

Aan bestuur en fractie van [naam partij]

Betreft: *Wensen Seniorenraad SV inzake programma gemeenteraadsverkiezing 2022*

2 september 2021

Geachte leden van bestuur en fractie van [naam partij], beste [naam persoon],

Als Seniorenraad SV hebben we een droom: een blue zone* in Stichtse Vecht. Dat wil zeggen dat we streven naar een samenleving en leefomgeving waarin mensen gelukkig, gezond, zelfstandig en betekenisvol leven en heel oud kunnen worden. Her en der in de wereld zijn er concrete voorbeelden. In Nederland zijn er steeds meer initiatieven in die richting.

Onze leidraad is Positieve Gezondheid*, een andere kijk op gezondheid. Positieve Gezondheid gaat uit van de (veer)kracht, kunde en mogelijkheden van elk mens en elke gemeenschap en maakt het mogelijk om gezond te zijn, zelfs als de omstandigheden niet optimaal zijn. Gezond zijn is het 'vermogen' om je aan te passen en regie te voeren over het eigen leven, ondanks ziekte, moeilijke leefomstandigheden of een beperkte tijd van leven.

Zo stimuleren we een vitale gemeenschap en besparen we kosten voor Stichtse Vecht.

Wij vragen u als politieke partij in Stichtse Vecht om daaraan bij te dragen door in uw programma voor de gemeenteraadsverkiezingen op 16 maart 2022 aandacht te besteden aan een vijftal zaken.

PROGRAMMAPUNTEN INZAKE VITALE GEMEENSCHAP

1. Preventie: stimuleren en bevorderen van gezonde leefstijl

Mensen kunnen veel doen aan hun eigen gezondheid*. Vaak hebben ze daar een steuntje in de rug bij nodig. En als ze ervoor kiezen om gelukkig, gezond (fysiek en psychisch), zelfstandig en betekenisvol heel oud te willen worden, moeten ze op tijd beginnen. Voor kinderen begint dit bij de geboorte en voor senioren al vanaf 50 jaar. Dit is niet alleen een individuele zaak, ook een maatschappelijke. Als het aantal mensen met obesitas, hoge bloeddruk, suikerziekte, longaandoeningen, psychische stoornissen, overmatig alcohol- en andere drugsgebruik, enzovoort daalt, dalen ook de kosten van zorg, langdurige zorg en Wmo.

Wat is daarvoor nodig?

- a. Een fysieke leefomgeving die stimuleert om gezond te leven en uitdaagt om mee te doen en waar mensen zich veilig voelen en naar elkaar omkijken.
- b. Een digitale leefomgeving die mensen verbindt, uitdaagt en ondersteunt.
- c. Structureel en concreet aanbod van gerichte activiteiten om slechte gewoontes te vervangen door goede voor alle leeftijdscategorieën. Het gaat daarbij niet alleen om gezond eten, voldoende bewegen, goed slapen en stress beperken maar ook om liefdevol met elkaar omgaan, in elkaar geloven, elkaar helpen en een zinvol bestaan leiden.
- d. Structureel beleid gericht op het ontwikkelen van deze faciliteiten en activiteiten met aandacht voor informatieoverdracht en voorlichting onder meer met het oog op bewustwording*.

2. (Zorg)voorveld versterken*

We gaan naar een maatschappij waarin – onbetaald – omzien naar en zorg voor elkaar steeds belangrijker wordt. Bij allerlei ontwikkelplannen wordt daarop al geanticipeerd en krijgt het zogenoemde (zorg)voorveld of nuldelijn een steeds grotere rol toebedeeld.

Een sterk voorveld vergroot de kans op sociale cohesie in wijken en is van belang voor maatschappelijke deelname en preventie.

Ook bij de nieuwe inrichting van Wmo-begeleiding en Jeugdzorg, en de reorganisatie van de eerstelijnsgezondheidszorg wordt gerekend op een sterk voorveld. Zonder dat verder uit te werken.

