



Nieuwsbrief 24 augustus 2020 voor partners, relaties en belangstellenden

Geachte lezer,

Het Corona-virus heeft ons allemaal geraakt. Senioren waren van meet af aan geormerkt als risicogroep. Velen hebben noodgedwongen meer thuisgezet en hun lief was, waren bezorgd en voelden zich eenzaam.

Nog steeds moeten we waakzaam en voorzichtig zijn, want het virus ligt op de loer.

Als Seniorenraad Stichtse Vecht (SRSV) hebben we onze werkzaamheden zo goed mogelijk voortgezet, door over te schakelen op digitaal communiceren. Naast onze maandelijkse vergadering via beeldbellen, hebben we ook een wekelijks bijpraatje ingesteld zodat we elkaar goed op de hoogte kunnen houden over onze activiteiten als lid van de SRSV.

Met deze nieuwsbrief brengen we u daarvan graag op de hoogte. U leest onder meer over onze droom, het ZorgPlatform, sport, valpreventie en onze adviezen. Veel leesplezier!

Als dit beknopte overzicht vragen of opmerkingen oproept, horen wij het graag. Ook uw aandachtspunten en suggesties zijn van harte welkom. U kunt ons bereiken [door een e-mail te sturen](mailto:info@seniorenraadsv.nl) of te bellen 0346 79 40 49.

INHOUD

- [Bereikbaarheid SRSV](#)
- [Onze droom](#)
- [Integraal beleidskader sociaal domein](#)
- [Uitgebrachte adviezen naar de gemeente](#)
- [Ouderenbond Stichtse Vecht](#)
- [Sportnota](#)
- [Lokaal sportakkoord](#)
- [Nut en noodzaak van valpreventie](#)
- [Dossiers van het Rijk](#)
- [Samenstelling SRSV](#)
- [Op zoek naar jeugdige senioren](#)
- [Aan- en afmelden](#)
- [Contact?](#)

Bereikbaarheid SRSV

Sinds kort hebben wij een eigen telefoonnummer 0346 79 40 49. U kunt ons nu niet alleen mailen maar ook bellen om vragen te stellen of aandachtspunten te delen. Wij zijn in het bijzonder benieuwd wat er leeft onder senioren in Stichtse Vecht. Voor onze activiteiten is het van belang om daar zicht op te krijgen. Dus hoort zegg het voort, hoe meer bellers, hoe beter.

Onze droom

Wij willen eraan bijdragen dat mensen in Stichtse Vecht volwaardig oud kunnen worden. In dat verband dromen we van Stichtse Vecht als onderdeel van een ©Blue Zone in het Groene hart. In een ©Blue Zone leven mensen langer, zijn ze gezonder en voelen ze zich gelukkiger dan elders.

Dat hangt nauw samen met hun manier van leven. De kenmerken daarvan vinden we terug in de Positieve Gezondheid. Een nieuwe kijk op gezondheid, die is ontwikkeld door de Nederlandse arts Machteld Huber. Dit concept vindt een steeds breder draagvlak. Daarin staat niet de ziekte maar regie over het eigen leven van een persoon of een groep mensen centraal. [\(Lees verder ...\)](#)

Het omvat zes thema's:

- 1 *Hoe gaat het lichamelijk?*
- 2 *Hoe gaat het mentaal?*
- 3 *Vindt u uw leven zinvol?*
- 4 *Heeft u een prettig leven?*
- 5 *Leidt u een sociaal leven?*
- 6 *Hoe ziet uw dagelijks leven eruit?*

Met de antwoorden op deze vragen krijgen mensen zicht en grip op hun eigen leven. Voor beleidsmakers, zorgverleners en welzijnswerkers bieden de antwoorden van een specifieke groep (bijvoorbeeld senioren of jongeren) handvaten voor het ontwikkelen van beleid en de uitvoering daarvan.

Als SRSV laten wij ons bij onze activiteiten steeds vaker inspireren en leiden door de inzichten van Positieve Gezondheid. We houden u op de hoogte!

