



NIEUWSBRIEF OUDERENBERAAD ZUID-HOLLAND NOORD

Praat mét ouderen, niet óver

Jaargang 1, nummer 3 | mei 2021

Welkom

Dit is het derde nummer van de Ouderenberaad Zuid-Holland Noord Nieuwsbrief.

In dit nummer komen aan de orde:

- Flitspeiling ervaring ouderen met consulten-op-afstand
- Virtual Reality óók voor ouderen?!
- Videoproject 'Langer wonen van ouderen in de eigen omgeving'
- Samenwerking Ouderenberaad en Hogeschool Leiden, Lectoraat SIO
- Adviezen Raad van Ouderen

Graag verwijzen wij u ook naar onze [website](#) waar u complete artikelen en adviezen vindt.

Flitspeiling ervaring ouderen met consulten-op-afstand

In maart hebben onderzoekers van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) in samenwerking met het Ouderenberaad ZHN een flitspeiling gehouden onder het netwerkpanel van het Ouderenberaad. De onderzoeksvraag was:

Hoe hebben ouderen in de afgelopen periode de consulten-op-afstand ervaren die in de plaats kwamen van fysieke consulten bij de huisarts of specialist?

Deze flitspeiling is uitgezet bij 572 panelleden waarvan er 318 hebben deelgenomen (56%). Van de respondenten had 33% een consult-op-afstand bij de huisarts, 40% bij de specialist en bij 25% kon de afspraak toch fysiek doorgaan.

Merendeel van de consulten-op-afstand is telefonisch gehouden (87% bij de huisarts en 94% bij de specialist), verder werd er soms gemaïld (17% en 7% respectievelijk) en heel soms vond het consult plaats via videobellen (1% en 7% respectievelijk).

“Het grootste deel van de ondervraagden zou in de toekomst weer gebruik maken van een consult-op-afstand.”

De tevredenheid over deze consulten was groot. Mensen voelden zich op hun gemak en konden al hun vragen stellen. Het grootste deel van de ondervraagden zou in de toekomst weer gebruik maken van een consult-op-afstand. De voornaamste redenen daarvoor zijn dat het minder tijd kost, en ook: minder rompslomp en gedoe, geen reis en parkeerkosten en geen wachttijd in de wachtkamer.

Toch kiest niet iedereen ervoor om in de toekomst weer zo'n consult te hebben, de redenen daarvoor zijn dat er dan minder persoonlijk contact is met de huisarts of specialist, het bemoeilijkt natuurlijk lichamelijk onderzoek of de aard van de klacht leent zich er niet voor. De algemene eindconclusie van dit onderzoek is dan ook dat mensen best gebruik willen maken van een consult-op-afstand, aangezien deze consulten naar grote tevredenheid zijn verlopen, maar alleen als de klacht er zich voor leent.

Isabelle Moens, Twan Simons, Stella Trompet, Yvonne Drewes (master Vitality and Ageing)

Presentatie over de Flitspeiling uitkomsten op 19 mei: komt u ook?

Velen van u (318 leden) hebben de vragenlijst beantwoord. Benieuwd naar de gedetailleerde uitkomsten, ook van de deelvragen? Op 19 mei geven twee van de onderzoekers een toelichting op de cijfers. Inloop is vanaf 15:30. Het programma start om 15:45 en duurt tot 16:30. Daarna is er gelegenheid tot discussie: wat gaan we met uw antwoorden doen? Heeft u vragen voor een vervolgonderzoek? Denk met ons mee!

Meld u aan door een mail te sturen naar: ouderenberaad@lumc.nl met als onderwerp 'Aanmelding lezing Flitspeiling'. Na aanmelding ontvangt u een Zoom link om deel te nemen.

Virtual Reality óók voor ouderen?!

In de vorige nieuwsbrief schreven we over onze ervaring met online 'blokjesvergaderen'. Eind maart zijn we met drie leden van het Ouderenberaad ZHN een stap verder gegaan in het verkennen van de digitale mogelijkheden door deel te nemen aan een Virtual Reality (VR) beleving. VR is een techniek waarbij je door middel van een speciale VR-bril een andere werkelijkheid kan ervaren. In het Virtuorium te Leiden mochten wij mee op een virtuele reis. We werden meegenomen door de oceaan en ook betraden we een luxe villa met eindeloze mogelijkheden, zoals een potje dammen, genieten van een concert, maar ook het maken van een ballonvlucht door de Zwitserse Alpen.

