



# NIEUWSBRIEF OUDERENBERAAD ZUID-HOLLAND NOORD

Praat mét ouderen, niet óver

Jaargang 1, nummer 1 | November 2020

## Welkom

Dit is het eerste nummer van onze Nieuwsbrief, wij danken u voor uw aanmelding en heten u van harte welkom. We zullen u met regelmaat op de hoogte houden van nieuws uit onze plenaire bijeenkomsten, uit de werkgroepen en van onze samenwerkingspartners. Ook berichten wij over adviezen van de landelijke Raad van Ouderen en over nieuws op beleidsniveau van de gemeenten binnen onze regio. Op onze website vindt u complete artikelen en adviezen.

In dit nummer komen aan de orde:

- Wat is het Ouderenberaad?
- Het Masterprogramma Vitality and Ageing van het LUMC
- De woonvisies van de diverse gemeenten binnen onze regio en ouderen
- Het onderzoek naar de effecten van Corona, verricht door studenten en docenten V&A
- Actieplan Leiden op leeftijd

## Wat is het Ouderenberaad?

Het Ouderenberaad Zorg en Welzijn Zuid-Holland Noord is één van de acht regionale ouderen-delegaties die de stem van ouderen laten horen binnen onderwijs, onderzoek en beleid. Onze regio omvat de Duin- en Bollenstreek, Leiden en omstreken, en Alphen en omstreken.

Het Ouderenberaad is verbonden met:

- Het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC), met name met het wetenschappelijk onderzoek, de opleiding geneeskunde, en de master Vitality and Ageing;

- De Hogeschool Leiden, met name de Werkplaats Sociaal Domein;
- Het Universitair Netwerk voor de Care sector in Zuid-Holland (UNC-ZH).

Het Ouderenberaad, met 20 leden, heeft dus een regionale functie maar is ook – met twee zetels – vertegenwoordigd in de door de Minister van VWS ingestelde landelijke Raad van Ouderen. Via deze RvO werken we mee aan adviezen aan de minister over wonen, welzijn en zorg van ouderen.

Het accent van de uitvoerende activiteiten ligt bij onze drie werkgroepen:

- De werkgroep Wonen, Welzijn en Zorg (WWZ)
- De werkgroep Zorg en Onderwijs (Z&O)
- De werkgroep Achterban (AB)

Voor meer info, ook over deze werkgroepen, bekijk onze [website](#).

## Voorzitter Irma Gehner

Vanaf de oprichting in 2008 is Irma Gehner voorzitter van het Ouderenberaad. Zij is geboren in 1942 in Amsterdam, en heeft daar onder andere gewerkt bij de GGD. Later is zij verhuisd naar Leiderdorp, waar ze in de Gemeenteraad heeft gezeten en 12 jaar wethouder/locoburgemeester is geweest.



Van alle activiteiten binnen het Ouderenberaad, gaat haar hart vooral uit naar het onderwijs, en het contact met de jonge studenten.

*Redactie*

## Het Masterprogramma Vitality and Ageing van het LUMC

Het aantal ouderen neemt wereldwijd toe, en in grote delen van de wereld worden mensen ook steeds ouder. Te verwachten is dat tussen 2010 en 2050 het aantal mensen boven de 65 zal verdrievoudigen. Gelukkig neemt ook het aantal jaren in goede gezondheid toe, en in het ouderenbeleid zijn Vitality and Ageing dan ook prominente thema's. Een uitdaging dus voor jonge, academische professionals vanuit diverse disciplines om zich hierin te verdiepen.

Steeds meer wordt duidelijk dat het betrekken van het perspectief van ouderen zelf van groot belang is om gezondheid, welzijn, en ook huisvesting van ouderen te verbeteren. Dat is de leidende gedachte voor de eenjarige *Master Vitality and Ageing*. Deze is ontwikkeld door het LUMC, en is van start gegaan in september 2016. Dit jaar zijn 32 studenten gestart, afkomstig uit Nederland, maar ook uit Duitsland, Estland, Verenigde Staten, en bijvoorbeeld Taiwan. Daarom, en ook omdat de problematiek sterk internationaal is, is de opleiding Engelstalig.