Integraal beleidskader sociaal domein

De nota *Integraal beleidskader sociaal domein* (IBSD) is op 12 mei en 2 juni tijdens respectievelijk de Raadscommissie- en Raadsvergadering besproken. Beide keren hebben wij ingesproken omdat wij ons ernstig zorgen maakten over het ouderenbeleid in



Stichtse Vecht (SV). De toezeggingen voor een integraal ouderenbeleid in de Kadernota 2020 en het Collegewerkprogramma van burgemeester en wethouders, vonden we niet voldoende terug in dit beleidskader. Daarom hebben we de noodzaak van een gedegen ouderenbeleid onderstreept. Wij voelden ons gesteund door de motie met dezelfde strekking van Groen Links, Het Vechtse Verbond, Streekbelangen, VVD, Lokaal Liberaal en Maarsse 2000. Zowel het IBSD als de motie zijn aangenomen. De wethouder heeft toegezegd ons als SRSV te betrekken bij de uitvoering van de motie.

Een goed ouderenbeleid is essentieel, zeker als we bedenken dat in de komende 20 jaar het aantal 65-plussers in SV toeneemt van 14 naar 21 duizend, terwijl het aantal jeugdigen (< 20 jaar) daalt van 14 naar 11 duizend. Nog belangrijker is dat het aantal 75-plussers verdubbelt, want in die categorie zitten de meeste mensen die een beroep moeten doen op met name wijkzorg en langdurige zorg.

2

We streven naar een update van de *Nota Ouderen 2016-2018 – Zilver aan de Vecht*, aangezien dat een compleet, concreet en integraal beleidsplan bevat. Wij houden in ieder geval goed contact met de gemeente en we worden betrokken bij het opstellen van de uitvoeringsagenda.

Uitgebrachte adviezen naar de gemeente

In de eerste helft van 2020 hebben we enkele adviezen geschreven. Niet alleen met betrekking tot het Integraal beleidskader sociaal domein maar ook inzake de Strategische koers Dorpshuizen 2020 en de Vastgoednota 2020 Stichtse Vecht. En bij de notitie Uitvoeringsprogramma MOBW (maatschappelijke opvang en beschermd wonen) hebben we enkele kanttekeningen geplaatst.

Als SRSV brengen we een dergelijk advies uit aan de Adviesraad Sociaal Domein Stichtse Vecht die het College van burgemeester en wethouders adviseert. Een groot deel van onze aandachtspunten en aanbevelingen is meegenomen in de uiteindelijke adviezen van de Adviesraad aan het college.

We hebben overigens altijd de mogelijkheid om de punten die niet zijn overgenomen, zelf onder de aandacht te brengen van B & W, de plaatselijke politici en andere betrokkenen.

ZorgPlatform Stichtse Vecht

Als SRSV zijn wij oprecht blij met de start van het ZorgPlatform Stichtse Vecht.

Wij denken dat dit platform een belangrijke rol kan spelen als het gaat om de juiste zorg in de directe omgeving voor senioren.

Begin juni verscheen het volgende persbericht:

ZorgPlatform Stichtse Vecht gestart

In de afgelopen maanden zijn onder leiding van een onafhankelijk voorzitter gesprekken op gang gekomen om de activiteiten van verschillende organisaties beter op elkaar af te stemmen. Op 4 juni zijn deze organisaties voor het eerst (digitaal) bij elkaar gekomen en hebben ze het ZorgPlatform Stichtse Vecht opgericht. In dit platform willen zij elkaar informeren, inspireren, activiteiten op elkaar afstemmen en het samenwerken bevorderen met als doel concrete activiteiten te ontwikkelen die leiden tot een afgestemd aanbod voor ouderen op de gebieden van zorg, wonen en welzijn.

Deelnemers ZorgPlatform

De volgende organisaties vormen samen het platform: gemeente Stichtse Vecht, huisartsen, zorginstellingen (Merenhoef, Snavelenburg, Maria-Dommer en zorggroep De Vechtstreek), woningbouwverenigingen Vecht en Omstreken en Portaal, Stichting Welzijn Stichtse Vecht, wijkverpleging Careyn, de regionale organisaties “Zorgkantoor” en “Regiozorg NU” en de Seniorenraad Stichtse Vecht (die ook het initiatief voor deze samenwerking heeft genomen). Aalko van der Veen is de onafhankelijke voorzitter.

De gekozen vorm is een platform en geen overkoepelende raad. Het platform zal niet als extra uitvoerder gaan optreden. Uitvoering gebeurt door die organisaties die bij een actie zijn betrokken.