Het krachtige voorveld dat daarvoor nodig is, ontstaat niet vanzelf. Daarvoor zijn vitale wijken nodig. Waar sleutelfiguren zijn en kartrekkers. Waar mensen elkaar vanzelfsprekend tegenkomen en elkaar willen leren kennen. Waar mensen samen dingen ondernemen. Waar mensen signaleren als het niet goed met iemand gaat en actie ondernemen.

In Stichtse Vecht is de vitaliteit van wijken, buurten en dorpen zeer verschillend. Er zijn veel slapende wijkcommissies. Er zijn lang niet overal ontmoetingscentra. Gebiedsgericht werken, ooit een speerpunt in Stichtse Vecht, is nog nergens echt van de grond gekomen.

Wat is daarvoor nodig?

a. Investeren in vitale, toekomstbestendige wijken, buurten en dorpen met deskundige wijkteams. Daarvoor moet een concreet beleid komen inclusief menskracht en een toereikend en structureel wijkbudget, om het voorveld in Stichtse Vecht voor te bereiden op nieuwe taken en vragen; op een maatschappij waarin men daadwerkelijk zorgt voor elkaar.

Met duidelijke afspraken over taken, verantwoordelijkheden en scholing om het (zorg)voorveld per wijk te activeren. Met samenwerkingsafspraken – in de vorm van convenanten - tussen wijkcommissies/dorpsraden, scholen, betrokken instanties, vrijwilligers plus ondersteuning vanuit gemeentelijke organisatie.

b. Informatieoverdracht en voorlichting met het oog op bewustwording aan inwoners.

c. Ontmoetingsplekken maken in elke wijk of buurt. Hierbij zou aangesloten kunnen worden bij bestaande sociale cohesie "eilanden", Zoals die van de kerken, sportverenigingen, zorg- en welzijnsinstellingen, die feitelijk al over ontmoetingsruimtes beschikken. Wellicht zouden die breder kunnen worden ingezet.

3. Wonen, met accent op cluster wonen

Cluster wonen is van belang omdat het concept al elementen van een Blue Zone in zich heeft. De bedoeling is namelijk dat bewoners er zelf gemeenschappelijke activiteiten organiseren, begeleid en gestimuleerd door elkaar of zo nodig door een instantie als Welzijn SV. Met aandacht voor fysiek en mentaal actief blijven, waar mensen het gevoel hebben dat ze van betekenis* zijn, onder meer ten opzichte van elkaar. Want nodig zijn* is meer betekenis krijgen, en bovendien van belang ter voorkomen en verhelpen van eenzaamheid. Waar mensen interesse hebben of ontwikkelen in kunst of (nog steeds of opnieuw) geloven in sprookjes en dromen ... Een vitale gemeenschap waar senioren met elkaar optrekken en als vanzelfsprekend naar elkaar omzien.

Wat is daarvoor nodig?

a. De gemeente Stichtse Vecht moet actieve grondpolitiek voeren, en het niet overlaten aan de markt. Zo nodig zelf bouwgrond kopen.

b. Het lef hebben om ruimte te maken voor minimaal een project van 200 clusterwoningen in SV en het liefst voor meerdere projecten van cluster wonen. Hierbij kan het gaan om woonvormen voor samenwonende senioren in Knarrenhof-achtige concepten tot aanleunwoningen bij verpleeghuizen, maar ook om gezamenlijk woonvormen voor de verplichte maatschappelijke opvang van jeugdigen, met zorgindicatie.

Nota bene.

c. Stichtse Vecht zou de politieke keuze moeten maken om de voorwaarden bij bouwprojecten te verruimen. De enige eis die ze stelt is een bepaald percentage sociale woningbouw. Dat komt anno nu niet overeen met de (toekomstige) behoeften van de inwoners.

Bij voorgenomen en huidige projecten zouden een flink aantal woningen beschikbaar moeten komen voor senioren (ook vanwege de doorstroming).

