

<b>14.00-14.05</b>	<b>Welkom en toelichting op het programma</b>
<b>14.05-14.50</b>	<b>Presentatie door Els van Daal, beleidsmedewerker KBO Brabant</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Toekomstig wonen begint NU</b></li> <li>- <b>Toenemende vergrijzing en steeds minder zorg binnen bereik</b></li> <li>- <b>Passende woning – woonomgeving – sociaal netwerk</b></li> <li>- <b>Wat kunt u zelf regelen; waar is hulp bij nodig</b></li> </ul>
<b>14.50-15.00</b>	<b>Gelegenheid tot vragen stellen</b>
<b>15.00-15.10</b>	<b><i>Pauze</i></b>
<b>15.10-16.15</b>	<b>Casussen over situaties waarin u met ongemak, minder vitaliteit en zorg(en) te maken krijgt</b>  <b>Hoe woont u over 10 jaar?</b>  <b>5 Gespreksgroepen (5-6 pers) over de casussen en als laatste over de vraag wat u nodig heeft om zelfstandig te kunnen blijven wonen, en hoe te regelen.</b>  <b>Uitdelen Woonwensenformulier</b>  <b>Tijd voor het invullen van het Woonwensenformulier.</b>
<b>16.15-16.30</b>	<b>Plenaire afronding en mogelijkheden tot vervolg</b>
<b>16.30</b>	<b><i>Afsluiting.</i></b>



Seniorenvereniging KBO Bostel



**Programma: Weet u al hoe uw woontoeekomst eruit ziet?**



“

**Senior geschikt wonen?  
Nee joh, ik ben pas 80; dat  
komt wel als ik oud ben.**

**Toekomstig wonen begint NU**



# Levensplanning 0-67 jaar



HET  
enige  
DAT JE NU  
NOG  
MOET  
doen  
IS  
genieten  
VAN JE  
pensioen

**Vanaf 67 tot .....**



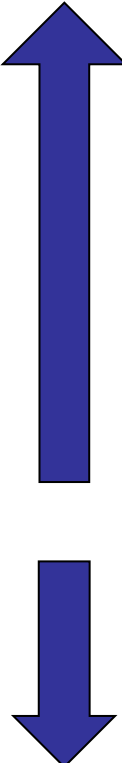
- “ Ik ben niet oud, ik wil niet oud zijn, dus ik vind het onzin om het er over te hebben
- “ Dat zien we wel als het zover is, komt tijd, komt raad
- “ Mogelijk wil ik over 15 jaar wel ...dus hoef er nu nog niets mee te doen
- “ Ik zou graag willen verhuizen, maar mijn echtgenoot wil van niets weten

Men komt pas in actie als er iets ingrijpends gebeurt, en dan bepaalt de omstandigheid het voor je

**Niet goed voorbereid op ouder worden: te laat in actie**

# Dubbele vergrijzing

Richting 2040:



ruim 28% van bevolking is 65+ in gemeente Boxtel  
bijna 1 op 10 inwoners is 80+

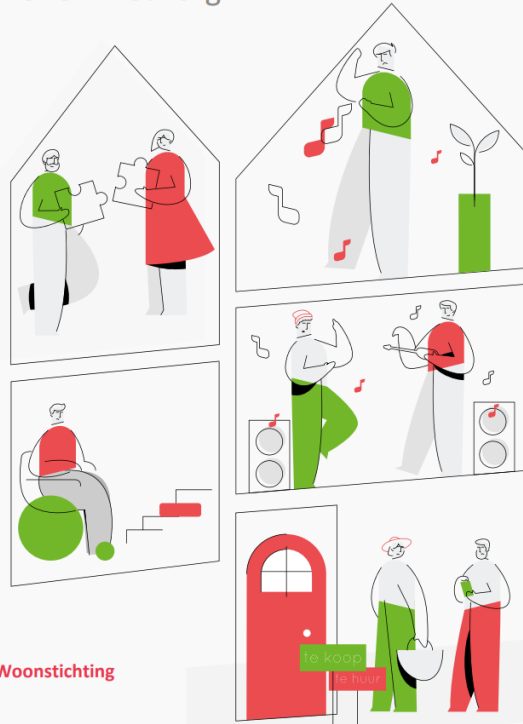
2/3<sup>e</sup> meer 75+ **huishoudens**: 25% van totaal in gemeente  
de helft van alle 65+ers woont alleen  
van alle 80+ers is dat 2 op de 3, vaker vrouwen.

