van hun woning en de woonomgeving. Het opzetten van bijvoorbeeld een thuishuis in de huursector, voor alleenstaande ouderen, wordt gezamenlijk uitgewerkt.
- We stimuleren gebruik te maken van de 'Stimuleringsregeling nieuwe vormen van wonen en zorg'.
- Er vindt periodiek overleg plaats met ouderenorganisaties en de gemeente (teams maatschappelijke- en ruimtelijke ontwikkeling en sociaal domein) om te komen tot een betere samenwerking en uitvoering van het ouderen beleid.
- We betrekken nadrukkelijk de uitgangspunten van de Omgevingswet bij het realiseren van goed wonen door en voor ouderen in alle wijken van Boxtel.
- Bij uitbreidingslocaties wordt, uiteraard in de geest van de uitgangspunten van de omgevingswet, specifiek aandacht gegeven aan passend wonen en een passende woonomgeving voor ouderen.

Gezond en Vitaal

'Er is geen koe zo bont of er is wel een vlekje aan.'

Anno 2019 ervaart het merendeel van de ouderen hun gezondheid mede dankzij de medische wetenschap als goed, ondanks chronische ziekten of beperkingen. Het 'gezond' en gelukkig leven met beperkingen vraagt om een nieuwe blik. In Nederland wordt gezondheid daarom steeds meer gezien als: **"Het vermogen van mensen om zich aan te passen en een eigen regie te voeren, in het licht van fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven"** ([Machteld Huber](#)). Huber heeft hiervoor een gespreksinstrument 'het spinnenweb' ontwikkeld, dat stil staat bij zes factoren die voor ouderen m.b.t. gezondheid van belang zijn. Dit zijn het dagelijks functioneren, de lichaamsfuncties, het mentaal welbevinden, zingeving, de kwaliteit van leven en meedoen.

Positieve gezondheid in Boxtel

Ook in Boxtel gaat het met het merendeel van de senioren goed. Het overige deel ervaart (gezondheid) problemen. Met name tussen 65 en 85 jaar nemen deze sterk toe. Bij de ouderen in Boxtel zien we naast de normale verouderingsprocessen een toename van speciale aandoeningen. Het gaat hierbij om de vijf stoornissen die wel de geriatrische reuzen worden genoemd: (1) gestoorde mobiliteit, (2) gestoorde stabiliteit (vooral duizeligheid en vallen), (3) gestoorde communicatie (vooral door slecht horen en zien), (4) psychische stoornissen (zoals depressie en dementie) en (5) incontinentie.

- *Beperkingen in gehoor, gezicht of mobiliteit speelt bij 29% van 65+ en bij 67% van 85+.*
- *Psychische stoornissen: 15% van 65+ en 21% van 85+ geeft aan psychisch ongezond te zijn.*
- *Psychische stoornissen: dementie. In Boxtel is het aantal mensen met dementie nu 550. Prognose 2040: 1000. Om iedere mens met dementie staan drie mantelzorgers die vaak zwaar belast worden.*
- *Incontinentie speelt bij 15-30% van de thuiswonende ouderen een rol. Bij mensen die zijn opgenomen in een intramurale voorziening ligt dit percentage ruim boven de 50%.*

De leefstijl van senioren in Boxtel behoeft aandacht. Volgens de GGD-monitor ⁷ speelt bij 61% van 65+ overgewicht een rol. Daarnaast voldoet 53% van de 65+ en 84% van de 85+ niet aan de fit norm. Bij alcohol gebruik zijn er 7% zware drinkers en 8% overmatige drinkers. Stimulering van een goede leefstijl van senioren kan in Boxtel een impuls gebruiken. Dit vraagt om een gezamenlijke en effectieve aanpak.

De senioren van Boxtel hebben regelmatig contact met familie, vrienden of kennissen, burens of mensen in de straat. De meesten voelen zich in staat zelfstandig sociale contacten te leggen en te onderhouden. Slechts 3% van 65+ kan dit niet. Bij 85+ loopt dit op tot 11%.

In Boxtel is 63% van 65+ en 51% van 85+ lid van een (sport)club of (sport)vereniging. Lidmaatschappen bij sportclubs nemen sterk af met de leeftijd: in de hoge ouderdom gaat dit van 29% bij 65+ naar 10% bij 85+.

