



# NIEUWSBRIEF OUDERENBERAAD ZUID-HOLLAND NOORD

Praat mét ouderen, niet óver

Jaargang 2, nummer 1 | december 2021

## Welkom

Dit is het eerste nummer, tweede jaargang van de Ouderenberaad ZHN Nieuwsbrief.

In dit nummer komen aan de orde:

- Raad van Ouderen komt met advies over ouderen in de wijk
- Thuis in de wijk - vrouwen met een Surinaamse achtergrond
- Ontmoeting tussen coach en pupil
- Flitspeiling Wonen in de Wijk
- Gemeenteraadsverkiezingen en wonen en zorg
- Het Ouderenberaad en de mySupport study

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

## Raad van Ouderen komt met advies over ouderen in de wijk

De Raad van Ouderen (RvO) biedt minister Hugo de Jonge medio december een advies aan met als titel: *Thuis in de wijk, nu en straks*. Het schetst de woon- en leefsituatie van ouderen, analyseert de belangrijkste gevolgen van de snel voortschrijdende vergrijzing en formuleert voorstellen op welke wijze de samenleving en vooral ouderen zich het beste op de veranderingen kunnen voorbereiden.

Het advies is op een bijzondere manier tot stand gekomen. De raad heeft bij alle regionale beraden, dus ook bij het Ouderenberaad ZHN, een vragenlijst onder de leden uitgezet over onderwerpen als de tevredenheid met de woon- en leefsituatie, de voorzieningen in de wijk en de veiligheid. Daarnaast heeft het OB Z-N over deze onderwerpen groepsgesprekken met ouderen gevoerd en is een

schriftelijke enquête gehouden onder het ouderenpanel van het LUMC. De RvO heeft geprobeerd op deze manier de stem van ouderen te laten doorklinken in het advies. Elders in deze nieuwsbrief wordt hiervan kort verslag gedaan.

De RvO heeft zich afgevraagd op welke wijze de samenleving en ook de ouderen zelf zich het beste kunnen voorbereiden op de veroudering van de bevolking die de komende jaren in een versnelling komt. Belangrijke aandachtspunten zijn: zelfwerkzaamheid van ouderen, versterking van de sociale netwerken rond ouderen, bevordering van de gezondheid en vitaliteit van ouderen, verbetering van het woon- en leefklimaat in de wijk, noodzaak van meer seniorenwoningen en meer combinaties van wonen en zorgverlening. En zoals de RvO al vaker heeft geschreven: het belangrijkste is misschien wel, dat gemeenten en professionals van zorg en welzijn met de ouderen en hun organisaties om tafel gaan zitten om tot oplossingen te komen die bekliven.

Het advies *Thuis in de wijk* is het laatste advies dat de huidige Raad van Ouderen uitbrengt. Naar verwachting zullen de Raad van Ouderen en de regionale beraden blijven bestaan en ook in de periode 2022-2024 subsidie ontvangen om hun advieswerk voort te zetten. Uiteindelijk beslist hierover de (nieuwe) minister van VWS in het volgende kabinet.

*Theo Roes*

*Lid Ouderenberaad ZHN en Raad van Ouderen*

## Thuis in de wijk - vrouwen met een Surinaamse achtergrond

De landelijke Raad van Ouderen gaat een advies uitbrengen aan het ministerie van VWS over het wonen van ouderen in de wijk. Ze wilde echter eerst de mening van ouderen zelf hierover horen. Het ouderenberaad belegde daarvoor enkele bijeenkomsten in de regio: in de Merenwijk in Leiden, in Sassenheim en met vrouwen met een Surinaamse achtergrond.

Een impressie



Op donderdag 16 september ontmoetten we elf vrouwen, allen met een Surinaamse achtergrond, in een buurtcentrum in de Merenwijk. De vrouwen (leeftijd: 62-84 jaar) komen uit Leiden en verschillende dorpen uit de regio: Leiderdorp, Noordwijkerhout, Alpen aan de Rijn en Voorburg. Zij komen iedere donderdag bijeen. Door corona konden zij de afgelopen anderhalf jaar elkaar niet ontmoeten. Dit is nu een van de eerste bijeenkomsten. We spraken met hen over het onderwerp thuis in de wijk: wat zou er kunnen verbeteren, zijn er voldoende voorzieningen, contact met de burens, kleiner gaan wonen. Wat er het meest uitspringt is dat het openbaar vervoer alsmede de zitplaatsen bij de bushokjes in de ogen van deze deelnemers tekortschieten. De regiotaxi blijkt erg slecht te voldoen vanwege de

lange en onregelmatige wachttijden. Fnuikend om de eenzaamheid tegen te gaan.

