

# NUZO

senior burgerparticipatie provincie utrecht  
+ gedeelte gelderland

## Verlag Brede Netwerkbijeenkomst 6 februari 2025

---

### KEYNOTE

---

Dominique Verté - hoogleraar gerontologie in Vlaanderen

#### Visie

Dominique Verté, deed onderzoek in Vlaanderen en Nederland, vertolkte en illustreerde de visie die NUZO met hem deelt:

Laat burgers participeren, in de betekenis van: betrek hen actief, luister naar hun noden en behoeften, beschouw burgers als volwaardig, laat ze hun competenties inzetten. En dat geldt met name voor ouderen nu de demografische ontwikkeling (vergrijzing en ontgroening) evolueert, hetgeen vraagt om creatieve vernieuwing en verschuiving van paradigma's.

De uitdaging waarvoor we staan is niet op te lossen met meer professionalisering en meer professionals, is zijn betoog. Die zijn er niet voldoende. En ook nu al is de informele zorg groter. Er is een conflict van paradigma's, het medische en het welzijnsmodel. De wetgever zou partijen in zorg en in welzijn moeten verplichten om samen te werken.

## Aanbevelingen

Verté geeft ook aanbevelingen over wat ons te doen staat.

Vernieuwing moet van onderop komen. Er is *geen* eenduidige oplossing want elke lokale context en elke schaal is anders. Het is de kunst om de lokale behoefte EN de lokale capaciteit (formeel en informeel) te kennen en aan elkaar te breien. Om te zoeken naar partijen en personen die willen participeren: burgers, middenstanders, apotheek, kapper, wijkagent etc. Daar zijn sleutelfiguren te vinden. Zij kunnen hulpvragen vroegtijdig opsporen. Welzijn is de voorloper van zorg.

Belangrijk is dat burgers zich bewust worden van hun levensfase waarin men - zeker na een ingrijpende gebeurtenis zoals pensionering of verlies van partners - verbinding in de lokaliteit nodig heeft, waar men in voorgaande periode wellicht minder behoefte aan voelde. Er is bewustwording nodig dat het belangrijk is om te investeren in de lokaliteit.

Lokaal zijn er al veel initiatieven en experimenten die passend zijn in hun context.

Het is belangrijk dat die niet ad hoc blijven maar structureel worden. En daarbij is facilitering en een stukje professionele inzet nodig. Daarnaast biedt samenwerking met jongeren kansen voor het volledig benutten van gemeenschapskracht en vruchtbaar en plezierig samenwerken die nu nog vaak onbenut blijven.

Speciale aandacht moeten we hebben voor hen die 'niet hebben', voor hen waarbij sprake is van cumulatieve achterstelling, opgebouwd in de loop van het leven. Zij zijn de burgers die de meeste kans lopen op een langdurige periode van ziekte, zeker in de laatste decennia van het leven. Hun levensverwachting is lager en het aantal levensjaren in ziekte is groter.

Kortom: sociale vernieuwing is nodig en moet van onderop komen, van onze burgers (die competent zijn!) met enige facilitering van professionals. Goed nieuws is dat er in Nederland veel meer dan in Vlaanderen ouderen als vrijwilliger actief zijn.



---

# WORKSHOPS

---

## Voorbeelden hoe ouderen met samen kunnen organiseren

Elisabeth van Oostrum

Bij de workshop waren 12 deelnemers afkomstig van o.m. Pharos, Movisie, Vilans, Zorgzame Buurt Bilhoven, verpleeghuis Doorn, Power Houten, U op Leeftijd/SOMNL, Goede Buur Amersfoort, Wijkplatform Overvecht.

Elisabeth begon met een schets van haar ervaringen, o.m. als lid van de Raad van Ouderen. Vanuit de Raad is indertijd het advies 'Thuis in de wijk' ( <https://www.beteroud.nl/voor-ouderen/raad-van-ouderen/adviezen/thuis-in-de-wijk-nu-en-straks> ) aan de minister van VWS uitgebracht. Hiervoor waren veel ouderen bevroegd. Over het algemeen waren mensen heel tevreden en maakten zich eigenlijk geen zorgen over de toekomst. Velen hadden als motto 'wie dan leeft, wie dan zorgt'. In het advies werd gesteld dat dit 'die dan leeft, die dan zorgt' zou moeten worden. We moeten immers allemaal meer voor onszelf en voor elkaar gaan zorgen. Aangegeven werd dat men contact met de burens belangrijk vindt, evenals een toegankelijke ontmoetingsplek.