Ook de toegankelijkheid van de openbare ruimte speelt een grote rol om ouderen mee te laten doen en in de benen te houden en te krijgen. De Gemeente Boxtel heeft daarin de afgelopen jaren samen met wijkbewoners veel geïnvesteerd. Bij de ontwerpen is heel goed nagedacht over onze kwetsbare mensen. De toegankelijkheid en beweegmogelijkheden in het groen is iets waar Boxtel heel trots is. De openbare ruimte wordt meegenomen in het hoofdstuk Wonen en Woonomgeving.

Ondersteunen van de gezondheid bij ouderen begint volgens Huber bij hun eigen regie en vraagt om **zelfmanagement/zelfredzaamheid**. Een gezonde leefstijl met voldoende beweging houdt ouderen op de been en voorkomt vallen. Dit draagt in hoge mate bij aan de zelfredzaamheid van ouderen en kan zorgbehoevendheid voorkomen of verminderen. Bewegen is hét middel om vier van de vijf geriatrische reuzen te voorkomen of uit te stellen. Daarnaast voorkomen beweegclubs eenzaamheid en bevorderen ze het mentaal welbevinden.

⁷ [GGD Tabellenboek ouderenmonitor 65+ \(2016\)](#)

Ambitie

We willen dat mensen in Boxtel leefstijlbewust ouder worden en daar naar leven. We stimuleren ouderen om een gezonde leefstijl te omarmen en meer te gaan bewegen. We passen ons aanbod hierop aan. We hebben aandacht voor zingeving en meedoen. Dit wordt nader uitgewerkt in het hoofdstuk 'Verbondenheid en eenzaamheid'.

Wie werken er samen

Vrijwilligers- en ouderenorganisaties, sportverenigingen, fysiopraktijken, huisartsen, GGD, buurtsport en gemeente.

Waar zetten we op in

- De inrichting en onderhoud van de openbare ruimte is zodanig dat kwetsbare mensen kunnen deelnemen aan het maatschappelijk verkeer. We hebben een 'hoge nood route' en een app voor relevante informatie voor ouderen. Het plan 'rolstoelvriendelijk Liempde' met 7 km rolstoel pad wordt uitgevoerd. De rolstoelvriendelijke route van het begin van Boxtel tot aan de markt zal op redelijke termijn gerealiseerd zijn. We leggen indien nodig fietsstraten aan. Het centrum is al deels toegankelijk ingericht en het 'Handboek toegankelijkheid' vormt bij verdere plannen de leidraad.
- We brengen het volledige beweegaanbod binnen gemeente Boxtel in beeld en stimuleren onze inwoners en partners hier gebruik van te maken.
- We faciliteren samen met partners leefstijlprojecten voor ouderen en mogelijkheden tot sociaal contact en eetpunten in wijken en buurten door financiële ondersteuning en inzet van Buurtsport voor ouderen.
- We leggen contact met huisartsen in verband met preventie om kwetsbaarheid en zorgafhankelijkheid te voorkomen. Denk hierbij aan welzijn op recept en bewegen op recept.
- We organiseren samen met partners de fittestdag en valtrainingen om de gezondheid en kwetsbaarheid van ouderen positief te bevorderen.
- We spreken sportverenigingen aan op hun beweegaanbod. We vragen hierbij ook aandacht voor het voorkomen van vroegtijdige uitstroom van ouderen en het aanpassen van hun aanbod om ouderen te behouden en/of te werven.

Verbondenheid en Eenzaamheid

Maatschappelijke ontwikkelingen bevorderen eenzaamheid

De maatschappelijke ontwikkelingen zijn de afgelopen jaren snel gegaan. Onze sociale leefomgeving is dermate veranderd dat een groeiend aantal mensen er niet in slaagt een plekje in de gemeenschap te verwerven dat bij hen past. Ze passen zich noodgedwongen aan de omgeving aan of haken af. Ze kampen hierdoor met eenzaamheid of leven in een sociaal isolement. Dit onvermogen een eigen plekje in de gemeenschap te verwerven, is een serieus risico van de huidige samenleving. Dit maakt dat de overheid niet kan volstaan met het aanbieden van voorzieningen die bedoeld zijn om de praktische beperkingen en verminderde zelfredzaamheid van ouderen op te vangen. De empowerment van kwetsbare ouderen bevordert hun mogelijkheden om sociaal verbonden te blijven. Het veronderstelt een sociale omgeving die open staat voor kwetsbare mensen, en die actief handelt om hen erbij te betrekken. ([‘Afgezonderd of ingesloten over sociale kwetsbaarheid van ouderen - Prof. Dr. Anja Machielse, oratie 2016’](#))⁸

De ervaring van een zinvol leven

Sociale verbindingen zijn voor mensen het fundament van een zinvol leven. Het gevoel onderdeel te zijn van een groter sociaal geheel geeft ons leven zin. Ook het gevoel controle te kunnen uitoefenen en te merken dat je eigen keuzes en beslissingen ertoe doen. Bij beperkingen in je functioneren, gaat het dan niet zo zeer om feitelijke controle, maar vooral om het begrijpen en accepteren van jouw kwetsbaarheid.