In het komende half jaar wil het platform de doelstellingen verder invullen en vooral concrete activiteiten stimuleren. In januari 2021 evalueren de verschillende partijen de samenwerking binnen het platform. De organisaties hebben uitgesproken dat het platform van hun is, met andere woorden: zij dragen het ZorgPlatform en zullen zich inzetten om hiervan een succes te maken.



Ouderenbond Stichtse Vecht

Wij streven naar een intensivering van contact met de Katholieke Ouderenbond (KBO), de enige ouderenbond die nog actief is in Stichtse Vecht. KBO afdeling Stichtse Vecht telt circa 620 leden van 55 jaar en ouder. Zij organiseren een afwisselend activiteitenprogramma. Als SRSV hebben we de laatste maanden steeds meer contact met KBO SV, met als doel deze belangrijke vereniging levend te houden. De KBO heeft het namelijk moeilijk, onder meer omdat het nog niet lukt om nieuwe bestuursleden te vinden. Er worden over en weer gesprekken gehouden en ideeën uitgewisseld. Een aantal vooraanstaande leden van de KBO onderzoekt de mogelijkheden om een nieuwe weg in te slaan. Wij ondersteunen deze vereniging van harte, we dienen immers een gezamenlijk belang.

Sportnota

3 De gemeente heeft een Kadernota *Niemand Buitenspel 2015* en het Uitvoeringsprogramma Sport 2016-2020 met doelen en ambities wat betreft sport in Stichtse Vecht.

De gemeente ziet sport onder meer als maatschappelijk bindmiddel en zorgt ervoor dat sporten mogelijk is. Dit jaar wordt een nieuwe Sportnota opgesteld. Beleidsadviseur Sport van de gemeente SV Marcel Scheefhals nodigt ons uit om de belangen van senioren in deze te behartigen. We krijgen de kans om onze wensen en ideeën in een vroeg stadium te delen. De eerste kennismaking vond plaats op 24 juni. De tweede uitnodiging volgt begin september.

Lokaal sportakkoord

Het lokaal Sportakkoord SV (een landelijk initiatief met rijks subsidie) heeft zijn definitieve versie bereikt. [\(Lees verder ...\)](#) Twee bestuursleden van de SRSV hebben hieraan bijgedragen in respectievelijk themateam 1 en het kernteam.

Themateam 1 zorgt ervoor dat er een voldoende passend aanbod is voor senioren (65+) om te sporten (inclusief denksporten) en te bewegen.

Het kernteam zorgt onder meer voor de voortgang van het project, de samenhang van de themateams, de communicatie en de verantwoording.

Nut en noodzaak van valpreventie

Valpreventie is een project van de Seniorenraad. In de loop van de jaren zijn er allerlei initiatieven genomen maar steeds weer blijkt de grootste uitdaging de senior ervan te overtuigen om mee te doen.

Zolang de senior vitaal blijft door regelmatig te sporten en te bewegen zodat spierkracht en conditie op peil blijven, is valpreventie nauwelijks nodig. Dus om vallen te voorkomen, moeten we op de eerste plaats de vitale senioren stimuleren om naar de sportschool te gaan of op een andere manier voldoende fysiek actief te zijn. Zij moeten zich ervan bewust zijn dat het valrisico toeneemt, louter door veroudering. Met andere woorden als senioren het uitvoeren van de dagelijkse activiteiten, hobby's, sociale contacten en samen iets doen, willen blijven doen dan is fysiek onderhoud nodig en zullen ze op de een of andere manier moeten trainen. Bewegen behoort een essentieel onderdeel te zijn van ieders leefstijl. In dit kader willen we als SRSV senioren een valpreventie cursus aanbieden, zodat ze het veranderende valgevaar goed leren inschatten en weten hoe ermee om te gaan.

Cijfers

Dat valpreventie belangrijk is, blijkt uit de volgende getallen: in 2018 bezochten 108.000 senioren van 65 jaar en ouder in Nederland een Spoedeisende-Hulpafdeling van een ziekenhuis na een privé-valongeval, dat wil zeggen dat er geen andere mensen bij betrokken zijn. Denk aan uitglijden of van een huishoudtrapje vallen. Er overleden 4.396 ouderen ten gevolge van een val. Met andere woorden in 89 procent van alle dodelijke ongevallen bij 65-plussers in 2018 was er sprake van een val. [\(Lees verder ...\)](#)

Aanbod

We hebben contact gezocht met het Vechtverband (een samenwerkingsverband van huisarts, apotheek, thuiszorg en ergotherapie) dat het programma *Blijf Gaan en Staan* heeft ontwikkeld. [\(Lees verder ...\)](#) Als SRSV hebben we hen voorgesteld om dit programma van medische valpreventie (met verwijzing en vergoeding door zorgverzekeraar) in heel Stichtse Vecht uit te rollen.