Wensen

Graag meer bankjes in de wandelgebieden. Overlast van burens wordt soms genoemd. Overgangsproblemen in de welzijnssector. Sommigen zouden wel voelen voor verhuizing naar een kleiner appartement, maar stuiten op hogere huur bij minder ruimte. Anderen hechten echter aan behoud van veel woonruimte.

Verder valt op dat de meeste vrouwen met veel plezier in hun wijk wonen. Het verschilt per wijk of dorp welke voorzieningen aanwezig zijn, maar over het algemeen zijn de voorzieningen goed en in de buurt, denk aan: gezondheidscentra en supermarkten.

Dus al met al viert tevredenheid de boventoon.

*Christina Harrevelt, Jan Landkroon & Toon Verlaan  
Lid Ouderenberaad ZHN en Werkgroep Wonen,  
Welzijn en Zorg*

## Ontmoeting tussen coach en pupil

Studenten van de Master Vitality and Ageing (LUMC) zijn zeer geïnteresseerd in ouderen: hoe leven ze, wat is hun kwaliteit van leven en wat zijn mogelijke verbeterpunten die hun aangereikt kunnen worden? Jeanita Berkhout – student V&A 2019-2020 – wilde zich graag verdiepen in het onderwerp ‘Wat willen ouderen nog in de fase na het beroepsleven?’ Ze hebben een hoop kennis en ervaring, en ook de tijd nog iets te doen wat interessant is, plezier brengt en vooral voldoening geeft.

Bij het uitwerken van haar vraag en concretisering van haar ideeën, werd ik aan haar gekoppeld als coach.

We bespraken samen hoe je ouderen kunt

*‘En dan krijg je opeens de mogelijkheid met een student aan een idee te werken’.*

ondersteunen om hun potentieel aan kennis en

mogelijkheden in te zetten. Zijn er gelegenheden waar de oudere zich kan aanbieden, kennis kan delen en daardoor de student (of andere mensen in de maatschappij) kan ondersteunen en verder met de ontwikkeling te helpen?

#### Uitzendbureau

Jeanita kwam op het idee een soort uitzendbureau te ontwikkelen waar de wens van de senior centraal staat. Dat de senioren zélf aangeven wat zij voor werk zouden willen doen en onder welke voorwaarden. Vele uren hebben we besteed aan de opstelling van een profiel van de 'klanten' die iets aan te bieden hadden, en hun specifieke wensen, en ook aan de kenmerken van het uitzendbureau. Daarbij was kennis van bedrijfskunde nodig: naamkeuze, website ontwikkelen, mensen voor het bestuur vinden, administratie opzetten, KvK, financiering, analyses of dit aanbod wel in de markt past enz enz.

En Jeanita heeft het voor elkaar gekregen: het ontwerp van het *Oudzendbureau* stáát. Zie: <https://oudzendbureau.nl>. In oktober heeft de eerste bijeenkomst plaats gevonden voor mensen die (bijna) met pensioen zijn én van betekenis zijn in het onderwijs. Senioren konden daar met elkaar en met Jeanita bespreken wat ze zouden willen doen in het onderwijs.

#### Rol als coach

Het was inspirerend Jeanita op deze weg een stuk te mogen begeleiden.

*Ik ben echt heel erg blij met de coaching van Herma Jozé. Zij heeft mij ertoe geïnspireerd het Oudzendbureau daadwerkelijk op te zetten (Jeanita).*



Als coach heb ik geprobeerd naast haar te staan, je mag nooit dicteren. Haar vragen beantwoorden, ideeën bekijken, aansturen, en vooral aanmoedigen. Je zorgt dat het overzicht behouden blijft, wijst op mogelijkheden en legt waar mogelijk verbindingen tussen mensen die een bijdrage kunnen leveren. Way-to-go Jeanita!