Een ander fundament van zingeving is het besef van eigenwaarde, zelfrespect en zelfacceptatie. Dit is een voorwaarde om verlieservaringen en andere ingrijpende veranderingen in het leven aan te kunnen. Eigenwaarde en zelfrespect is nadrukkelijk verbonden met het respect, de waardering en de erkenning van belangrijke anderen. Empowerment van kwetsbare ouderen heeft daarom aandacht voor de interactie tussen de ouderen en hun sociale omgeving. (Prof. Dr. Anja Machielse).

Wat speelt er bij eenzaamheid?

Eenzaamheid gaat over gemis aan relaties of aantal contacten. Eenzaamheid is een signaal van het lichaam dat er iets niet goed gaat in relatie tot anderen of jezelf. Het gaat om een gebrek aan verbinding en onvervulde behoeften. Het gevoel van eenzaamheid geeft aan dat er iets moet gebeuren. Eenzaamheid maakt ziek en kan dodelijk zijn.

Eenzaamheid heeft vele gezichten en wordt door onderzoekers grofweg onderscheiden in sociale, emotionele en existentiële eenzaamheid. Gevoelens van eenzaamheid en overbodigheid hebben negatieve gevolgen voor het zelfrespect van ouderen. Dit in een levensfase waarin ze meer en meer worden geconfronteerd met verlieservaringen, ziekte en een groeiend besef van hun eindigheid. Eenzaamheid is meer dan een ouderenprobleem. Ieder mens loopt in elke leeftijd risico op eenzaamheidsgevoelens.

Eenzaamheid ... niet altijd op te lossen

Voorkomen van eenzaamheid vraagt om goede collectieve woon- en welzijnsvoorzieningen. Het vraagt om alert te zijn op situaties die aanleiding geven tot eenzaamheid. Omgaan met eenzaamheid vraagt van de persoon enerzijds om acceptatie, anderzijds om zelfkennis, assertiviteit en vaardigheden om goede relaties aan te gaan. Omgaan met eenzaamheid vraagt van de gemeenschap een zekere mate van wederzijdse betrokkenheid bij de mensen om ons heen. Een gemotiveerdheid om rekening te houden met de belangen van de ander. Een vriendschappelijke welwillendheid ten opzichte van elkaars kwetsbaarheid is een onmisbaar element van beleid dat empowerment van kwetsbare ouderen beoogt. (prof. Dr. Anja Machielse)

Eenzaamheid is niet altijd op te lossen. Eenzaamheid is bijvoorbeeld na de dood van een partner heel normaal en is niet een, twee, drie te herstellen. We moeten er mee leren om te gaan. Het laatste wat nodig is, is meteen met een aanbod of oplossing komen. Mensen willen hun verhaal kwijt en een luisterend oor. Dit vraagt om het verleggen van de focus van oplossen naar een focus op omgaan met eenzaamheid. Omgaan met eenzaamheid vraagt om zowel een collectieve als persoonlijke benadering.

⁸ [Afgezonderd of ingesloten over sociale kwetsbaarheid van ouderen - Prof. Dr. Anja Machielse, oratie 2016](#)

Situatie Boxtelse ouderen

De meerderheid van de ouderen van Boxtel (62%) ervaren voldoende samenhang in de buurt. Zij hebben regelmatig contact met familie, vrienden of kennissen, burens of mensen in de straat; ruim 85%. De meesten voelen zich in staat zelfstandig sociale contacten te leggen en te onderhouden. Slechts 3% geeft aan niet zelfstandig contacten te kunnen leggen en te onderhouden. In Boxtel is 63% van de senioren lid van een (sport)club of (sport)vereniging. In Boxtel geeft 49% van de 65-plussers aan eenzaamheidsgevoelens te hebben en 11% is zeer eenzaam. (GGD monitor 2016) ⁹.

Ambitie

Ouderen zijn van betekenis in onze gemeenschap en we vragen hen om hun kennis en ervaring zo lang mogelijk in te zetten. We gaan daarbij uit van de individuele oudere, zijn eigen interesses, kennis en vaardigheden. We pakken eenzaamheid aan. We willen dat het percentage eenzame ouderen daalt. We gaan benadrukken dat ouderen er toe doen, ook als zij kwetsbaar zijn. We zetten in op levensplezier en zingeving, op betekenisvolle activiteiten en verbintenissen tussen ouderen onderling, maar ook tussen jong en oud, met aandacht voor een leven lang leren.

We willen ouderen vanaf 55+ hier actief bij te betrekken. Zij zijn een potentiële groep om vrijwilligers te werven voor langdurige inzet. De bewustwording en betrokkenheid van deze groep, draagt hiermee bij aan twee doelstellingen: meer vrijwillige inzet en minder kans op eenzaamheid in de toekomst.

Wie werken samen

Ouderen zelf en vrijwilligers- en ouderenorganisaties. Daarnaast werken werkgevers, ondernemers, onderwijs, (sport)verenigingen, culturele en maatschappelijke organisaties en gemeente samen om ouderen zo lang mogelijk actief betrokken te houden.

Waar zetten we op in

- We benadrukken zowel de positieve als de kwetsbare kanten van het ouder worden. We spreken over levensplezier en zingeving (ertoe doen).
- We dagen 55+ers uit om vroegtijdig voor te sorteren op de periode na het pensioen en ook na hun pensioen zo lang mogelijk actief te blijven en hun competenties (betaald of vrijwillig) te blijven inzetten. We dagen werkgevers uit ook na de pensionering maximaal gebruik te blijven maken van de competenties van hun oud werknemers.
- We gaan de huisbezoeken van 75+ samen met de betrokken partners actief oppakken, met een groter bereik, meer aandacht voor risicogroepen en een goede follow up.
- We hebben speciale aandacht voor de ondersteuning van mantelzorgers die door hun zorgtaken eenzaam worden of in een sociaal isolement dreigen te komen.
- We brengen het totale aanbod van activiteiten (voor ouderen) in beeld en onderzoeken hoe we dit beschikbaar kunnen maken en houden.
- We investeren in het versterken van digitale vaardigheden en –zelfredzaamheid van ouderen. We bevorderen het gebruik van nieuwe technologieën die een bijdrage kunnen leveren aan het verminderen van eenzaamheid en het ondersteunen van zelfredzaamheid.
- We versterken de onderlinge samenwerking tussen bewoners, professionals, vrijwilligers en ondernemers op wijkniveau. We besteden daarbij extra aandacht aan ondersteuning van en waardering voor de inzet van vrijwilligers.
- We onderzoeken hoe we de mobiliteit en het vervoer van kwetsbare ouderen kunnen verbeteren. Het verbeteren van mobiliteit draagt bij aan de zelfredzaamheid van ouderen en voorkomt isolement.
- We zetten in op woonvormen en woonvoorzieningen die sociaal contact bevorderen en eenzaamheid tegen gaan.

⁹ [GGD Tabellenboek ouderenmonitor 65+ \(2016\)](#)

Ondersteuning en Zorg Thuis

Zinnige zorg: de juiste zorg op de juiste plek ¹⁰

We worden thuis oud, ook als we te maken krijgen met (zware) beperkingen en zorgafhankelijkheid. Door de dubbele vergrijzing en de wijze waarop wij onze zorg hebben georganiseerd dreigen zorgkosten onbetaalbaar te worden. Daarnaast zal de komende jaren het personeelstekort oplopen en de beschikbare mantelzorg afnemen. De kloof tussen zorgvraag en beschikbare zorg neemt dramatisch snel toe. Dit maakt samenwerking tussen alle betrokken partijen en bezinning op onze werkwijzen zeer urgent. Zorgpartijen hebben zich in Nederland al gecommitteerd en zetten de volgende beweging in gang waarin het dagelijks functioneren van mensen centraal staat:

‘De Juiste Zorg op de Juiste Plek’

- **Voorkomen** van zorg d.m.v. preventie, vroeg signaleren en goede wijkvoorzieningen.
- **Vervangen** van zorg door technologie en een actief ontzorgende samenleving.
- **Verplaatsen** van zorg van intramuraal naar thuis en in de wijk op basis van beoordeling en coördinatie door wijkverpleging.

Het ministerie van VWS wil de beweging helpen versnellen en verspreiden. In hun ‘Programma Langer Thuis’ is een van de drie actielijnen de lijn ‘Ondersteuning en Zorg Thuis’. Hierin worden vier doelen aangegeven:

- Versterken van de zelfredzaamheid van ouderen en hun sociale omgeving.
- Professionals werken als een team rondom een oudere met een complexe zorgvraag en leveren afgestemde zorg op maat.
- De specialist ouderengeneeskunde wordt op het juiste moment en de juiste plek ingezet.
- Doorstroming van en naar tijdelijk verblijf verloopt soepel.

Met betrekking tot mantelzorgers en vrijwilligers in zorg en welzijn heeft VWS drie doelen benoemd:

- Verbeteren van de maatschappelijke bewustwording over mantelzorg.
- Het verbeteren van het ondersteuningsaanbod en dit beter toegankelijk maken (inclusief respijtzorg).
- De samenwerking tussen formele en informele zorg versterken.

De doelen m.b.t. Wonen zijn bij Wonen en Woonomgeving aangegeven.

Situatie Boxtel

Ook Boxtel krijgt te maken met de zorgkloof en de urgentie samen te werken en creatieve oplossingen te vinden. De vergrijzing in Boxtel is bovengemiddeld en de opgaven die daarmee gepaard gaan dus ook. In de hoofdstukken Gezondheid en Vitaliteit en Verbondenheid en Eenzaamheid zijn de cijfers reeds aangegeven. In Boxtel is niets doen geen optie en moeten ‘alle hens aan dek’. Het besef dat goede woningen en woonvoorzieningen en goede welzijnsvoorzieningen veel zorg kan voorkomen, dient in Boxtel nog beter te landen. Daarnaast is er nog veel winst te behalen door een verbeterde leefstijl van de bewoners, door vroegtijdige signalering van kwetsbaarheid en een goede samenwerking tussen het sociale en medische domein.

Ambitie

Ouderen krijgen passende, goede zorg en ondersteuning. Professionals werken samen en stemmen hun acties af, waarbij uitgangspunt is dat de oudere zelf zo lang mogelijk de regie houdt. Kwetsbaarheid en zorg- en ondersteuningsvragen worden gesignaleerd, ook wanneer ouderen zelf niet tijdig aan de bel trekken. Respect voor de eigen regie en samenwerken tussen formele en informele zorgverleners vormen de basis.

Technologie wordt in de zorg steeds belangrijker. Technisch is er al heel veel mogelijk, in de praktijk wordt eHealth nog beperkt ingezet. Het gebruik van eHealth door en voor ouderen neemt toe ter ondersteuning van de eigen regie en de zelfredzaamheid.

Mensen met dementie doen zo lang mogelijk mee in de maatschappij en krijgen al vroeg begeleiding en wanneer nodig goede zorg en ondersteuning. Hierbij is aandacht voor zowel medische, sociale als

¹⁰ [De juiste zorg op de juiste plek \(VWS\)](#)

psychologische aspecten. We durven daarbij vooruit te kijken. Het verloop van dementie is helaas voorspelbaar. Die kennis willen we inzetten om bijvoorbeeld mantelzorgers te ondersteunen en te ontlasten. Boxtel staat voor een dementievriendelijke gemeente. Om de zorg en ondersteuning te verbeteren is een goede samenwerking nodig op bestuurlijk niveau.

Wie werken samen

Voor deze pijler werken vrijwilligersorganisaties, welzijns- en zorgaanbieders, zorgverzekeraars, zorgkantoor, woningcorporaties en gemeente samen.