intensieve zorgvraag verdubbelt

Door vergrijzing daling beroepsbevolking: na 2040 op elke  
gepensioneerde nog maar 2 werkenden

Bron: Provincie Noord-Brabant, Regiobeeld en CBS

**Demografische gegevens Boxtel**

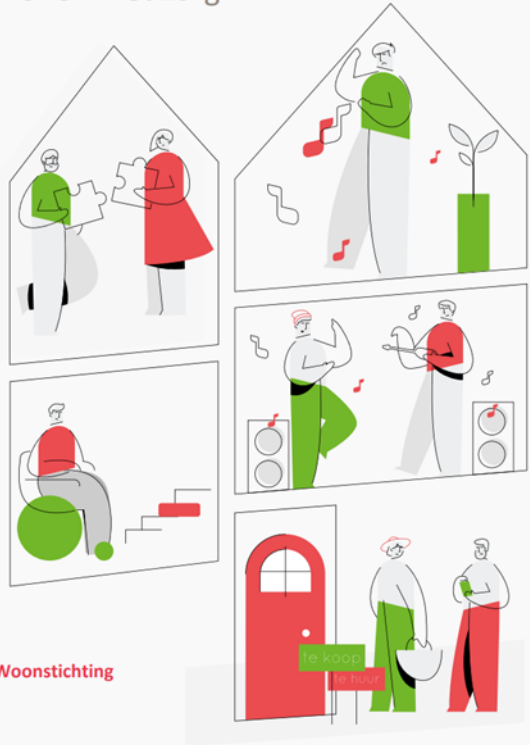


**In grote delen gemeente Boxtel wonen  
alleenwonende 75+ ers in een (nog) niet-  
geschikte woning**

**Slechts 13% woningen in Boxtel  
levensloopgeschikt**

**Bijna 63% woningen met (kleine)  
aanpassingen wel meer geschikt te maken**

**Zelfstandig maar niet passend**



**6% van senioren in Boxtel wil verhuizen,**

**25% van senioren wil misschien  
verhuizen  