*Herma-Joze Blaauwgeers, lid Ouderenberaad ZHN*

## Flitspeiling wonen in de wijk

In september hebben onderzoekers van het Leids Universitair Medisch Centrum (LUMC) in samenwerking met het Ouderenberaad ZHN een flitspeiling gehouden onder het netwerkpanel van het Ouderenberaad. Het doel was een indruk te krijgen in welke mate 60-plussers zich thuis voelen in hun wijk. De veronderstelling is dat het zich thuis voelen in wijk of dorp bijdraagt aan de gezondheid en het geluk van ouderen. 253 van de 563 leden hebben deelgenomen aan de flitspeiling (45%). Van de respondenten is de meerderheid vrouw (56.1%) en de gemiddelde leeftijd 74 jaar.

#### Resultaten

De deelnemers van de flitspeiling 'Wonen in de wijk' beschouwen zichzelf over het algemeen als gelukkig (gemiddelde score 8.03 op een schaal 1 – 10). Opvallend is dat deelnemers die zich niet thuis voelen in de wijk gemiddeld een punt lager scoren vergeleken met ouderen die zich wel thuis voelen in de wijk (resp. 7.12 en 8.26). De resultaten van de flitspeiling suggereren dat je thuis voelen in de wijk geassocieerd is met gelukkig zijn. 34.8% van de deelnemers geeft aan een bijdrage te leveren om ouderen zich thuis te laten voelen in de wijk;

voorbeelden hiervan zijn de vereniging van eigenaren en de bridgeclub. Gemiddeld voelen de deelnemers zich ook veilig in hun wijk of dorp (score: 7.93) met een opvallend verschil tussen ouderen die zich niet thuis voelen in de wijk (7.12) tegenover ouderen die zich wel thuis voelen (8.14).

De meerderheid van de deelnemers heeft aangegeven dat winkels (85.8%), openbaar vervoer (83.4%), eerstelijnszorg (87.0%) en andere voorzieningen (51.0%) (zoals bibliotheek of park) voldoende aanwezig zijn in hun wijk. Bij een flink aantal deelnemers (32.8%) is er een gemeenschappelijke plek in de buurt om ouderen te ontmoeten of een hobby uit te oefenen. Bij ouderen die zich thuis voelen in de wijk is deze plek vaker aanwezig dan bij ouderen die zich niet thuis voelen (resp. 28.7% en 13.7%). Een andere belangrijke bevinding is dat 55.3% van de deelnemers aangeeft dat er een onvoldoende aanbod aan seniorenwoningen is in hun wijk of dorp. Opvallend is dat 34.4% niet weet of er voldoende aanbod is.

*Julia Minnema  
Junior docent Vitality and Ageing*

## Gemeenteraadsverkiezingen en wonen en zorg

Komend voorjaar, op 16 maart 2022, vinden er weer gemeenteraadsverkiezingen plaats. Gemeentebesturen dragen een grote verantwoordelijkheid voor het welzijn, goede zorg en goed wonen van de inwoners van hun gemeenten. De ook in de 13 gemeenten van Zuid-Holland Noord sterk toenemende vergrijzing betekent dat wonen, welzijn en zorg voor ouderen veel aandacht moeten krijgen van de gemeenten.

*Gemeenteraadsverkiezingen 2022  
Suggesties voor lokale partijprogramma's*

We proberen als Ouderenberaad hiervoor te zorgen door de plaatselijke politici suggestie aan te reiken

voor hun partijprogramma's. In oktober hebben we de volgende vijf punten onder hun aandacht gebracht. Zie ook:

<https://www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl/Nieuws>

Wij vinden dat in samenspraak met (oudere) inwoners:

- Gemeenten zich met alle mogelijke middelen moeten inspannen om tekorten aan geschikte huisvesting voor ouderen én andere doelgroepen te bestrijden.
- Gemeenten ervoor moeten zorgen dat in de wijken netwerken voor integrale ouderenzorg voldoende zorg en ondersteuning bieden, inclusief de regiefunctie als dat voor de burger nodig is. Er moet één aanspreekpunt komen voor wie zorg nodig heeft.
- Gemeenten in hun woonvisies en woonzorgvisies per wijk, kern of dorp een locatie moeten aanwijzen waar of van waaruit integrale wijkgerichte zorg met 24-uurs toezicht geboden kan worden voor inwoners die deze zorg nodig hebben.
- Gemeenten samen met zorgverzekeraars per wijk moeten zorgen voor integrale zorg in de wijk en geïntegreerde zorg onder één dak voor burgers die dit nodig hebben.
- Gemeenten en zorgverzekeraar, desnoods gemeenten alleen, de rol van marktmeester op zich moeten nemen als de zorgpartijen onvoldoende initiatief tonen.