Omdat de gemeente die eis niet heeft neergelegd bij de investeerders van Planetenbaan en Bisonspoor, moet dat alsnog achteraf. In combinatie met voorzieningen en ontmoetingscentra in de plinten van de woontorens. Daarbij zou je een organisatie zoals Welzijn SV moeten inzetten in een nieuwe taakstelling om sociale cohesie te bevorderen en activiteiten te organiseren. En bij de woningtoewijzing zou je duidelijk moeten maken dat als je daar gaat wonen er verwacht wordt dat je gemeenschappelijk dingen onderneemt en omziet naar elkaar. Hetzelfde geldt voor het bouwplan van ca 3000 woningen in Breukelen. Daar zou een seniorenclusterwonenproject als Knarrenhof, goed passen.

d. De prestatieafspraken met woningcorporaties in Stichtse Vecht moeten afspraken gaan bevatten over senioren en/of nultredewoningen. Doordat deze afspraken nu ontbreken en deze hooguit een pilot over een 'wooncoach senioren' bevatten, zien we dat de clustering van bewoning door senioren wordt verstoord. Ook de doorstroming van de woningmarkt wordt verstoord.

Woningen die niet gevuld kunnen worden met senioren, worden verstrekt aan gezinnen en jeugdigen, waardoor het aanbod voor senioren afneemt. Het weglekken van dit woningaanbod is ongewenst. Wij vinden het kortzichtig als er alleen bij bouwplannen afspraken worden gemaakt over extra zorgwoningen voor senioren, terwijl men deze bij de achterdeur door een gebrek aan prestatieafspraken weer laat verdwijnen.

4. Aanspreekpunt Sociaal Domein

Het sociaal domein is voor ouderen versnipperd met verschillende loketten voor Wmo begeleiding, Wmo vervoer en hulpmiddelen, Wmo huishoudelijke hulp, thuiszorg, langdurige zorg, preventieve ouderenzorg, specialistische ouderenzorg, huisartsenzorg, et cetera. Dit moet anders, te beginnen met een centraal punt waar ouderen die vastlopen in het web terecht kunnen.

Mensen die van doen hebben met voorzieningen in het sociale domein (cliënten, patiënten, mantelzorgers, zorgprofessionals et cetera) moeten weten bij wie ze terecht kunnen als zij problemen ondervinden.

Wat is daarvoor nodig?

Een lokaal ombudsmens die gemakkelijk en drempelloos bereikbaar is, waar alle mensen uit SV terecht kunnen met hun vragen, opmerkingen en klachten. Een onafhankelijke positie, taakstelling en budget is dan nodig.

5. Gemeentelijk beleid en uitvoering

Het heeft de afgelopen collegeperiode ontbroken aan een gestructureerd integraal gemeentelijk ouderenbeleid, terwijl ons dit wel was beloofd in het College werkprogramma 2018-2022. En dat is volstrekt onbegrijpelijk omdat er reeds een **Nota Ouderen 2016-2018 Zilver aan de Vecht** lag. Een prima, compleet en praktisch plan, waaraan wij met veel plezier ons steentje hebben bijgedragen. Maar ... de uitvoering laat te wensen over en de nota is nog steeds niet geactualiseerd. Sterker nog, de gemeente voert geen doelgroepenbeleid meer, en dus geen ouderenbeleid, zo wordt geclaimd. Waarom staat dit dan wel in het Collegewerkprogramma en in de takenlijst en portefeuille van de wethouder Sociaal Domein op de gemeentelijke website?

Wij denken dat een spraakverwarring hiervoor mede oorzaak is. Ouderenbeleid is namelijk *geen*

doelgroepenbeleid maar levensfasebeleid. Een levensfase is geen doelgroep, zolang eenieder die tijd van leven heeft, de fase doorloopt. In het zwartboek Triage COVID-19 pandemie wordt dit expliciet gemaakt.

Gestructureerd ouderenbeleid is zelfs wettelijk verplicht, kijkend naar artikel 5.a. Wpg. Stichtse Vecht blijft hier in gebreke. En op Overheid.nl staat ten aanzien van [Zilver aan de Vecht: Geldend van 16-06-2016 t/m heden](#).

De uitvoering van andere beleidsplannen is opgeschort ... Dat moet anders.

Wat is daarvoor nodig?