Deze Master is een interdisciplinair programma waarin biologie, medische, sociale en biomedische wetenschappen, en gezondheidswetenschappen met elkaar verbonden zijn. Uniek is de samenwerking met ouderen. Ouderen praten mee over het programma, maar werken ook echt samen met de studenten, bijvoorbeeld via interviews en het bedenken en ontwikkelen van oplossingen voor problemen waarmee ouderen geconfronteerd kunnen worden. Naast deze onmisbare inzet van ouderen, zijn ook wetenschappers en professionals uit diverse disciplines betrokken. Kortom, binnen deze master werken studenten, ouderen, academische experts en professionals nauw samen om tot een leerzaam en mooi programma te komen.

Na deze Master Vitality and Ageing vinden de jonge academici banen in beleid, het medische domein en het wetenschappelijk onderzoek. Op deze manier dragen ze op steeds meer verschillende plekken in de maatschappij bij aan het verbeteren van het leven van ouderen. Voor hen is daarbij het betrekken van ouderen een belangrijk uitgangspunt.

*Jacobijn Gussekloo, Opleidingsdirecteur V&A*

Prof. dr. *Jacobijn Gussekloo* is hoogleraar Eerstelijns geneeskunde en sinds 2016 directeur van de Master Vitality and Ageing. Zij is in Leiden opgeleid als huisarts en is al sinds haar studie Geneeskunde zeer geïnteresseerd in het brede thema 'Vitality and Ageing'. Als deze master in haar tijd al had bestaan, dan had zij hem zeker gevolgd!



Meer informatie over de opleiding is [hier](#) te vinden.

## De woonvisies van de diverse gemeenten binnen onze regio en ouderen

### 'Mijn huis is mijn kasteel'

Veel mensen blijven bij het ouder worden 't liefst in hun eigen vertrouwde huis wonen. Maar niet elk huis is daarvoor geschikt of kan daarvoor geschikt gemaakt worden, en ook is thuisblijven niet altijd de beste optie. Wat is het beleid van de gemeenten?

### Woonvisies en Beoordelingskader

Nieuwbouw en verbetering van woningen en aandacht voor woonvoorzieningen en voor de leefomgeving van ouderen is broodnodig om ouderen langer thuis te laten wonen. Gemeenten ontwikkelen woonvisies en woonzorgvisies waarin dit terug te vinden moet zijn.

Dit voorjaar heeft de Werkgroep Wonen, Welzijn en Zorg geïnterviewd hoe de gemeenten in onze regio in hun woonvisies aandacht besteden aan ouderen. Meer aandacht en concrete uitwerking blijken nodig.

Het Ouderenberaad heeft dit onder de aandacht gebracht van gemeentebesturen en gemeenteraden in de vorm van een *Beoordelingskader* voor woonvisies. Dit Beoordelingskader kunt u vinden onder *Woonvisie* op de [website](#).

Het Beoordelingskader vraagt aandacht voor: onderzoek, nieuwe woon- en woonzorgvormen, woonomgeving en sociale samenhang, voorlichting en de follow up van de visie.

De gemeente Teylingen heeft uitgesproken dit Beoordelingskader bij de uitwerking van het Zorgpact te zullen betrekken. Met de gemeente Leiden worden contacten onderhouden over het *Actieplan Leiden op leeftijd*.



Nu is de vraag aan de orde hoe het Ouderenberaad naast zorgaanbieders, welzijnsorganisaties, zorgverzekeraars en burgers een rol kan spelen bij de ook door gemeenten te ontwikkelen woonzorg-visies.