gezondheid belangrijkste reden**

**Hoe ouder, hoe minder verhuigeneigd**

**Kans dat men eigenlijk MOET verhuizen  
stijgt vanaf 80 jaar;  
60% van 85+ is zorgafhankelijk**

**Senioren weinig verhuisbereid; gezondheid belangrijkste reden**



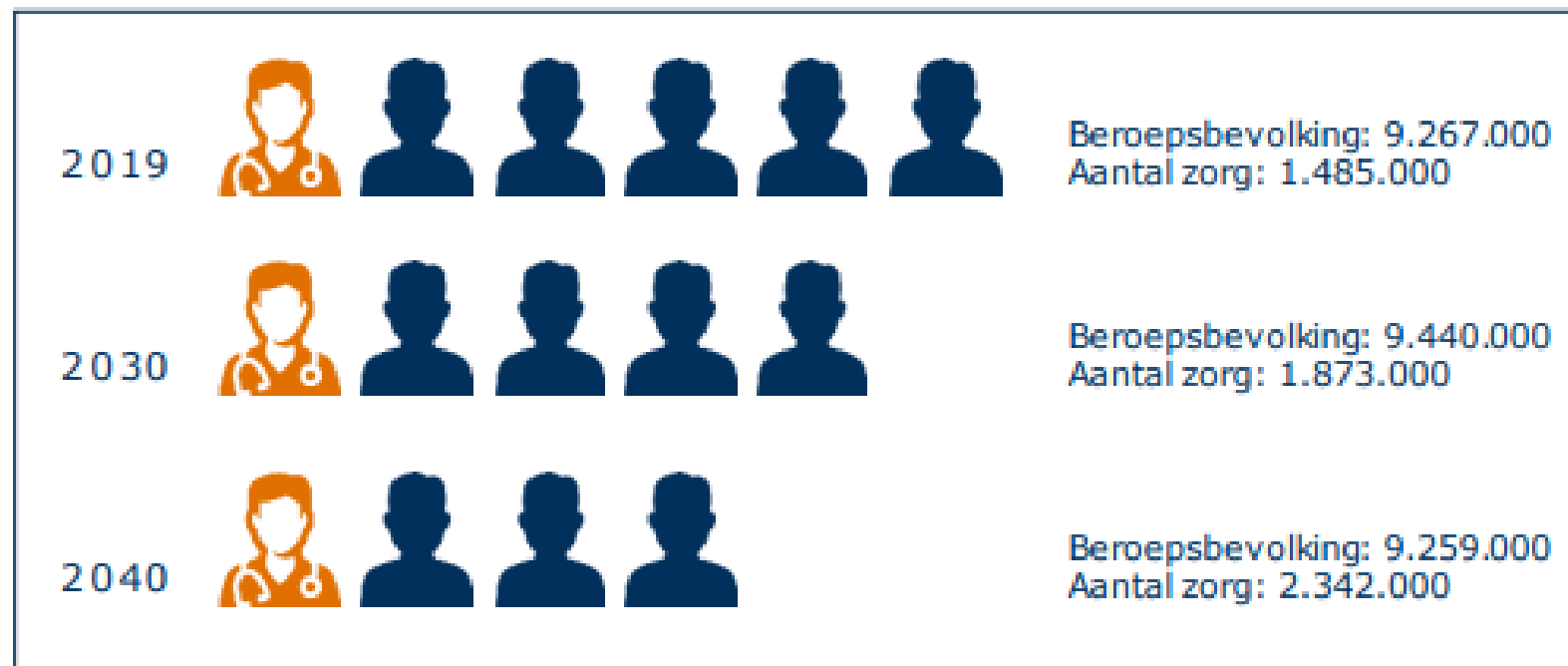


**Prognoses:**

In 2019 werkte 1 op 7 in de zorg,  
In 2040 zou 1 op 4 nodig zijn.

**Vergrijzing:**

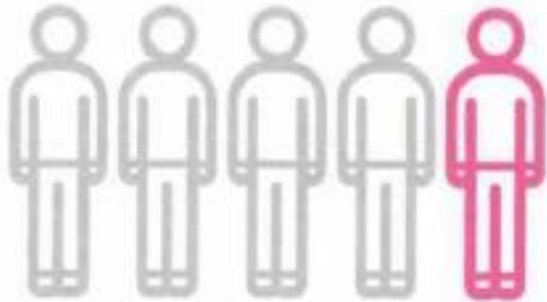
Structureel personeelstekort in  
de zorg:  
In 2031 in Noord Oost Brabant  
tekort van **7500** medewerkers



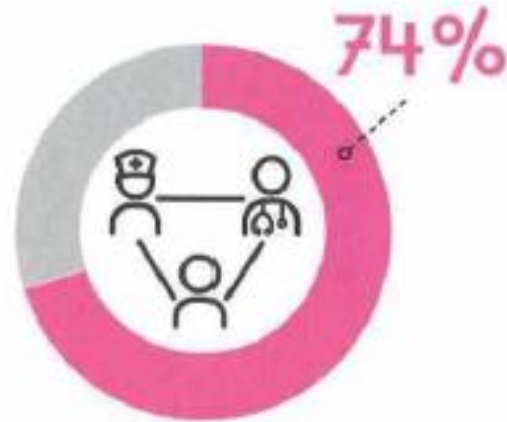
**Ontwikkeling beroepsbevolking extra negatief voor zorg**