Nu zult u misschien denken: wat kan Virtual Reality ouderen brengen? Sinds de uitbraak van de coronapandemie is het advies "blijf zoveel mogelijk thuis en ga zo min mogelijk bij elkaar op bezoek". Desiree Rosier is ondernemer en een echte aanpakker. Zij zag het afgelopen jaar met eigen ogen hoe sommige ouderen door de komst van het

Corona virus amper contact hadden met (klein) kinderen, familie en vrienden. Beeldbellen biedt een alternatief waarmee we elkaar kunnen zien en horen. Maar in dezelfde ruimte zijn om bijvoorbeeld een spelletje te spelen of een beleving te delen, kan op deze manier niet.



De leden van het Ouderenberaad ZHN tijdens de Virtual Reality ervaring

In een virtuele wereld kan dit wel. In samenwerking met studenten van de Hogeschool Leiden zet Desiree zich in om een VR beleving speciaal voor ouderen te ontwikkelen. Wij vonden het een leuke en interessante ervaring, en hebben ook met de studenten besproken welke aanpassingen voor ouderen eventueel nodig zouden zijn. Geopperd is onder andere om te starten in een buurthuis of zorginstelling waar assistentie geboden kan worden en waar ouderen hun ervaringen met elkaar kunnen delen. De komende tijd zullen nog meer ouderen in de gelegenheid worden gesteld om kennis te maken met de bril.

Janneke Groothuijse (ondersteuner Ouderenberaad)

Videoproject 'Langer wonen van ouderen in de eigen omgeving'

Veel ouderen willen in hun eigen buurt of wijk blijven wonen en zoeken naar aanpassingen om dit mogelijk te maken. Soms is hiervoor echter ondersteuning nodig van andere partijen, zoals woningcorporaties, openbaar vervoer of gemeenten.

In 2019 is een videoproject uitgevoerd in de wijk Tuinstad-Staalwijk in Leiden. Het doel was dat ouderen zelf lieten zien wat voor hén van belang is met betrekking tot het ‘langer kunnen wonen in de vertrouwde omgeving’.

De uitkomsten van de verschillende video's gebruiken we voor discussie met relevante partijen over mogelijke verbeterpunten. Daarnaast wilden we een beschrijving maken van de methodiek, zodat deze door anderen ingezet kan worden. In dit project werkt het Ouderenberaad samen met het lectoraat SIO van de Hogeschool Leiden (zie het volgende artikel). Het maakt onderdeel uit van de [Werkplaats Sociaal Domein Den Haag & Leiden](#).

Tijdens in totaal vijf bijeenkomsten zijn zeven deelnemers gestart met het uitwisselen van ideeën voor onderwerpen, gevolgd door een korte training van Bromet Filmschool/ de Frisse Blik. Hierna gingen zij vanuit de BOP (Buurt Ontmoetings Plek) in de Herenstraat aan de slag met het maken van opnames. Dit resulteerde in filmpjes over: de kenmerken van de wijk; een interview met de voorzitter van de wijkvereniging; wonen en verbeterpunten in de wijk; het zoeken van informatie over computercursussen en gezamenlijke maaltijden; de sociale rol van de winkeliers, en een filmpje over hoe een slechtziende mevrouw hulp kon krijgen bij onderhoud van haar tuin.



De deelnemers van het Videoproject

Na afloop is er, onder leiding van Margaret von Faber, een focusgroep gehouden met de voorzitter van de wijkvereniging, twee deelnemers, een lid van het Ouderenberaad en de wijkregisseur.

Er kwamen suggesties voor verbeteringen in de wijk aan de orde, die inmiddels ook zijn opgepakt door de wijkregisseur en de wijkvereniging.

Ook met betrekking tot de methodiek hebben we veel geleerd. Zo moeten relevante partijen die eventueel gewenste veranderingen tot stand kunnen brengen al vanaf het begin betrokken worden bij het project. In 2021 willen we een nieuw videoproject in Noordwijk starten waarbij we de verbeterpunten meenemen.

