

# Senior Zelf aan Zet, evaluatie startbijeenkomst Almelo

## Inleiding:

Senior Zelf aan Zet is een project van de samenwerkende provinciale Seniorenbonden in Brabant, Limburg, Zeeland en Overijssel.

Het project valt onder het zogenaamde WOZO programma van het ministerie van VWS en heeft onder andere tot doel, de bewustwording bij Senioren te vergroten over de veranderende tijd waarin we leven, de zelfzorg en de samen-zorg te versterken, de zorg consumptie te verminderen en waar mogelijk de doorstroming op de woningmarkt te bevorderen.

KBO Senioren Overijssel verbindt dit project aan het streven van de provincie Overijssel naar een bredere participatie van alle senioren in de provincie en het project "Over wonen van senioren gesproken".

Dit programma is gericht op alle senioren ongeacht een lidmaatschap van de KBO of van de ANBO-PCOB.

In de verschillende plaatsen en gemeenten werkt de KBO afdeling samen met andere ouderenbonden, met de gemeente en met de welzijnsorganisaties Impuls.

Kortom, het is een ambitieus project gericht op het samen met alle generaties behartigen van vele belangen, vooral die van de senioren!

## Het Project:

Senior Zelf aan Zet Overijssel kent vier te onderscheiden stappen:

1. De bewustwordingsbijeenkomst (of startbijeenkomst) met als doel de senior en zijn of haar omgeving bewust te maken van de veranderende tijd waarin wij leven.
2. De analyse en conclusies: op basis van de antwoorden van de vragenlijsten die tijdens de startbijeenkomst zijn ingevuld, is voor elke bijeenkomst een analyse gemaakt en zijn voorlopige conclusies getrokken. Het voorliggende verslag is daarvan een weergave.
3. Themabijeenkomst, een bijeenkomst om een of meerdere onderwerpen op het gebied van het wonen en de woonomgeving, zelfzorg en samen-zorg waaronder de sociale omgeving (voorzorgcirkels) en het gebruik van digitale hulpmiddelen te verdiepen.
4. Het implementeren van een of enkele van de genoemde thema's samen met andere maatschappelijke organisaties.

## De startbijeenkomst in Almelo

Op 16 november 2024 heeft in Almelo de startbijeenkomst van het project Senior Zelf aan Zet plaatsgevonden. Volgens een globale telling hebben 65 personen aan de startbijeenkomst deelgenomen.

Van de deelnemers hebben we 45 ingevulde antwoordformulieren terug gekregen. Het verschil tussen het aantal aanwezigen en de ingevulde lijsten is deels te verklaren uit de constatering dat sommige echtparen samen 1 lijst hebben ingevuld. De gegevens uit de lijsten zijn gekwantificeerd en op basis daarvan kunnen de volgende gegevens worden samengevat.

### De deelnemers aan de startbijeenkomst

#### 1. De leeftijd van de deelnemers,

- 10 deelnemers zijn jonger dan 75 jaar
- 9 deelnemers vallen in de leeftijd tussen 70 en 80 jaar
- 26 deelnemers zijn ouder dan 80 jaar

**Conclusie:** het grootste deel (26) van de deelnemers is ouder dan 80 jaar.

### De woning en de woonomgeving

#### 1. In welk type woning woont u?

- Van de deelnemers woont 61% van de mensen in een niet aangepaste of voor senioren geschikte woning
- Van de deelnemers woont 36% in een aangepaste woning en maar 1 persoon woont in een mantelzorgwoning.

**Conclusie:** een klein deel van de deelnemers (32 ) woont in een aangepaste woning.

De woning van 61% deelnemers is (nog) niet aangepast en daar ligt waarschijnlijk een opgave voor een vervolg!

#### 2. Bent u tevreden over uw huidige woning?

- 31 deelnemers zijn tevreden en denken niet over verhuizen
- 14 deelnemers zijn tevreden maar willen graag op kortere of langere termijn een andere woning.

**Conclusie:** in het kader van een eventuele doorstroming op de woningmarkt geven 14 deelnemers aan te willen verhuizen.