Elisabeth had ervaren dat een 'ramp' zeer verbindend kan werken in een buurt. Bijvoorbeeld ervaringen opgedaan in coronatijd, maar ook bijv. de valwind in Leersum. En vaak doen mensen veel meer aan sociale ondersteuning in hun buurt dan men zich realiseert.

Verder wees zij op het belang van de inrichting van de openbare ruimte, zie bijv. uitkomsten van het onderzoek van het Louis Bolk Instituut ( <https://louisbolk.nl/> ). Dit heeft een positieve uitkomst op verminderde zorgkosten. Helaas worden dergelijke uitkomsten niet in de politiek teruggezien. Interessant is in dit kader de 'Belofte van de gemeenschap en 7 belemmerende mythes' van het Ben Sajatcentrum in Amsterdam ( <https://bensajetcentrum.nl/assets/2025/01/De-belofte-van-de-gemeenschap-zeven-belemmerende-mythes-januari-2025.pdf> ).

In de uitwisseling die volgde werden initiatieven en ervaringen gedeeld over de mogelijkheden van wandelclubs, samen eten, leesclubs, activiteiten in de bibliotheek, weekborrel voor de buurt, e.d. Ook kwamen zaken als hoe ga je om met 'vraagverlegenheid', vaak blijkt dat hulpaanbieder snel afhaakt als de hulpvrager niet goed en duidelijk zijn/haar vraag kan formuleren. Verder werd ook gesproken over het belang van wederkerigheid bij activiteiten als vrijwilliger aan de orde. Dit bracht het gesprek op zingeving/ betekenisvol contact.

# Wat ouderen zeggen – Senioren Raad Stichtse Vecht (SRSV)

## Jaap Velzel

De SRSV wil de sociale cohesie in de gemeente versterken. De gemeente Stichtse Vecht bestaat uit het grote Maarssen en daarnaast kleine kernen. Om te werken aan het versterken van de cohesie wil de raad eerst spreken met de inwoners. Dat doen ze door het organiseren van wijkbijeenkomsten van plm 30 deelnemers waar in kleine groepjes aan dialoogtafels met getrainde gespreksleiders iedereen aan bod kan komen. De opbrengsten worden verwerkt in een geanonimiseerde bevindingenrapportage die gedeeld wordt met de deelnemers. Zij worden ook nagebeld om het contact warm te houden. Als men een hulpvraag heeft kan verbinding gelegd worden met de welzijnsorganisatie. Tijdens de bijeenkomsten wordt ook zichtbaar wie potentiële initiatiefnemers zijn. Op deze manier kunnen de deelnemers niet alleen gerichte informatie of ondersteuning krijgen maar ook zelf actief als vrijwilliger worden. Ouderen worden door deel te nemen zich bewuster van hun behoeften en ook van hun mogelijkheden om samen te werken aan oplossingen.

De SRSV heeft het afgelopen jaar 11 bijeenkomsten georganiseerd, 3 staan er op de rol.

De SRSV werkt samen met de welzijnsorganisatie, met zorginstellingen en huisartsen. Op basis van opgehaalde signalen en behoeften leggen ze contacten met het lokale speelveld. Ze denken en werken met hen mee aan oplossingen, waarbij senioren zelf een rol hebben.

Zo haalt de SRSV niet alleen op wat ouderen graag willen en wat/hoe ze kunnen bijdragen, ze stimuleert ook een andere mindset, het vormen van kleinschalige netwerken, een lokale gelijkwaardige samenwerking die past in de lokale setting, die per kern of wijk verschillend is.

SRSV heeft nog veel wensen. De actiebereidheid van burgers willen ze graag verhogen. Ze willen meer contacten met ouderen met een andere culturele achtergrond. Ze leggen hun oor te luister bij inspirerende kleinschalige initiatieven die bijdragen aan sociale cohesie. En willen hun opgedane kennis graag delen. Voor meer info of de ppt kunt u terecht bij [info@seniorenraadvn.nl](mailto:info@seniorenraadvn.nl)



## ‘Wijs in de Wijk’ in Veenendaal

### Jos Schilte

Veenendaal is verdeeld in vijf wijken. De initiatiefnemers van ‘Wijs in de Wijk’ hebben via een door de gemeente verstuurd brief enige jaren geleden alle 60 plussers per wijk uitgenodigd

Inmiddels hebben ze in vier wijken bereikt dat daar wekelijks zeer mooie en verbindende activiteiten worden georganiseerd. Elke wijk heeft een eigen bestuur en activiteitencommissie. Kartrekkers zijn altijd belangrijk bij dit soort activiteiten. De gemeente geeft subsidie voor de ruimten. Alle bestuursleden zijn vrijwilligers. Het is hun wijk.