*Margaret von Faber (Senior onderzoeker
lectoraat Sociale Innovatie en Ondernemerschap
Hogeschool Leiden)*

Samenwerking Ouderenberaad en Hogeschool Leiden, Lectoraat Sociale Innovatie en Ondernemerschap

Het lectoraat Sociale Innovatie en Ondernemerschap (SOI), Hogeschool Leiden werkt al ruim vijf jaar samen met het Ouderenberaad ZHN. Op verschillende manieren zijn leden van het Ouderenberaad actief in de ontwikkeling van onderwijs en onderzoek.

“De samenwerking draagt bij aan (de ontwikkeling van) innovatieve oplossingen en implementatie van nieuwe werkwijze om de kwaliteit van leven van thuiswonende ouderen te bevorderen, op het gebied van wonen, welzijn en zorg.”

Het Ouderenberaad bestaat uit actieve, maatschappelijk betrokken ouderen die samen met het lectoraat op zoek gaan naar meer kennis over vitaal en langer thuis wonen, aansluitend bij de behoeften

van ouderen. Hiervoor beschikt het Ouderenberaad over een relevant netwerk en kan het lokale partijen en een achterban betrekken.

Daarnaast is voor studenten van de Hogeschool de samenwerking belangrijk omdat het hen vanuit een ander perspectief naar ouder worden leert kijken.



Vanuit verschillende rollen en perspectieven is een inspirerende samenwerking ontstaan, zoals het samen opzetten en uitvoeren van praktijkgericht onderzoek. De samenwerking met het Ouderenberaad draagt bij aan (de ontwikkeling van) innovatieve oplossingen en implementatie van nieuwe werkwijzen om de kwaliteit van leven van thuiswonende ouderen te bevorderen, op het gebied van wonen, welzijn en zorg.

Suzan van der Pas (Lector Sociale Innovatie en Ondernemerschap Hogeschool Leiden)

Adviezen Raad van Ouderen

Brief aan informateur Tjeenk Willink

Een Meerjarenplan ouderenhuisvesting en een Plan houdbare ouderenzorg. Die zou het nieuwe kabinet met spoed moeten opstellen. Dat adviseert de Raad van Ouderen in een brief aan informateur Herman Tjeenk Willink. De Raad stelt dat deze plannen noodzakelijk zijn om de maatschappelijke gevolgen van de vergrijzing in samenhang te bezien en prioriteiten te stellen. 'Zo maak je de samenleving ouderenvriendelijk, bevorder je de kwaliteit van leven van ouderen en realiseer je een sociaal en financieel houdbaar stelsel van wonen, welzijn en zorg. Deze plannen komen niet alleen de ouderen, maar de gehele Nederlandse bevolking ten goede', schrijft de Raad.

Benieuwd naar de volledige brief? Klik [hier](#).



Reactie op Dialoognota Ouder worden 2020-2040

De Minister van VWS, Hugo de Jonge, heeft in februari 2021 de Dialoognota Ouder worden 2020-2040 uitgebracht. De nota bevat een overzicht van de maatschappelijke gevolgen van de vergrijzing en inventariseert de beleidsmogelijkheden op de terreinen van wonen, welzijn en zorg.

Inmiddels is er een [bijgestelde versie](#) van de nota verschenen.

De Raad van Ouderen heeft een reactie opgesteld, mede op basis van de inbreng van het Ouderenberaad ZHN. De Raad constateert dat de discussie vooral gaat over allerlei beleidskwesties en de kosten van de vergrijzing. Er is onvoldoende aandacht voor de behoeften van ouderen, hun sociale netwerk en van de professionele dienstverleners rond hen heen. Ouderen dienen persoonsgerichte en goed onderling afgestemde ondersteuning en zorg te ontvangen. Zij dienen zoveel mogelijk de regie te behouden over de inrichting van hun leven. Om een goede kwaliteit van leven te realiseren zijn nodig: een inhaalslag in de ouderenhuisvesting, ontwikkeling van nieuwe combinaties van wonen en zorg en een forse capaciteitsuitbreiding van verpleeghuizen.

Benieuwd naar de volledige reactie? Klik [hier](#).

Theo Roes (lid Ouderenberaad en Raad van Ouderen)

Colofon

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

Versijnt 4 x per jaar

Afmelden Nieuwsbrief: ouderenberaad@lumc.nl
onder vermelding van: "afmelden nieuwsbrief"
www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl