**Senioren zelf aan zet, praat vandaag over morgen**

Het is algemeen bekend dat wij in Nederland, zeker ook in Noord-Brabant, in een rap tempo vergrijzen: we worden ouder en er komen ook steeds meer 65+ers bij. En dat zal de komende 20 tot 30 jaar nog veel harder gaan. Binnen 15 jaar zal circa 30% van de bevolking in Noord-Brabant 65+ zijn, en het aantal 80+ers gaat verdubbelen tussen nu en 2040.

Het mooie is dat senioren door alle vooruitgang, ook op medisch gebied, nog heel wat jaren vitaal zijn en blijven. Zeker tot hun 80e. Echter als mensen de leeftijd van 80 tot 85 hebben bereikt blijkt momenteel al 60% van hen afhankelijk te zijn of worden van zorg.

Ook in Noord-Brabant en Zeeland zal de komende 15 jaar het aantal ouderen met een zwaardere zorgvraag gaan verdubbelen. Zeker als het om dementie gaat: van de ouderen zal 1 op de 5 dementie krijgen, en specifiek bij vrouwen zelfs 1 op de 3. Van de mensen met dementie woont overigens nu al zo’n 75% gewoon thuis, totdat het echt niet meer gaat en opname in een verpleeghuis noodzakelijk wordt. En hier ontstaat wel een groot dilemma omdat zowel het aantal medewerkers in de zorg als het aantal mantelzorgers drastisch gaat kelderen. Alleen al in Noord-Brabant wordt voor de komende 10 jaar een tekort van 27.000 medewerkers in de zorg voorzien.

Hoewel er dus een stijging zal zijn van zorgvraag en vraag naar verpleeghuiszorg, zal het aanbod van zorg niet toenemen, simpelweg omdat er niet voldoende zorghandjes beschikbaar zijn en komen.

We moeten dus met z’n allen zo lang en zoveel mogelijk een komende zorgvraag in de eigen omgeving en veel meer met elkaar zien op te lossen.

Nu wachten senioren vaak te lang of hebben verkeerde verwachtingen waardoor zij niet goed zijn voorbereid op verminderende vitaliteit en -gezondheid die met veroudering samenhangen. Ze gaan pas iets ondernemen als het feitelijk te laat is en verliezen daarmee de regie.

Om te komen tot bewustwording in het proces over wat helpt om goed geborgd ouder te worden, met daarbij de best passende woonvorm en netwerk, worden door lokale KBO afdelingen in Noord-Brabant in samenwerking met Senioren Brabant-Zeeland bewustwordingscampagnes georganiseerd: Senioren Zelf aan Zet, Praat vandaag over morgen. De campagne kent inmiddels een aanpak met 3 tot 4 opeenvolgende bijeenkomsten, met medewerking van diverse lokale professionele partijen (zie verder bij opzet).

Als start van de bijeenkomsten neemt de beleidsmedewerker de aanwezige senioren mee in de huidige situatie en de ontwikkelingen, en maakt zij aan de hand van casussen duidelijk wat er op ons af komt. Zij geeft daarbij aan de hand van concrete cijfers en prognoses een indringend beeld waar we als samenleving voor komen te staan in onze gemeenschappen.

Veel senioren willen in hun huidige woning blijven wonen, en het is dus ook het beleid van de overheid dat we steeds langer gewoon thuis blijven wonen. Maar is die woning daarvoor geschikt, of eenvoudig geschikter te maken? Of is verhuizen toch slimmer? En waar naar toe dan? Wat moet men daarvoor doen? Maar ook zorgtechnologie en handige technische snufjes zullen meer en meer gemeengoed gaan worden.

Ook zal er ooit meer zorg nodig zijn, maar hoe doen we dat als er steeds minder zorgmedewerkers en mantelzorgers beschikbaar zijn? Op wie kunnen we terugvallen? Zouden we dan ook iets voor elkaar kunnen betekenen? En weten we wel wat er allemaal aan ondersteuning en welzijnsactiviteiten zijn waar we gemakkelijk een beroep kunnen doen of aan kunnen deelnemen? De sociale netwerkkaart die ter plekke wordt uitgereikt is daarvoor een heel mooi eerste hulpmiddel.

Tot slot zijn er ook professionele organisaties die zich hier mee bezighouden, waaronder de gemeente. Wat hebben zij te bieden nu en straks?

Al deze punten komen tijdens de 3 tot 4 KBO bijeenkomsten over de toekomst van wonen, welzijn en zorg aan de orde, met als voornaamste doel om senioren bewust te maken van wat er allemaal speelt en hen te stimuleren om tijdig en goed na te denken over hun verdere toekomst: toekomstig wonen begint nu. Uiteindelijk zijn de senioren zelf aan zet.

In de afgelopen 3 jaar zijn er zo al tegen de 100 bijeenkomsten geweest en dat heeft al heel veel respons opgeleverd. Er waren bijeenkomsten met 20 deelnemers en er waren er met 250. Bij de kleinere groepen is natuurlijk veel meer interactie mogelijk, en kan ook in groepjes meer op de materie worden ingegaan; bij de grote gezelschappen zijn het toch meer lezingen met vragen en reacties aan en uit de zaal.

**Campagne rond bewustwording: 3 tot 4 bijeenkomsten.**

1. De eerste themabijeenkomst wordt verzorgd door een projectmedewerker van Senioren Brabant Zeeland. Deze zal de start van deze campagne toelichten aan de hand van de huidige ontwikkelingen rondom genoemde thema’s: Wonen, Zorg en Welzijn.

2. Bij deze tweede bijeenkomst zal alles rondom Wonen centraal staan. De belangrijkste keuze om eigen huis aan te passen of toch te verhuizen naar een andere woning, die al toekomstbestendig is. De diverse mogelijkheden rondom beide opties zullen worden behandeld.

3. In deze derde bijeenkomst komen de onderwerpen zelfredzaamheid en preventie rondom Zorg en Welzijn aan bod. Wat kunnen we meer en langer zelf doen nu de zorgsector zo onder druk staat? Hoe kunnen we ons aanpassen aan een nieuwe toekomst met minder zorg. Wat is beschikbaar en wat mogen we nog wel verwachten van professionele organisaties.

4. Een vierde bijeenkomst met een grote rol voor de gemeente: wat kan de gemeente voor de senioren betekenen rondom de thema’s: Wonen, Zorg en Welzijn

**1e bijeenkomst van campagne: bewustwording**

Op de bewustwordings- c.q. startbijeenkomst neemt de medewerker SBZ de aanwezige senioren mee in de huidige situatie en de ontwikkelingen.

Zoals zij stelt: ‘we kunnen niet meer wachten, in de zorg is het al 5 over 12, het grote tekort aan geschikte woningen is bijna niet meer in te lopen, we staan met de vergrijzing voor een groot maatschappelijk vraagstuk waarvan de urgentie nog lang niet genoeg doorgedrongen is, noch bij gemeentes, noch bij corporaties, noch bij senioren, noch bij de samenleving’.

Het is een interactieve bijeenkomst, waarbij er uiteraard ook genoeg ruimte voor het stellen van vragen is. Ook gaan de aanwezigen aan de hand van concrete casussen met elkaar in gesprek gerelateerd aan de onderwerpen die in de bijeenkomsten aan bod komen.

**Programma:**

Deze (eerste) bijeenkomst neemt incl. een pauze circa 2,5 uur in beslag.

**Het eerste uur** is de presentatie van de beleidsmedewerker SBZ met alle ontwikkelingen; daar waar mogelijk zoveel mogelijk met cijfers op gemeenteniveau.

**Na de pauze, circa 15 minuten**, gaan senioren in groepjes van 6 tot 10 personen circa 45 minuten met elkaar in gesprek naar aanleiding van een of twee concrete en veel voorkomende casussen. Bedoeld om aanwezigen al aan het nadenken te zetten: wat zou ik doen als ik in deze situatie beland? Dan volgt een centrale afronding waarbij kort wordt ingezoomd op woning, woonomgeving en sociaal netwerk: wat is nodig en waar zou je over kunnen nadenken. Tevens wordt de sociale netwerkkaart toegelicht en uitgedeeld.

**2e bijeenkomst van de campagne: Toekomstbestendig wonen**

Centraal staat de keuze of ik in mijn eigen huis wil blijven wonen of dat ik wil verhuizen naar een andere woning. Deze bijeenkomst kent een hoog informatief karakter.

**Programma**

1. **Ik blijf in mijn eigen huis wonen**; hoe kan ik mijn woning zo aanpassen dat deze meer geschikt is? Maximaal 1 uur

* Opnieuw kan SBZ een presentatie verzorgen over de belangrijkste punten in en om het huis om het vallen in huis te voorkomen. Tijdens dit onderdeel gaan de aanwezigen al een korte lijst met belangrijkste punten voor de eigen woning invullen om te zien hoe geschikt de woning in de basis al is.
* Als er een woonscan of huistest op lokaal niveau beschikbaar is kan deze toegelicht worden
* Zo mogelijk financiële regelingen gemeente en mogelijkheid WMO als het gaat om aanpassen bestaande woning (info gemeente)
* Mogelijkheden mantelzorgwoning (info gemeente)

**Pauze 15 minuten**

1. **Ik wil verhuizen**. Afhankelijk aantal sprekers bij voorkeur 15 tot 20 minuten per persoon, maar maximaal 1 tot 1,5 uur (inclusief afronding)

Onderwerpen: Mogelijkheid huren of kopen, beschikbaarheid van geschikte woningen voor ouderen, nieuwbouwprojecten, financiële mogelijkheden, eventueel voorbeeld van gemeenschappelijk wonen/hofjeswonen/buurtwonen

Het gaat dan om de volgende vragen:

Wat zijn überhaupt de mogelijkheden? Wat zijn gewilde woningen en wat zijn de wachttijden.