Wijkbewoners leren elkaar kennen. Daardoor kunnen ze ook gemakkelijker elkaar om hulp vragen. Dat is vooral in de toekomst belangrijk als er steeds minder zorgprofessionals zijn. Met creëert daardoor naoberschap. Er komen per activiteit tussen 40 en 60 mensen. Elke vrijdag wordt er een email verstuurd inzake de activiteiten voor de volgende week. Men kan zich opgeven. Buiten een kleine bijdrage voor koffie/thee is toegang gratis. Bij workshops wordt voor materiaal een kleine bedrage gevraagd. Iedereen heeft ook een eigen naambordje, zodat je weet hoe iemand heet. Ook dat verbindt. De gemeente of andere organisaties kunnen makkelijk via de organisatie van ‘Wijs met je Wijk’ de wijkbewoners bereiken. Steeds wordt alles dus bottum up georganiseerd. Er wordt bijvoorbeeld een High Tea georganiseerd en iedereen brengt dan wat mee. Activiteiten worden altijd op een middag georganiseerd, op wisselende dagen, zodat ook mensen bij die activiteiten aanwezig kunnen zijn, die vaste verplichtingen (zoals oppas) hebben.

De gemeente is erg enthousiast over deze ontwikkelingen. Mede omdat het allemaal gebeurt door de inwoners zelf. Bij één wijk is het niet gelukt een bestuur/activiteitencommissie te formeren.

Jos Schilte hield over al deze ontwikkelingen een boeiend en inspirerend betoog en beantwoordde veel vragen van de aanwezigen.



# Samen Zorgen voor Elkaar Oudewater

## Joyce Jacobs

In de workshop Samen Zorgen voor Elkaar Oudewater vertelde Joyce Jacobs, bestuurder van de Stichting Zorg en Welzijn Oudewater en de Wulverhorst hoe in Oudewater een grote groep van vrijwilligers er met elkaar voor zorgt dat het in Oudewater prettig leven is, ook als er hulp en zorg nodig is. Het Touwteam (met 32 uur per week betaalde kracht, gefinancierd vanuit innovatiegelden van de zorgverzekeraar) vormt de schakel tussen informele en formele zorg. In buurten zijn vrijwilligers actief als buurtcoördinator. Zij vormen, vaak met behulp van een app-groep of buurtcirkels, de ogen en oren van hun straat of wijk. Hulpvragen worden zo gesignaleerd en als het kan informeel opgelost. Als intensievere hulp nodig is worden via het Touwteam eventueel professionals ingeschakeld. En in een Denktank denken ongeveer 25 inwoners, ouderen en jongeren, na over hoe je dit samen met elkaar zorgen voor elkaar verder kunt uitbouwen. De kracht van dit netwerk zit hem volgens Joyce in het lokale. Oudewater is een gemeenschap van ruim 10.000 inwoners, en zowel de vrijwilligers als de professionele hulpverleners kennen de gemeenschap goed. Het is zeer laagdrempelig en er is eigenaarschap. "Het is van ons!"

De ongeveer 15 aanwezigen in deze workshop reageerden enthousiast op het verhaal van Joyce en er werden veel vragen gesteld. Enkele van de vrijwilligers uit Oudewater, die ook aanwezig waren, vertelden hoe zij als buurtcoördinator of monitor van een appgroep inwoners in hun buurt of straat bijeenbrachten voor een kopje koffie of aan elkaar koppelden voor eenvoudige hulpvragen. Het resultaat is dat mensen elkaar ook om hulp durven vragen. Desgevraagd vertelde Joyce dat er maar weinig betaalde krachten werkzaam zijn in de organisatie.

De algemene conclusie was dat zulke initiatieven broodnodig zijn. Het Oudewaterse model zal niet een op een te kopiëren zijn naar andere dorpen, wijken of steden, maar je kunt je wel door de kernwaarden ervan laten inspireren. Aanbevelingen zijn: Kijken naar elementen die succesvol zijn. Goed je omgeving kennen en op zoek gaan naar sleutelfiguren in wijken en buurten. Die zijn overal. Goed luisteren naar wat er al is, wat er speelt en wat er nodig is. Een vliegwieltje aan zetten. Tevreden zijn met kleine stappen. Niet te groots denken etc.

"Voor meer informatie zie <https://search.app/FZUuNqmWWv41Dmex6>