## Dementiezorg is een uitdaging



1 op de 5 mensen  
krijgt dementie



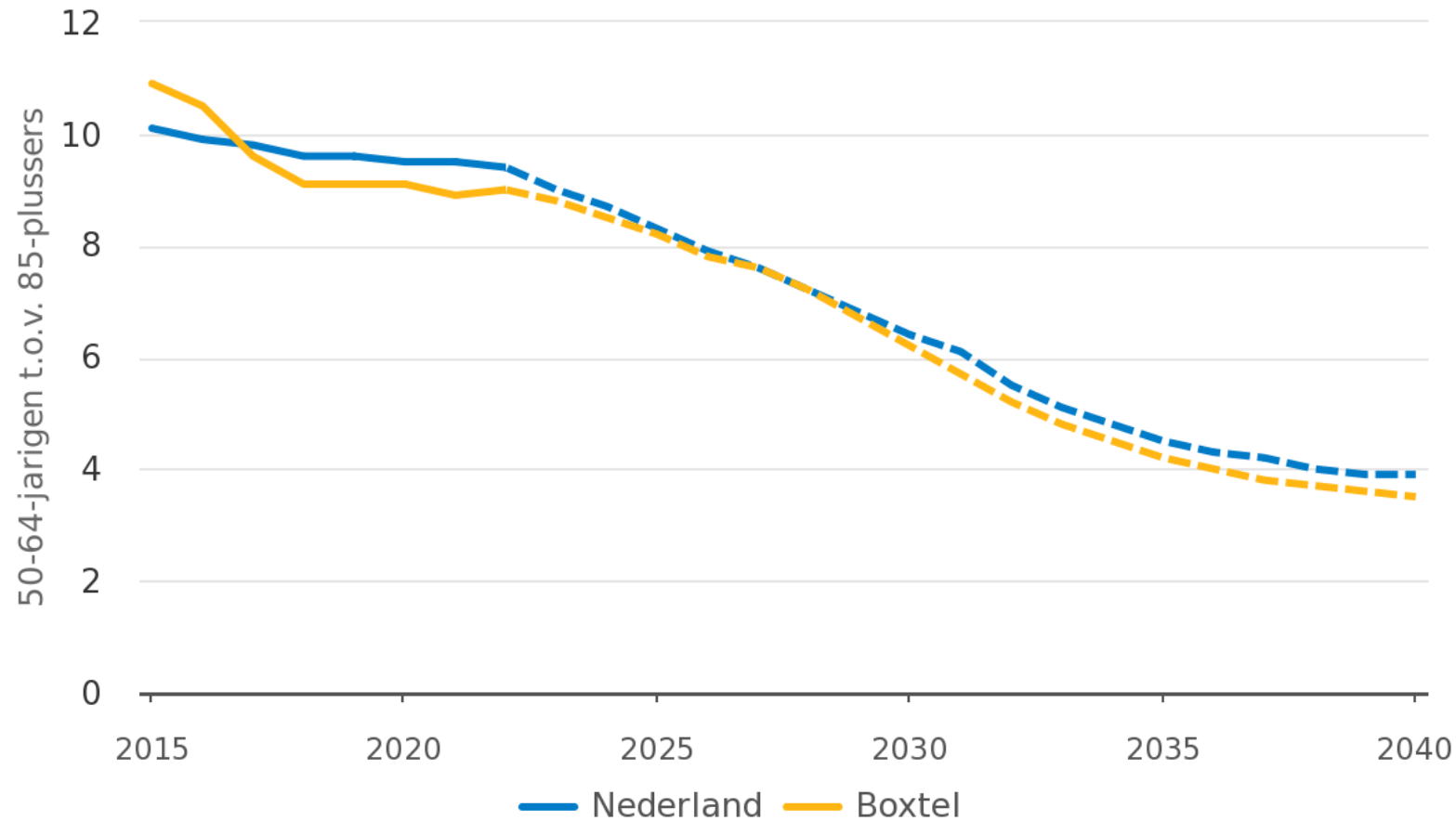
74% van de mensen met dementie  
woont thuis en is aangewezen op  
ondersteuning vanuit de gemeente



Verdubbeling van mensen met  
dementie in 25 jaar

**1 op 7 mannen en 1 op 3 vrouwen krijgt dementie**

# Mantelzorgpotentieel



**Potentieel aanbod mantelzorgers daalt snel en sterk**



Dubbele vergrijzing

Afname professionele  
zorg

Onvoldoende  
geschikte woningen

Onvoldoende  
mantelzorgers

**Kortom: we moeten wel iets gaan doen**



# Helder

**Handjes tekort: geen extra verpleeghuizen**

**Samenredzaamheid:  
ondersteuning en zorg wordt in buurt georganiseerd  
'omzien naar elkaar in de wijk'**

**(Toekomstige) ouderenzorg: via huisarts en  
wijkverpleegkundige, informele zorg,  
scheiden wonen en zorg, verpleegzorg en behandeling thuis**

**Technologie en digitale zorg**

**Zelf verantwoordelijk: preventie, gezonder oud worden**

**Zelf als het kan, thuis als het kan, digitaal als het kan**

Steeds meer zorgorganisaties passen een Schijf van 5 toe, gericht op het inzetten van formele én informele zorg bij een zorgvraag.



De 5 achtereenvolgende stappen zijn:

- 1) Wat kan en wil iemand zelf nog en wat kunnen medewerkers van de zorgorganisatie hen leren?
- 2) Welke hulpmiddelen kunnen er daarbij worden ingezet?
- 3) Wat kan familie of mantelzorg?
- 4) Wat kan het sociale netwerk of wat kunnen andere instanties?
- 5) En tot slot: wat kan de wijkverpleegkundige of verzorgende als laatste hieraan toevoegen?





**KBO-Brabant**  
BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN



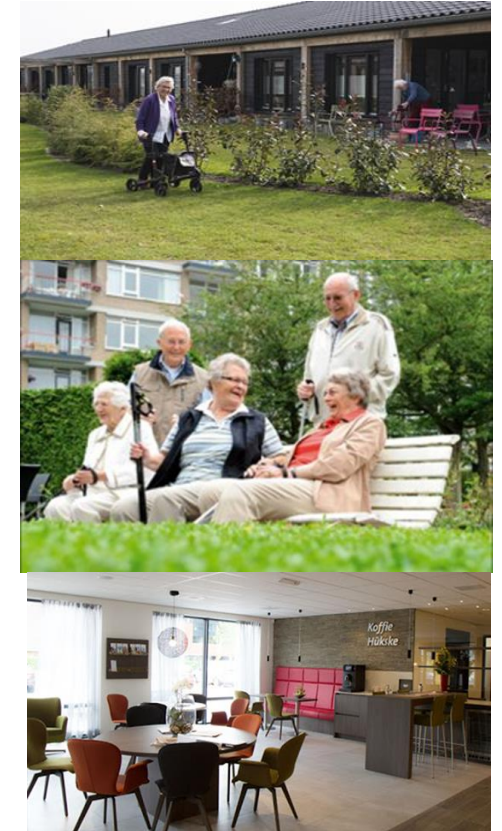
**Wie prettig oud wil worden begint op tijd:  
wonen, woonomgeving en sociaal netwerk**



## Drie-eenheid, van belang bij zelfstandig (kunnen) blijven wonen

1. **Woning: meest passend of passend te maken**
2. **Woonomgeving: voorzieningen, openbare ruimte, veilig activiteiten en ontmoeting:**  
    “een onsje welzijn scheelt een kilo zorg
3. **Een sociale woonomgeving en sociaal netwerk: zinvolle daginvulling, netwerk voor ondersteuning; is (informele) ondersteuning en zorg voorhanden indien nodig?**

**Vitaliteit: afname mobiliteit begin eenzaamheid**



**Goed wonen is meer dan stenen**



Ouderen die in een ongeschikte woning wonen, doen dit doorgaans zonder grote problemen. Totdat er plots iets gebeurt waardoor zij zorg of ondersteuning nodig hebben.

In dat geval is men afhankelijk van een partner, de veerkracht van de omgeving of professionele zorg en ondersteuning die in de omgeving aanwezig is. Als deze factoren onvoldoende aanwezig zijn vormt dit een risico. Ouderen kunnen vanuit hun omgeving dan niet rekenen op ondersteuning waardoor zij mogelijk zullen moeten verhuizen.

Als we binnen de gemeente Boxtel kijken naar gebieden waar **veel alleenstaande ouderen ongeschikt wonen** vallen er een aantal potentiële risicogebieden op: Boxtel-Oost en Lennisheuvel;

# Hoe kan ik zelfstandig thuis wonen, ook als ik op enig moment beperkingen krijg of hulp nodig heb?

- ❖ Huidige woning geschikt maken: Woonscan via Woonwijs
- ❖ Duurzaam thuis wonen lening gemeente, 65+ regeling Joost
- ❖ Ben alert op vallen: valpreventie en personenalarmering
- ❖ Domotica en zorgtechnologie thuis
- ❖ Blijf in beweging, blijf actief, blijf betrokken
- ❖ Sociaal netwerk, nabuurschap
- ❖ Ontmoetingsmogelijkheid in de buurt
- ❖ Durf te vragen
- ❖ Denk na over tijdig verhuizen; grijp je kans

**KBO-Brabant**  
BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN



**Huidige woning geschikt?**

## Niet één recept

- ❖ Aanleunwoning, serviceflat
- ❖ Seniorenwoning grondgebonden/appartement
- ❖ Thuishuis
- ❖ Gestippeld wonen
- ❖ Kleinschalige woonzorgcomplexen, buurtwonen
- ❖ Meergeneratie-wonen
- ❖ Erfdelen
- ❖ Woningsplitsing
- ❖ (Pre-)mantelzorgwoning
- ❖ Modern hofje: Hofjeswoning, Knarrenhof
- ❖ Gemeenschappelijk wonen senioren, CPO
- ❖ Woon-coöperatie



**Andere woning**



## **Collectieve of geclusterde woonvormen:**

Samen de eigen woonomgeving creëren waar je tot na je honderdste prettig kunt wonen, op elkaar kunt terugvallen en met gemeenschappelijke ruimten

- Grote behoefte aan aantrekkelijke woonvormen tussen eengezinswoning en verpleeghuis.
- Steeds meer initiatieven geclusterd wonen: woonhof, Knarrenhof, Buurtwonen, CPO
- Bestaande seniorencomplexen geschikt maken voor geclusterd wonen
- Erfdelen; woningsplitsing; perceelsplitsing
- Nog weinig prioriteit in programmering en planvoorraad gemeente
- Financiële stimuleringsregelingen vanuit landelijke en provinciale overheid beschikbaar

**“Een onsje welzijn scheelt een kilo zorg”**



**Sociale netwerken: nieuwe vormen van nabuurschap, alledaagse attentheid**



**VOORZORGCIRKELS**

**Inwoners ondersteunen om goed voor zichzelf én voor elkaar te zorgen**

**Sociale netwerken: tijd voor een fimpje**

**KBO-Brabant**  
BELANGENVERENIGING VAN SENIOREN





## Vragen en vervolg

## **Situatie van alledag:**

(elke **5** minuten belandt er namelijk een 65+er op Eerste Hulp door een val, meestal van de fiets of in huis)

De heer Pieters is 69 jaar en woont alleen, zijn vrouw is een paar jaar geleden overleden. Hij is gezond en actief en komt een paar keer per week in het wijkcentrum voor een praatje, kop koffie en activiteiten.

Hij heeft 2 kinderen (die een eigen gezin en volledige werkweek hebben) die 30 en 40 kilometer verderop wonen.

Op een dag komt hij tijdens het fietsen ten val en belandt met een dubbele beenbreuk in het ziekenhuis. Na enkele dagen gaat hij naar huis. Thuiszorg wordt ingeschakeld voor de medische zorg, ook worden diverse hulpmiddelen geleverd.

Doordat hij nu zeer beperkt is en langdurig moet herstellen lukt het hem niet om zelf boodschappen en het huishouden te doen. De komende weken, mogelijk maanden, moet hij revalideren en kan hij niet meer naar het wijkcentrum.

Hij is ineens aan huis gekluisterd, heeft nog vaak hulp nodig bij de dagelijkse huishouding en mist zijn bezigheden en contacten.

Maar ook in zijn huis komt hij nu allerlei obstakels tegen die het extra lastig maken om 'uit de voeten' te kunnen.



## **Een aantal vragen: stel u bent de heer Pieters en dit overkomt u in uw huidige woonsituatie**

Wat zou u in uw woning aan belemmeringen tegenkomen?

Op wie kunt u een beroep doen voor de alledaagse dingen?

Wat zou u organiseren voor uw activiteiten?

Wie vervoert u als dat nodig is?

Bij wie kunt u uw verhaal kwijt?

Lukt dit ook maandenlang?

En lukt het u om dit ook echt aan anderen te vragen?

Welke ondersteuning is er in uw woonplaats en woonwijk, maakt u daar ook gebruik van?

En welke wordt gemist?



Mevrouw Willems is 73 jaar. Ze woont samen met haar man in een ruime vrijstaande woning. Haar man is 71.

Bij mevrouw Willems is een kleine twee jaar geleden dementie geconstateerd. Haar man is kerngezond, en is haar mantelzorger. Hij doet inmiddels veel in het huishouden en helpt zijn vrouw op steeds meer momenten van de dag;

De tuin en zijn wekelijkse biljart zijn voor hem de momenten om te ontspannen. Maar hij merkt dat zijn vrouw dan onrustiger wordt en het moeilijk vindt om dan alleen in huis te zijn.

Ze wonen al 40 jaar in dezelfde woning en zijn erg bekend in de buurt.

De dementie ontwikkelt zich inmiddels manifester bij mevrouw Willems en mijnheer Willems begint te beseffen dat de belasting voor hem groter wordt. Maar het punt dat het te enerverend wordt schuift hij nog ver voor zich uit.

De heer en mevrouw Willems hadden het er eerder zo af en toe over, en mijnheer piekert nu wel steeds meer:

hoe moet dit als de dementie bij zijn vrouw zich verder ontwikkelt? Op wie kunnen ze terugvallen? Welke ondersteuning is er mogelijk: zowel voor haar als voor hem? Welke zorg is beschikbaar? Kunnen we hier wel blijven wonen, hoelang? En zo niet, wat dan? Wat moet ik daarvoor eigenlijk doen? Waar kan ik terecht met mijn vragen?

**Vragen:**

**Hoe zou het voor u zijn?**

**Heeft u antwoorden op al die vragen?**

**Welke afwegingen maakt u?**

**Wat zou voor u als mantelzorger belangrijk zijn?**



## **Woonwens:**

**Hoe wil ik over 10 jaar wonen?**

**En waar en hoe zou ik willen wonen als ik alleen kom te staan?**

**Wat is voor mij dan belangrijk?**

**En weet ik wat ik daarvoor kan doen of waar ik informatie kan krijgen?**



- ❖ Wacht niet te lang en houd regie; alles kost gewoon heel veel tijd, ook het nadenken over wat u zou willen
- ❖ Wacht niet te lang, ook nieuwbouw kost veel tijd: 7 tot 10 jaar heel normaal  
Ook woningcorporaties en zorginstellingen kennen wachttijden
- ❖ Een acute situatie kent helaas geen acute adequate oplossingen!
- ❖ Besef dat je energie in de regel na je 75<sup>e</sup> echt minder wordt
- ❖ Verhuis als het kan samen en vooral vroegtijdig om nog nieuwe contacten op te doen
- ❖ Blijf actief en betrokken, vrijwilligerswerk
- ❖ Investeer in uw sociaal netwerk, maak nieuwe 'vrienden'
- ❖ Verdiep u tijdig in alle informatie en laat financiën niet enige graadmeter zijn
- ❖ **Vraag** advies en ondersteuning: er is veel beschikbaar!
- ❖ **Wie is voorbereid? Ingeschreven bij woningcorporatie?**