Het bovenstaande past misschien niet helemaal in de huidige regelgeving, maar verschillende financieringsstromen of wat voor redenen dan ook mogen gemeenten niet weerhouden van het maken van goede plannen. Grenzen moeten en kunnen opgezocht worden om de vergrijzing te lijf te gaan.

Het Ouderenberaad is nu bezig met het ontwerpen van een beoordelingskader voor de woonzorgvisies van de gemeente. Wij bieden dit binnenkort graag aan gemeentebesturen en politieke partijen en

zullen het zelf gebruiken om de opgestelde woonzorgvisies te toetsen.

*Gert Hylkema, lid Ouderenberaad ZHN,  
voorzitter werkgroep WWZ*

## Het Ouderenberaad en de *mySupport study*

De [mySupport study](#) is een afkorting van *faMily carer decision SUPPORT study* en draait om de *family carer*, ofwel: mantelzorger of naaste, van iemand met dementie. In dit internationale onderzoek wordt een andere manier



van werken ingezet in verpleeghuizen en onderzocht of naasten zich hierdoor beter gesteund voelen tijdens het dementietraject en in de laatste levensfase. Hiertoe is er een informatieboekje beschikbaar voor naasten dat het proces van dementie beschrijft en mogelijkheden voor liefdevolle zorg rond het levenseinde. Ook worden verzorgenden getraind om met naasten in gesprek te gaan, waarbij de vragen van naasten centraal staan en het informatieboekje een leidraad biedt.

Het Ouderenberaad is sinds december 2019 betrokken bij de *mySupport study* (april 2019-december 2022). Omdat het doel van dit onderzoek is om de ervaring van naasten te verbeteren, zijn ervaringsdeskundigen een belangrijke samenwerkingspartner. Mary Leune en Marianne van Brussel wonen als leden van het Ouderenberaad ZHN geregeld het projectoverleg van het Nederlandse team bij om vanuit hun professionele en persoonlijke ervaring het project bij te sturen. Ook speelt hun ervaring een belangrijke rol bij de gesprekstraining voor verzorgenden, waarbij zij optraden als 'gesprekspartner'. Naast feedback van een verpleegkundig specialist over gesprekstechnieken of inhoudelijke zaken, kregen de verzorgenden ook feedback van Mary Leune en

Marianne van Brussel over hoe zij de gesprekken ervoeren. Zo leerden de verzorgenden dat vertrouwen, empathie en een luisterend oor bieden voorop staat. 'Oplossingen' en 'antwoorden' volgen pas daarna.

Marianne van Brussel is daarnaast betrokken bij het internationale panel van ervaringsdeskundigen. Samen bekijken zij bijvoorbeeld de vragenlijsten die in het onderzoek worden gebruikt om deze eventueel aan te passen als vragen niet gepast of onduidelijk blijken. Ook schrijft Marianne aan een reeks Engelstalige blogs over de ontwikkelingen in de verpleeghuiszorg in Nederland. Hiermee geeft zij het internationale team een inkijkje in zowel de Nederlandse praktijk, als haar persoonlijke ervaring daarmee. Zie voor meer informatie:

[www.mysupportstudy.eu](http://www.mysupportstudy.eu) of [mySupport \(lumc.nl\)](http://mysupport.lumc.nl)

*Laura Bavelaar, als junior onderzoeker LUMC  
betrokken bij de mySupport study*

### **Overheidsbeleid en mijn vaders veerkracht**

Onder deze titel schrijft Marianne van Brussel een eerste blog, gebaseerd op haar persoonlijke en professionele ervaring, en haar belangstelling voor de huidige ontwikkeling rond dementie. Zie: <https://www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl/>

### **Colofon**

Uitgave van Ouderenberaad Zuid-Holland Noord

Redactie: Ariane van Santen, Toon Verlaan, vacature

Verschijnt 4 x per jaar

Aan- of afmelden: [ouderenberaad@lumc.nl](mailto:ouderenberaad@lumc.nl)

[www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl](http://www.ouderenberaadzuidhollandnoord.nl)