- a. Een gestructureerd en integraal ouderenbeleid. Als we willen koersen op een situatie waarin Stichtse Vecht een Blue Zone in het Groene Hart wordt, kom je niet uit met een lijst van losse acties die 'iets' met ouderen te maken hebben. Deze brengen ons nergens of slechts per toeval. Wij pleiten er daarom voor om de Nota Ouderen 2016-2018 *Zilver aan de Vecht* te actualiseren en als uitgangspunt te gebruiken voor integraal ouderenbeleid. Niets nieuws, dat was immers reeds in de huidige collegeperiode beloofd.
- b. Als uitgangspunt invoeren en in de praktijk brengen dat uitvoering onlosmakelijk verbonden is met beleid. Beide verdienen evenveel aandacht. Heldere, haalbare doelen stellen, structureel en zorgvuldig in de gaten houden of de uitvoering op koers ligt en zo nodig bijsturen.
Duidelijk maken wie waar verantwoordelijk voor is binnen de gemeentelijke organisatie.

Uiteraard willen we deze punten graag nader toelichten, uw vragen beantwoorden en er met u over van gedachten wisselen. Hieronder volgt nog enige achtergrondinformatie over de Seniorenraad SV en een overzicht van onze zorgen en speerpunten. En in de bijlagen vindt u nadere toelichting bij een aantal kernzaken (in de tekst gemarkeerd met*).

Achtergrond Seniorenraad Stichtse Vecht

Als Seniorenraad SV bouwen we – samen met zo veel mogelijk partners – permanent aan een beweging van senioren in SV. Een beweging die mensen verbindt, informeert en bewust maakt*.

Wij vertolken de stem van alle inwoners van SV die als zij de tijd van leven hebben ook senior zullen worden. Onder meer door gevraagd en ongevraagd adviezen uit te brengen, mee te denken en informatie te verstrekken aan beleidsmakers in SV en relevante instanties. Op die manier willen we ervoor zorgen dat zij allen in hun (beleids)plannen, projecten en activiteiten senioren betrekken, hun belangen meewegen en hun meerwaarde erkennen.

Het feitelijke aantal senioren neemt de komende jaren enorm toe, ook in Stichtse Vecht. Al aan het eind van de volgende collegeperiode (!) zal het aantal 75+ers zijn toegenomen met 40 procent vergeleken met 2020 en het aantal 85+ers met 45 procent. Daarop moet de gemeente en de gemeenschap zich voorbereiden. Nú. Als je vitaal oud wil worden moet je daar op jeugdige leeftijd al voor kiezen en naar handelen. Alleen samen kunnen we op weg naar een gemeente waar het goed toeven* is. Een gemeente die vanzelfsprekend in al haar beleid en de uitvoering daarvan ook en zo nodig specifiek rekening houdt met die steeds groter wordende groep oudere inwoners.

Zorgen

Als Seniorenraad SV maken we ons zorgen over een aantal gemeentelijke zaken die de weg naar een seniorvriendelijke gemeente* belemmeren ...

In het algemeen

- Het ontbreken van een structureel ouderenbeleid in gemeente SV.
- De communicatie met de Adviesraad Sociaal Domein SV blijft eenzijdig: zij vragen om advies, wij geven dat. Het lukt niet om daarbij inhoudelijk met elkaar van gedachten te wisselen en samen te werken. Onze adviezen krijgen weinig inhoudelijke opvolging omdat de Adviesraad universele adviezen zonder de schijn van belangenbehartiging wil geven.
- Het Zorgplatform is nog niet in actie.
- Stichtse Vecht heeft een zwakke gemeentelijke organisatie.
- De gemeenteraad heeft als hoogste bestuursorgaan van de gemeente te weinig invloed. We zouden een actieve uitvoering van de volksvertegenwoordigende taak omarmen, zoals beschreven in [De bestuurlijke rol van de raad \(2018, 37-38\)](#).

- Het lijkt erop dat geld de hoofdrol speelt, in plaats van de mensen om wie het gaat. Denk aan het risicovolle traject van aanbesteding Wmo-begeleiding en Jeugdzorg. Met name ten aanzien van kwaliteit, continuïteit van zorg en kans op budgetoverschrijding. Ook de overgangssituatie als gevolg van dit traject zorgt voor netelige situaties.
- Stichtse Vecht besteedt veel aandacht, tijd en menskracht aan het maken van beleidsplannen, maar er is te weinig aandacht, inspanning en budget voor de uitvoering daarvan.
- Ontbreken van (openbaarheid van) evaluatiegegevens.
- Er is te weinig aandacht voor nut en noodzaak van vitaliteit in dorpen, buurten en wijken. Dorpsraden, wijk- en buurtcommissies in SV zijn heel verschillend qua inzet en activiteiten. De gemeente heeft gebiedsgericht werken op een laag pitje gezet, en heeft geen duidelijke afspraken met deze raden en commissies gemaakt over taken en bijbehorende budgetten.
- Burgers zouden vaker en op tijd – van meet af aan – betrokken moten zijn bij processen, zodat burgerparticipatie hout snijdt.
- Het convenant van de gemeente met de Seniorenraad SV is niet herzien en gecontinueerd.
- Er is een tekort aan seniorenwoningen, waardoor ook de doorstroming wordt belemmerd.

In het bijzonder voor (toekomstige) senioren

- Gebrek aan passende woningen.
- Onvoldoende buurtcentra.
- Gebrek aan preventie van chronische ziekten (bewegen, voeding, alcohol/roken, connectie, enzovoort).
- Weinig (doeltreffende en structurele) anti-eenzaamheidsinitiatieven.
- Gebrekkig openbaar vervoer.
- Onvoldoende samenwerking tussen organisaties die zich inzetten voor senioren.
- Onvoldoende faciliteiten en stimulans om te kunnen groeien en bijdragen.
- Te weinig aandacht en inzet voor werkzoekende 50-plussers.
- Slechter wordende financiële situatie voor mensen zonder of met een klein pensioen.

Als Seniorenraad SV hebben we voor het lopend jaar gekozen voor een tweetal inhoudelijke **speerpunten**. Alle domeinen van Positieve Gezondheid spelen bij elk hiervan een rol.

1. Zorg, in het bijzonder de preventieve component.

Denk daarbij aan een gezonde leefstijl, zelfredzaamheid, Lokaal Preventieakkoord en sociale cohesie.

2. Leefomgeving, waaronder wonen.

Onder meer Woonzorgvisie, grondposities, gemeentelijk beleid en regie bij voorgenomen en huidige woon(zorg)projecten, vitale wijken, buurten en dorpen.

Bedankt voor uw aandacht. We hopen dat u deze aandachtspunten zult incorporeren in uw verkiezingsprogramma! Veel succes bij het opstellen daarvan.

Hartelijke groet, namens alle leden van Seniorenraad Stichtse Vecht,

Irmgard Michielsen, *voorzitter*

Bijlagen

1. Seniorvriendelijke gemeente?

blue zone, betekenisvol, goed toeven, nodig zijn

Dat wil zeggen ...

- o Een veilige en gezonde leefomgeving die uitnodigt om in beweging te komen, gezonde keuzes te maken, elkaar te ontmoeten, krachten te bundelen en naar elkaar om te zien.
- o Waar voorzieningen zijn die het leven aangenamer en gezonde keuzes makkelijker maken, zoals winkels, drempelloos ontmoetingscentrum, culturele activiteiten, openbaar vervoer, (gezondheids)zorg en sportfaciliteiten.
- o Dat er voldoende en passende woningen zijn, zodat mensen zo lang mogelijk zelfstandig in hun vertrouwde omgeving kunnen blijven wonen of kunnen kiezen voor woonconcepten die beter bij hun nieuwe levensfase passen. Woningen waarin aanpassingen mogelijk zijn als ze nodig zijn en zorg aan huis kan worden geboden.
- o Dat (toekomstige) senioren die ondersteuning en zorg nodig hebben, in welke vorm dan ook, die op een eenvoudige manier kunnen krijgen.
- o Dat de talenten, ervaringen en kennis die (toekomstige) senioren in huis hebben op de juiste waarde worden geschat en worden ingezet. Zodat zij een leven lang kunnen groeien én bijdragen voor een betekenisvol leven.

2. Vooruitzicht van de toekomstschetsen voor senioren in SV

blue zone

- o Steve Jobs ontwikkelde de iPhone op het moment dat zo iets er nog helemaal niet was en mensen dachten: “Je gaat toch zeker niet met een apparaat van 1000 euro in je zak rondlopen, zeker geen kinderen.” Maar 15 jaar later is dat wel het geval. Jobs zei: “Mensen weten niet wat ze willen. Dat weten ze pas op het moment dat ze het zien.” Jobs haalt daarbij Henry Ford (autofabrikant) aan die zei: “Als ik mensen had gevraagd wat wil je nu precies, dan hadden ze gevraagd om een sneller paard.”
Beide heren hebben bedacht wat mensen daadwerkelijk zouden kunnen gebruiken; dat zijn ze gaan ontwikkelen en ze hebben het gebruik ervan zo gemakkelijk gemaakt, dat iedereen het is gaan gebruiken en inmiddels denkt dat ze er niet meer zonder kunnen.
- o Van deze visie proberen wij in Stichtse Vecht te leren. Als wij een waardevol toekomstbeeld voor senioren kunnen schetsen, dat over kunnen brengen en praktisch kunnen maken, hebben we een kans dat het op de juiste agenda's komt en gebruikt gaat worden.

3. Moment van starten

bewustwording, werken aan eigen gezondheid, betekenisvol

- o Met het voorbereiden op het ouder worden, moet men op tijd beginnen. Zowel de gemeente als de inwoners. Rond hun 50^e zouden mensen zich al af moeten vragen wat ze zelf kunnen doen om hun volgende levensfasen gemakkelijker en aangenamer te maken. Door na te denken over en te werken aan leefstijl, eigen lokale netwerk, valpreventie, wonen, eenzaamheid, mantelzorg, pensioenmoment, financiële situatie et cetera.
Als SRSV zouden we ons op het grote mutatiemoment (55-65) moeten concentreren. Dan komen mensen veelal in een andere realiteit en zouden ze bewuste keuzes moeten maken. Kinderen het huis uit, professionele identiteit houdt op (daar weet niet iedereen raad mee), relaties komen vaak weer onder druk te staan, gezondheid wordt minder. Een cruciale fase voor veel senioren. Dan moeten mensen bewuste keuzes maken. De leefomgeving moet dit makkelijk maken. Anders bestaat de kans dat ze terechtkomen in een rol, die ze later wel eens kunnen betreuren.
- o Zingeving (zie ook hieronder). Betekenisverlies is veel essentiëler dan mensen zich realiseren.
Een (groot) aantal senioren onderschatten – en dat geldt in het bijzonder voor mannen – hoe zingeving vaak verbonden is met hun professionele rol die ze hebben gespeeld in de publieke sector, in het bedrijfsleven of waar dan ook. En wat het betekent zodra ze die betekenis verliezen. Ze zijn van de ene op de andere dag van alles kwijt, hun werk, status, en daarmee ook alle emolumenten en machtsmiddelen die ze hadden. En wat dan? Dat zijn veel ingrijpendere momenten dan we ons realiseren. Vooral mannen worden ermee geconfronteerd en weten zich er geen raad mee. Veelal hebben vrouwen nog andere rollen – zoals moeder - gespeeld en vrouwen organiseren zich en blijven op allerlei manieren actief.

Voor ons als SRSV is een taak weggelegd voor die leeftijdsgroep van 50-65, en mannen in het bijzonder. We zijn immers opgericht om op te komen voor senioren. We moeten ze helpen de kansen van de nieuwe levensfase in te zien en de nadelen van het afglijden naar de geraniums en alle gerelateerde problemen van dien, zoals sociaal isolement, overgewicht en overmatig alcoholgebruik, wegduiken in vergetelheid en zelfverwaarlozing. Ook die mannen zouden zo lang mogelijk in een Blue Zone moeten kunnen leven en in sprookjes blijven geloven. (Zie ook hieronder bijlage: *Zingeving*)

- o **Nota bene.** Er komt een leeftijd waarop bewustwording en voorbereiden op ouder worden niet meer zo relevant is. Dan zijn er andere wensen en noden. Dat is een ander thema. Zij zitten meer aan de vragende kant (gezellige activiteiten om elkaar te ontmoeten, zorg aan huis, woningaanpassingen, winkels in de buurt, een buitengebeuren en goede ventilatie in hun verpleeghuis). Voor anderen moet worden gezorgd zodat ze zo lang mogelijk deelnemen en bijdragen aan de samenleving.