Seniorenraad

Stichtse Vecht

Voor opschaling van programma's en activiteiten van wijk-samenwerkingsverbanden wordt Vechtverband ondersteund door RegiozorgNU. Op dit moment zijn zij actief bezig om deze uitrol te realiseren.

Daarnaast heeft Team 1 van het Lokaal Sportakkoord als een van de ambities niet-medische valpreventie opgenomen. Daaraan kan iedereen op eigen initiatief en kosten deelnemen.

Dossiers van het Rijk

Eind januari presenteerde de *Taskforce Wonen en Zorg* van VNG (Verenigde Nederlandse Gemeenten), Actiz (branchevereniging van zorgorganisaties), Aedes (branchevereniging van woningcorporaties) en de ministeries van VWS (volksgezondheid, welzijn en sport) en BZK (binnenlandse zaken en koninkrijksrelaties) plannen om zo snel mogelijk in de woon- en zorgbehoeften van ouderen te voorzien. De programma's *De Juiste Zorg op de Juiste Plek* en *Langer Thuis* etaleren aansprekende voorbeelden van voorkómen van (duurdere) zorg, verplaatsen van zorg (dichterbij mensen) en vervangen van zorg (door bijvoorbeeld eHealth). Op 30 juni 2020 verscheen tevens de definitieve versie van *Oud en zelfstandig in 2030 Aangepast REISadvies* van de commissie Toekomst zorg thuiswonende ouderen. Deze dossiers bevatten belangrijke informatie voor toekomstige ontwikkelingen, landelijk, regionaal en lokaal.

Samenstelling SRSV

In juni 2020 is Fred Berghout uit Kockengen toegetreten als bestuurslid van SRSV. Fred werkte mee aan de totstandkoming van de Sociale Coöperatie AanZ die begin februari van dit jaar in de gemeente van start ging. Deze coöperatie helpt inwoners van SV met een grote afstand tot de arbeidsmarkt om zich via parttime ondernemerschap of sociale activering te ontwikkelen en zo mogelijk door te stromen naar betaald werk.

Fred komt oorspronkelijk uit het bankwezen en werkte ruim 37 jaar bij ABN AMRO. Wij zien in Fred een waardevol bestuurslid en zijn blij met zijn toetreding.

Op zoek naar jeugdige senioren

De huidige Seniorenraad bestaat uit een enthousiast en dynamisch team van vier mannen en vier vrouwen. Nog twee erbij en we zijn weer op volle sterkte. Wij zoeken senioren uit de gemeente Stichtse Vecht die compassie hebben met oudere mensen, de meest kwetsbare in het bijzonder. Mensen die zich met hart en ziel in willen zetten voor het welzijn van hun medesenoren.

Interesse? Van harte welkom voor een oriënterend gesprek! Neem contact op met Irmgard Michielsen, voorzitter van Seniorenraad Stichtse Vecht: info@seniorenraadsv.nl of 0346 79 40 49.

Aan- en afmelden

Wij stellen het op prijs als u deze nieuwsbrief doorstuurt naar de mensen om u heen van wie u verwacht dat ze geïnteresseerd zijn.

De nieuwsbrief van de Seniorenraad Stichtse Vecht verschijnt twee keer per jaar.

- *Wilt u onze nieuwsbrief ontvangen?*
[Hier kunt u zich aanmelden voor de nieuwsbrief van Seniorenraad Stichtse Vecht.](#)
- *Wilt u onze nieuwsbrief **niet** meer ontvangen?*
[Hier kunt u zich afmelden voor de nieuwsbrief van Seniorenraad Stichtse Vecht.](#)

Contact?

Uw vragen, aandachtspunten en aanvullingen zijn meer dan welkom!

Fred Berghout, Marie-Madeleine Claassen,
Wilbert Linnemans, Gerda Mensink,
Irmgard Michielsen, Aldert Nooitgedagt,
Fer Poncia en Joke van Schoot