Hoe lang moet je ingeschreven staan bij een corporatie?

Wat doen ze om senioren te ondersteunen rondom verhuizing naar een andere woning?

Welke (financiële) regelingen zijn er?

Welke nieuwbouw is voorzien?

Wat zijn de ervaringen bij koop en verkoop bij senioren?

Wat is de vraag en wat is het aanbod in de bestaande woningvoorraad (huur en koop)?

Hoe zit het met de totale woonlasten?

Krijg je nog een hypotheek als je 70+ bent? Is er een extra hypotheek op woning voor woningaanpassing mogelijk?

Uitgenodigd kunnen worden:

o Woonadviseur KBO voor huistest (1e deel)

o Woningcorporatie: geschikte woningen voor senioren, toewijzingscriteria, opplussen van woningen, beleid wonen senioren

o Makelaar die lokaal goed bekend is: hoe ziet de woningmarkt voor senioren eruit in deze gemeente?

o Projectontwikkelaar of gemeente als er concrete nieuwbouwprojecten zijn geschikt voor senioren

o Lokale) bank ivm mogelijkheden financiering: nieuwe woning, woningaanpassing, mantelzorgwoning, hypotheek op latere leeftijd

o (Zo mogelijk iemand die iets vertelt over gemeenschappelijk en geclusterd wonen (lokaal project)

**3e bijeenkomst van de campagne: De toekomst van de zorg is thuis**: ondersteuning, welzijn, sociaal netwerk

**Programma:**

**1e uur presentaties**

1. Wat zijn de belangrijke ontwikkelingen in de zorg, wat zijn de ervaringen van wijkverpleging en thuiszorg?
2. Wat zijn eventueel ook de ervaringen van een case manager dementie als het gaat om dementiezorg thuis
3. Welke instanties zijn in de gemeente actief om preventief te adviseren en te helpen op het gebied van Zorg en Welzijn, zodat we een zorgvraag zouden kunnen uitstellen: denk aan een sociaal makelaar, een dorpsondersteuner, welzijnswerk voor senioren, vrijwillige hulpdienst e.d. Wat doen ze, hoe werkt het en wat zijn de ervaringen
4. Wat heeft de KBO hierin al te bieden: KBO-dienstverlening op het gebied van de individuele belangenbehartiging, vrijwillige ouderenadviseur, KBO welzijnsactiviteiten op het gebied van ontmoeten, vitaliteit.

**Pauze 15 minuten**

**2e uur: in gesprek over het eigen sociale netwerk.**

1. toelichting en filmpjes sociale netwerkkaart en voorzorgcirkel (SBZ)
2. Het eigen sociale netwerk: in gesprek over de sociale netwerkkaart. Opnieuw (zoals bij de 1e bijeenkomst) gaan senioren in groepjes van 6 tot 10 personen circa 45 minuten met elkaar in gesprek over hun sociale netwerk en de mogelijkheid om op elkaar terug te kunnen vallen.
3. Uitnodigen voor een toelichting of presentatie kunnen zijn:

o Praktijkmedewerker van Buurtzorg of andere thuiszorgorganisatie

o De ouderenadviseur van gemeente, welzijnsorganisatie, of een dorpsondersteuner

o (Praktijkondersteuner) huisarts of casemanager dementie

o Clientondersteuner of VOA van KBO

o Vrijwillige dienstverlening in eigen gemeenschap, of organisatie die op dit terrein lokaal van belang is

**4e bijeenkomst campagne: de gemeente aan het woord en mogelijk laatste uur afsluiting met spel Hop On Hop Off**

Program-ideeën met een grote rol voor en van de gemeente:

. woonzorgvisie gemeente

. nieuwbouwplannen voor seniorwoningen

. mantelzorgwoning, woningsplitsing, erfdelen (ook in buitengebied)

. ruimte voor andere woonvormen, geclusterd wonen

. allerlei passende gemeentelijke (financiële) regelingen

. aandacht voor woon- en leefomgeving voor senioren

. ondersteuning voor wijkcentra, ontmoetingsruimten, huiskamers in de wijk

. aandacht voor preventie

. ondersteuning mantelzorgers, inzet wmo, vervoer

**Spel Hop On Hop Off,** een rondje door je eigen toekomst. Een bordspel ontwikkeld door ZorgSaamWonen waarbij allerlei aspecten die in de eerste bijeenkomsten aan de orde zijn geweest aan bod komen. Deelnemers spelen bij voorkeur in groepjes van 4 tot max 6 personen het spel en gaan met elkaar aan de hand van vragen op spelkaarten in gesprek over wonen, woonomgeving, sociaal netwerk en activiteiten