Waar zetten we op in

- We zorgen voor een goede informatievoorziening aan onze inwoners, waarmee de zorg en ondersteuning beter vindbaar is voor alle inwoners in gemeente Boxtel.
- We onderzoeken of we wijkinformatie- en hulppunten kunnen ontwikkelen, welke aansluiten bij inwoners van onze gemeente.
- Huisartsen, verpleegkundigen (medisch domein) en gebiedsteams, welzijn (sociaal domein) gaan beter samenwerken. Dat is een randvoorwaarde voor goede signalering en integrale zorg en ondersteuning. Partijen zetten zich samen in om in elk gebied te komen tot een duurzame samenwerkingsstructuur en/of –afspraken.
- Veel ouderen met een migratieachtergrond hebben onvoldoende kennis van het zorgstelsel. We onderzoeken hoe we deze doelgroep beter kunnen bereiken.
- We onderzoeken hoe we initiatieven om het gebruik van eHealth door en voor ouderen binnen de zorg en ondersteuning ter bevordering van de eigen regie en de zelfredzaamheid kunnen stimuleren.
- We willen de welzijnsdagbesteding uitbreiden en door ontwikkelen, waarin de samenwerking met andere partners essentieel is.
- Veel mantelzorgers voelen zich overbelast. Mantelzorgers en cliënten weten vaak niet waar zij overal hulp kunnen krijgen. We brengen alle regelingen inclusief respijtzorg in beeld, waarmee een cliënt en de mantelzorger te maken kunnen hebben.
- Naast dementievriendelijk staan we ook voor een mantelzorgvriendelijke gemeente.

B i b l i o g r a f i e

(Alfabetische volgorde)

Afgezonderd of ingesloten over sociale kwetsbaarheid van ouderen - Prof. Dr. Anja Machielse
2016 https://www.uvh.nl/uvh.nl/up/ZgifklsJszG_Anja_Machielse_-_Afgezonderd_of_ingesloten.pdf

Bevolkingsopbouw en -prognose - Brabantscan GGD 2019
<https://brabantscan.nl/jive>

De juiste zorg op de juiste plek - Ministerie VWS
<https://www.dejuistezorgopdejuisteplek.nl>

Factsheet dementie - Stichting ZET 2019
<https://www.dementievriendelijk.nl/uploads/media/5c7e547a4674a/factsheet-boxtel.pdf?token=/uploads/media/5c7e547a4674a/factsheet-boxtel.pdf>

Planbureau voor de Leefomgeving
<https://www.pbl.nl/>

Programma Een tegen Eenzaamheid - Ministerie VWS (maart 2018)
<https://www.rijksoverheid.nl/documenten/publicaties/2018/03/20/actieprogramma-een-tegen-eenzaamheid>

Programma Langer Thuis - Ministerie VWS (juni 2018)
<https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2018/06/15/programma-langer-thuis>

Programma Langer Thuis - Plan van Aanpak VNG (november 2018)
https://vng.nl/files/vng/nieuws_attachments/2018/plan_van_aanpak_langer_thuis_logo_3.pdf

Programma Samen Ouder Worden - NOV (augustus 2018)
<https://www.nov.nl/samenouderworden>

Sociaal en Cultureel Planbureau
<https://www.scp.nl/>

Tabellenboek Ouderenmonitor 65+ Boxtel - GGD Hart van Brabant (2016)
<https://brabantscan.nl/jive>

Trends in de ouderenzorg SCP (2019)
<https://digitaal.scp.nl/ouderenzorg/>

Zorgen voor thuiswonende ouderen SCP (2019)
https://www.scp.nl/Publicaties/Alle_publicaties/Publicaties_2019/Zorgen_voor_thuiswonende_ouderen

Actieplan

0. 'Ouderen-paragraaf' in elk beleidsstuk gemeente

In de gemeente Bostel heb je een goede oude dag!

- ✓ Bostel is geschikt voor alle leeftijden en levensfasen!
- ✓ Bostel heeft goede collectieve voorzieningen. Zij heeft woningen en woonvormen die aansluiten bij de wensen van haar bewoners. Deze bevorderen zelfredzaamheid en samenredzaamheid en gaan eenzaamheid tegen.
- ✓ Bostel heeft groene, gezonde, toegankelijke en goed onderhouden wijken die uitnodigen tot bewegen, ontmoeten en het maken van sociale keuzes.
- ✓ Ouderen worden gefaciliteerd bij een gezonde leefstijl. Kwetsbare mensen krijgen steun en hulp bij hun zelfredzaamheid en eigen regie op basis van wederkerigheid. Bij zorgafhankelijkheid zijn er goede collectieve voorzieningen en is er zorg op maat die aansluit bij de persoon en zijn/haar levensloop.
- ✓ Mantelzorgers en vrijwilligers krijgen steun en respijtzorg als daar noodzaak of behoefte aan is.

Deze inhoud is gebaseerd op voorstellen per thema zoals gepresenteerd op 14 maart jl. Na overleg met alle partners wordt dit actieplan definitief ingevuld met de bijdrage van ieder.