#### 3. Op welke termijn denkt u aan verhuizen?

- Van de deelnemers gaven 11 mensen aan binnen enkele jaren te willen verhuizen, 2 deelnemers geven zelfs aan zo snel mogelijk te willen verhuizen.

**Conclusie:** 11 deelnemers hebben bewust nagedacht om te verhuizen en 2 deelnemers zijn ontevreden over de huidige woning en willen zo snel mogelijk wil verhuizen.

4. Wilt u uw huidige woning levensloopgeschikt maken?

- Van de deelnemers geven 30 mensen aan de huidige woning levensloopgeschikt te willen maken, van deze 30 geven 8 deelnemers aan dat het kostenplaatje daarbij bepalend is.
- 13 deelnemers willen liever verhuizen dan de woning aanpassen.

**Conclusie:** er ligt een behoorlijke opgave (70%) in het levensloopgeschikt maken van de huidige woningen. Wellicht dat het gebruik van de woonscan hierbij kan helpen. Daarnaast willen 13 deelnemers dan liever verhuizen als dat nodig is.

5. Wilt u eventueel deelnemen aan een gezamenlijk woonproject, van zorggeschikte woningen in een vrijblijvende gemeenschap?

- In Almelo hebben 24 deelnemers te kennen gegeven dat ze geïnteresseerd zijn in een gemeenschappelijk (zorggeschikt) woonproject. Een wooncomplex met de mogelijkheid tot sociaal contact en gemeenschappelijke activiteiten.

**Conclusie:** In het kader van de bouw van zorggeschikte en geclusterde woningen, hebben 24 deelnemers hun interesse daarvoor kenbaar gemaakt.

### Zelfzorg en zelfzorgtekort

1. Hoe ervaart u uw zelfredzaamheid? In Almelo scoren de deelnemers gemiddeld met het cijfer 8,7.

Heeft u iemand die u kan helpen bij het huishouden/tuin?

Bij de financiën, voor vervoer, zorg voor huisdieren, gebruik van de computer, gezelligheid, uitoefenen, hobby?

- Van de deelnemers hebben 16 mensen geen hulp bij de huishouding. Daar staat tegenover dat 17 deelnemers bereid zijn om een ander hierbij te helpen
- Van de deelnemers hebben 13 mensen niemand die kan helpen bij boodschappen en/of koken. Daar staan 28 mensen tegenover die bereid zijn om te helpen.
- Van de deelnemers hebben 4 mensen niemand die ze kunnen helpen bij geldzaken. Daar staat tegenover dat 12 deelnemers bereid zijn hierbij een ander te helpen.
- Van de deelnemers hebben 7 mensen niemand die kan helpen bij vervoer. Daar staan 8 deelnemers tegenover die bereid zijn om te helpen.
- Van de deelnemers hebben 6 personen niemand die in tijd of nood kan helpen bij de zorg voor een huisdier. Daar staan 15 mensen tegenover die bereid zijn te helpen bij de zorg voor een huisdier.
- Van de deelnemers hebben 12 mensen niemand die kan helpen bij vragen op het gebied van het gebruik van de computer of smartphone. Daar staan 13 mensen tegenover die bereid zijn een ander op dit onderwerp te helpen.

- Van de deelnemers zijn 16 mensen niet bekend met de mogelijkheden om de woning veiliger te maken.

**Conclusie:** op bijna alle genoemde onderwerpen bestaat bij verschillende deelnemers in Almelo een tekort aan zelfzorg. Daar staat tegenover dat er een grote bereidheid is om de ander te helpen. In bijna alle situaties van een tekort aan zelfzorg staat een groter aanbod om de ander te helpen.

Hier ligt de uitdaging en de opdracht om tot een match te komen op persoonlijk niveau tussen het zelfzorgtekort en het aanbod om de ander te helpen!

Ook op het gebied van sociaal contact bestaat de behoefte aan gezelligheid.

Van de deelnemers hebben 16 (42%) mensen in een zeer beperkte kring (1 tot 5 mensen) sociaal contact en 1 persoon heeft niemand voor een goed gesprek.

**Met name deze laatste situaties vragen om aandacht en actie!**

## 2. Hoe ervaart u uw gezondheid, uw zelfzorg, samen-zorg?

In Almelo waarden de deelnemers hun gevoel van algemene gezondheid met het cijfer 7,5.

- In de antwoorden geven 11 deelnemers te kennen dat ze niemand hebben die kan helpen bij medische zorg. Daar staan 22 mensen tegenover die bereid zijn om op dat gebied iemand anders te helpen.
- Van de deelnemers hebben 30 persoon niemand die kan helpen in het kader van mantelzorg. Daar staan 31 mensen tegenover die bereid zijn om iemand anders te helpen.

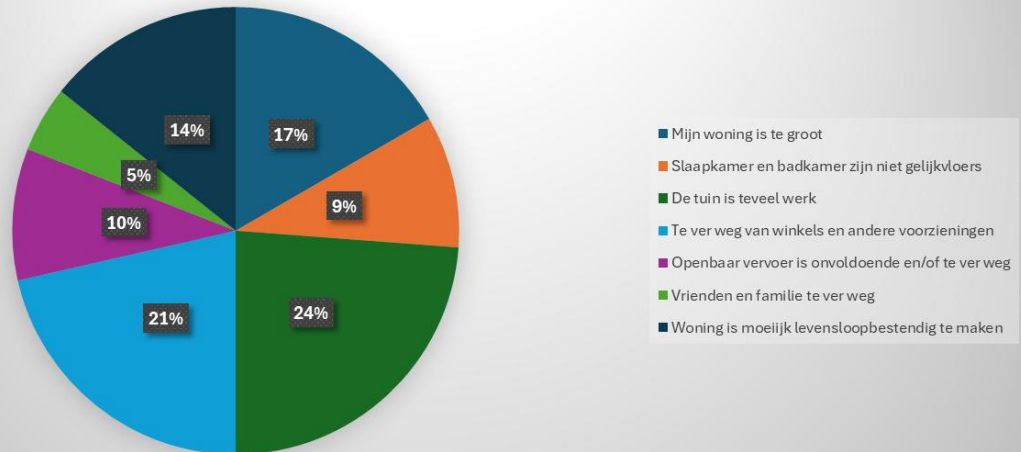
**Conclusie:** Het concept van de voorzorgcirkels kan in veel van de genoemde situaties bij een tekort aan zelfzorg en bij de behoefte aan een sociaal contact een geschikt instrument zijn om oplossingen te bieden.

Hengelo, december 2024,  
Eddy Oude Wesselink  
Projectleider Senior Zelf aan Zet

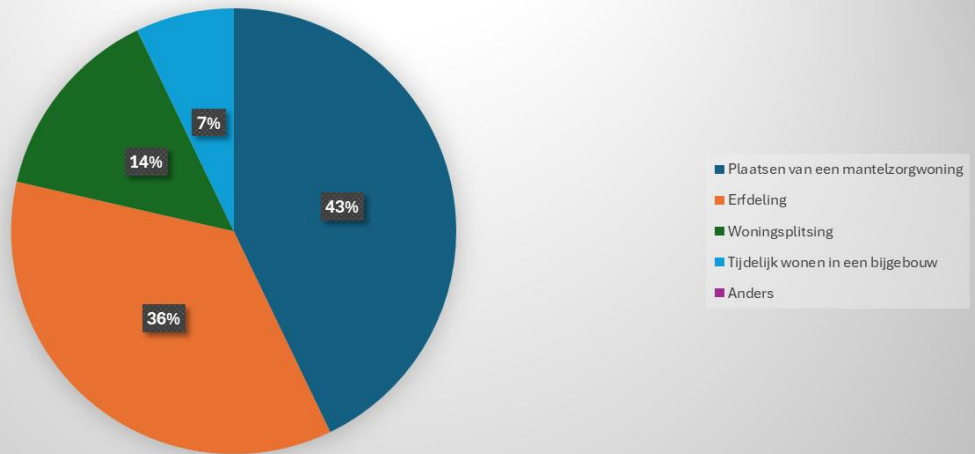
In de bijlage drie overzichten:

1. Waarom niet tevreden over de woning?
2. Welke mogelijkheden spreken u aan?
3. In welke wijk/buurt woont u?

### Niet tevreden woning



### Welke mogelijkheden spreken u aan?



### BUURT