4. Zingeving

betekenisvol, nodig zijn

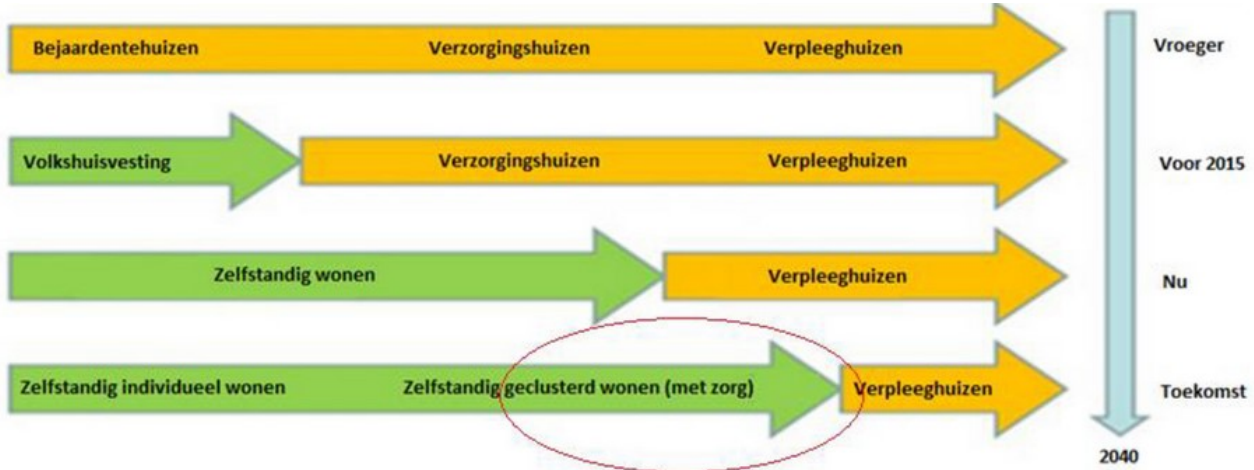
- o Zingeving is voor ieder mens van belang, in alle levensfasen, maar komt te weinig aan bod in de zorg en bij gemeentebeleid.
‘Nodig zijn’ is voor veel mensen een vorm van betekenis hebben. Senioren kunnen zich op allerlei manieren nodig voelen. Als opa of oma, als vrijwilliger, als mantelzorger, als lid van een sportteam, zorgzame buur, als luisterende vriend, als maatje, et cetera.
Het is ook van belang om als samenleving betekenisvolle rollen te organiseren en in stand te houden. Oudere mensen kunnen hun vele ervaring, kennis, talent en energie maatschappelijk inzetten. Taken oppakken die ze in hun professionele leven ook hadden en hun vaardigheden of hobby’s inzetten. Denk aan webinars of cursussen, taallessen, kinderen met leerachterstand, opvang van vluchtelingen of statushouders, ondernemers coachen, sporters trainen of begeleiden et cetera.
- o Een gevoel van ‘nodig zijn’ vermindert vaak ook eenzaamheidsgevoelens.
Na ingrijpende levensgebeurtenissen (verlies van werk, start pensioen, overlijden partner) is er vaak sprake van identiteitsverlies en niet iedereen lukt het om zelf een nieuwe identiteit te bemachtigen. Ook al is dat in hun eigen belang.
Het helpt als mensen elkaar meeslepen en iets organiseren om mensen samen te brengen. Bijvoorbeeld via sportieve en/of gezellige activiteiten, een praatgroep (rouwverwerking) of dialoogtafel over senioren in SV. Zodra mensen elkaar leren kennen en een zekere band met elkaar ervaren, is de kans groter dat ze elkaar ook meenemen in gezamenlijke zaken.

5. Positieve Gezondheid

werken aan eigen gezondheid

Zie: www.iph.nl

6. Afbeelding 1: Nieuwe positie voor Wonen met zorg?



7. Afbeelding 2: Positie van Sociaal Netwerk als (zorg)voorveld versterken