Suggesties en vragen zijn van harte welkom via: [ouderenberaad@lumc.nl](mailto:ouderenberaad@lumc.nl)

*Gert Hylkema, Voorzitter Werkgroep WWZ*

## De impact van de Coronacrisis op thuiswonende 65-plussers in Nederland

Afgelopen april heb ik samen met drie mede- Vitality & Ageing masterstudenten, docenten en onderzoekers een studie opgezet om te onderzoeken hoe in Nederland thuiswonende 65-plussers de coronacrisis en de bijbehorende maatregelen van de overheid ervaren.

Aan de hand van het model van Positieve Gezondheid hebben wij niet alleen de invloed van de coronacrisis op het lichamelijk functioneren onderzocht, maar ook op het mentale functioneren, de zingeving, de kwaliteit van leven, de sociale participatie en het dagelijks functioneren. We hebben online vragenlijsten uitgestuurd en telefonische diepte-interviews afgenomen. Het Ouderenberaad Zuid-Holland Noord heeft zijn steentje bij kunnen dragen met de werving van ouderen.

***‘Veel ouderen gaven gelukkig aan de Coronacrisis te kunnen accepteren door het verwachte tijdelijke karakter’***

Meer dan 800 ouderen uit geheel Nederland hebben de vragenlijst ingevuld; daarnaast zijn 35 ouderen geïnterviewd. In augustus hebben we de resultaten verwerkt in onze goed beoordeelde scripties. De grootste invloed bleek de coronacrisis te hebben op de sociale participatie: bij meer dan 70% van de deelnemers waren de sociale contacten afgenomen.

Het verminderde contact met geliefden, het wegvallen van vrijwilligerswerk en de afgenomen vrijheid zorgden voor een afname van zingeving en kwaliteit van leven.

Verder voelde meer dan een kwart van de deelnemers zich minder fit dan voor de coronacrisis.



*De vier Vitality & Ageing studenten en hun docenten tijdens een ZOOM-overleg*

Veel ouderen gaven tijdens de interviews gelukkig aan de crisissituatie te kunnen accepteren door het verwachte tijdelijke karakter. Ze dachten meer moeite te hebben als de coronacrisis nog lange tijd zou aanhouden. Omdat we inmiddels middenin de tweede golf zitten zijn we bezig met het opzetten van een nieuwe vragenlijst. Hierin zal gefocust worden op de langetermijneffecten van het coronavirus.

*Isabelle Moens, MSc. Vitality & Ageing*

## Actieplan Leiden op leeftijd

De gemeenteraad van Leiden behandelt in november a.s. het *Actieplan Leiden op leeftijd*. Bij de behandeling van de Woonvisie in 2019 heeft de raad het college van B&W gevraagd een actieplan vergrijzing op te stellen, omdat de woonvisie onvoldoende inspeelde op de vergrijzing van de Leidse samenleving. Het Ouderenberaad heeft al medio 2019 in een brief aandacht gevraagd voor de veranderende woonbehoeften van de ouderen.

Het voorliggende *Actieplan Leiden op leeftijd* mag er zijn. Het is een integraal plan, dat het gehele leven bestrijkt. Doel is ouderen passend te huisvesten en hen zoveel en zo lang mogelijk mee te laten doen in de stad door hen de juiste



ondersteuning te bieden. Belangrijke onderwerpen zijn naast wonen en een ouderenvriendelijke woonomgeving, de organisatie van de zorg en ondersteuning, versterking van sociale netwerken rond ouderen, ondersteuning van mensen met dementie en e-health. Er is een platform opgericht van alle organisaties die bij de uitvoering van het actieplan zullen worden betrokken. Ook ouderenorganisaties nemen deel.

Het raadsdocument is [hier](#) te vinden.

*Theo Roes*

### Colofon

Uitgave van Ouderenberaad Zuid-Holland Noord  
Redactie: Toon Verlaan, Ariane van Santen, Nicol Nijssen

Verschijnt 4 x per jaar

Aan- of afmelden: [ouderenberaad@lumc.nl](mailto:ouderenberaad@lumc.nl)  
[www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl](http://www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl)