



KRACHTIG OUDER WORDEN

praat vandaag over morgen

Met 'Krachtig ouder worden: praat vandaag over morgen' zet de Seniorencoalitie (ANBO-PCOB, Koepel Gepensioneerden, NOOM en SOMNL) een waardevolle, brede, maatschappelijke dialoog voort in een ouder wordende samenleving. De Seniorencoalitie organiseert de komende jaren regionale en lokale bijeenkomsten voor 60-plussers om met elkaar in gesprek te gaan over de vraag hoe zij aankijken tegen de toekomst en wat ze daarvoor zelf kunnen doen of waar ze anderen bij nodig hebben. We willen senioren inspireren en met ze in gesprek gaan over het belang van behoud van de eigen regie, eigen mogelijkheden benutten, het belang van vitaliteit en het benutten van hun potentieel voor de samenleving.

Het is belangrijk dat het gesprek door de doelgroep zelf wordt gevoerd en niet dat daar door anderen over wordt beslist. Alleen zo komen we te weten wat 60-plussers belangrijk vinden en hoe ze zich voorbereiden op een toekomst waarin het aanbod van zorg steeds meer het karakter krijgt van zelfstandig, thuis of digitaal. En waarin informele (mantel)zorg een groter aandeel krijgt.

Een goede voorbereiding op de toekomst tijdens het ouder worden is essentieel om zelfredzaam te blijven. De voorbereiding zit er voor een groot deel in nadenken over hoe en waar je kunt wonen en of je woning geschikt is voor eventuele thuiszorg.

Maar ook in de sociale contacten, leefstijl en betrokkenheid bij activiteiten. Hoe actief senioren ook blijven, ouder worden gaat ook vaak gepaard met het toenemen van beperkingen. De kans op meerdere chronische aandoeningen neemt ook toe. Als gevolg hiervan zal een groeiende groep oudere mensen om zorg en ondersteuning gaan vragen.

Het ministerie van VWS heeft de ambitie neergelegd om met het oog naar de toekomst zorg en ondersteuning beschikbaar, toegankelijk en van goede kwaliteit te houden. Daarbij gelden de volgende uitgangspunten. Zelf als het kan, thuis als het kan, digitaal als het kan.

Onder de titel Krachtig ouder worden: praat vandaag over morgen, worden bijeenkomsten georganiseerd om de dialoog te starten met de doelgroep over de voorbereiding op een ouder wordende samenleving.

Doel van de bijeenkomsten

1. Bewustwording creëren over de toekomst van de senioren en de dialoog op gang brengen en houden. Dit doen we met name op het gebied van wonen en zorg
2. Met de bijeenkomsten willen wij output ophalen. We gaan in gesprek met de doelgroep. Daaruit willen we oplossingsrichtingen ophalen; hoe bereiden ouderen zich voor en wat hebben ze daarvoor nodig.

Driejarig programma Krachtig Ouder Worden 2024 - 2026

- Doelgroep 60 tot 80 jarigen; de focus ligt bij 60-75.
 - We praten nadrukkelijk over praten over later
- Regionale bijeenkomsten (200 deelnemers)
 - INSPIRATIE: aantrekkelijk middagprogramma met goede sprekers en ontspanning
 - GESPREK: ervaren gespreksleiders begeleiden de dialoog met de deelnemers
 - KENNIS: aansluitend kenniscafé: in gesprek met organisaties uit de regio
- Het gesprek in de buurt. Follow up met lokale bijeenkomsten in de buurt (100 per jaar). Organisatie van gesprekstafels (15-50 deelnemers) om het gesprek voort te zetten op lokaal niveau. Georganiseerd door lokale partners en of afdelingen

Hoe willen wij samenwerken met bestaande organisaties en afdelingen?

- Werving van gespreksleiders die wij voor de regio-bijeenkomsten kunnen trainen en inzetten
- Het gesprek in de buurt lokaal voortzetten zelfstandig of in samenwerking met andere lokale organisaties
- Werving gemiddeld 15-50 deelnemers per lokale bijeenkomst
- Faciliteren van een ruimte met gesprekstafels in de buurt
- Een verslag van de lokale bijeenkomst met de opgehaalde output en andere bevindingen

Waarin voorziet de Seniorencoalitie om het gesprek lokaal te kunnen voortzetten:

- Een online training voor de gespreksbegeleiders van het gesprek in de buurt
- Reiskostenvergoeding van de gespreksbegeleiders
- Communicatiemiddelen; waaronder een inleidend verhaal over Krachtig Ouder worden voor de start van de bijeenkomst, voorbeeld persbericht voor lokale media, voorbeeld nieuwsbericht voor in een nieuwsbrief en een inspiratiegids met nuttige tips voor elke deelnemer om mee naar huis te nemen
- Een bijdrage van maximaal 250 euro per lokale bijeenkomst
- Opgeven van een lokale bijeenkomst kan via de website www.deseniorencoalitie.nl

Organisaties en gemeenten die interesse hebben in het organiseren van een Gesprek in de buurt kunnen zich aanmelden via www.deseniorencoalitie.nl

De Seniorencoalitie is een samenwerkingsverband tussen ANBO-PCOB, Koepel Gepensioneerden, NOOM (netwerk van organisaties van oudere migranten) en SOMNL (samen voor ouderen met een migratieachtergrond in Nederland)