**Toekomstig wonen begint nú: advies en tips**



“

**Senior geschikt wonen?  
Nee joh, ik ben pas 80; dat  
komt wel als ik oud ben.**

**Ik had het al 10 jaar geleden moeten doen**

# Waar kunt u in de gemeente Boxtel terecht



- KBO Boxtel
- Woonscan: Woonwijs
- 65+ regeling Joost
- Duurzaam thuis wonen lening gemeente
- Oudereninregie-CPOwonen in Boxtel
- Mantelzorgsteunpunt Contourde Twern
- Boxtels maatje Contourde Twern
- Dagje Thuis in Boxtel Oost, wijk Selissen en Esch
- Loket Wegwijs voor vragen rond WMO en zorg
- Seniorenvervoer in de gemeente Boxtel
- Bibliotheek voor digitale ondersteuning en andere informatie



Seniorenvereniging KBO Boxtel

# Wat is er in Boxtel Oost?

- Gemeenschapshuis De Rots
- Huiskamer Hoogheem
- Kinderboerderij en generatie- en beweegtuin



## DAGELIJKSE DINGEN

### HUISHOUDEN/TUIN

De buurvrouw komt soms stofzuigen. Je kleinzoon maait af en toe het gras.



Wie kan jou helpen met het huishouden?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

### VERVOER

Een broer of zus gaat ook naar die verjaardag en pikt je even op. Het ritje naar de dokter wordt gedaan door een neef.



Wie regel jij voor vervoer?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

### COMPUTERS

Een kennis van de voetbalclub helpt bij het online bestellen van je kaartjes. Je nicht helpt je met het invullen van digitale formulieren.



Wie kan jou hierbij ondersteunen?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

### FINANCIËN

Een goede vriend of familielid helpt je met het regelen van bankzaken.



Wie vertrouwt jij met jouw geldzaken?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

### BOODSCHAPPEN/KOKEN

Een oud collega neemt af en toe wat boodschappen mee. Een kennis maakt een lekkere maaltijd voor je klaar.



Wie kan jou hierbij ondersteunen?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

### HUIDSDIEREN

Een bekende die van dieren houdt laat de hond graag voor je uit. De dochter van een vriend verzorgt je cavia.



Wie kan jouw huisdier(en) verzorgen?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

## VERSTERK JOUW NETWERK

Vul per onderdeel de naam in van degene(n) die achter jou staan. En vul in hoe jij achter anderen kunt staan.

### SOCIAAL LEVEN

#### GEZELLIGHEID

Bij een oude schoolvriend op de koffie, da's altijd gezellig. Even bij de burens een praatje maken.



Met wie maak jij het graag gezellig?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

#### HOBBY

Een potje kaarten met buurtgenoten of met vrienden naar een concert gaan.



Met wie deel jij jouw hobby?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---



GOED VOOR ELKAAR

## GOED GESPREK

### GESPREKSPARTNER

Goed kunnen praten met bijvoorbeeld een vriend over belangrijke of emotionele onderwerpen.



Bij wie kun jij voor een goed gesprek terecht?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---

## ZORG

### MEDISCH

De buurvrouw legt medicijnen voor je klaar. Je dochter helpt met oogdruppels.



Wie helpt jou bij medische zorg?

---

---

Wat zou jij voor een ander willen doen?

---

---



“

**In beweging blijven  
Op de hoogte blijven  
Onder de mensen blijven**

**De Wet van tante Til**