



over morgen



W E L K O M !

De toekomst van de zorg is thuis



Agenda:

- Welkom, Kees Goossens
- Korte terugblik en inleiding, Ivonne de Valk
- Gemeente Eersel, Wethouder Eric Beex
- Gemeente Eersel, WMO, Salima Durrani.
- Ervaringsdeskundige, Kim van Zandbeek.
- Wat doet Senioren netwerk Eersel, Kees Goossens
- Nabuurschap, sociale netwerk, voorzorgcirkels, Ivonne de Valk
- Afronding, Ivonne de Valk
- Afsluiting, Kees Goossens

We staan voor een grote maatschappelijke uitdaging!

1. Dubbele vergrijzing

"In 1975 was 10% van de bevolking 65+. Nu is dat al 20% en in 2040 zal dat 25% zijn."



2. Tekort aan zorgpersoneel

"Op dit moment is er al een tekort van ruim 60.000 medewerkers en dat zal nog verder toenemen, zeker als vanaf 2030 bijna 30% van de medewerkers in de ouderenzorg met pensioen gaat."



3. Tekort aan woningen

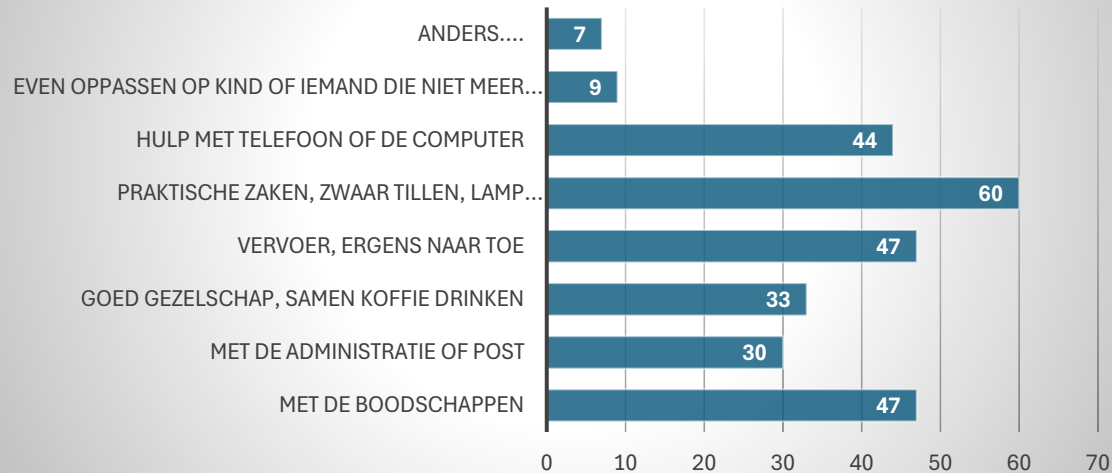
"Tot 2040 zijn er alleen al bijna 400.000 extra seniorenwoningen nodig."



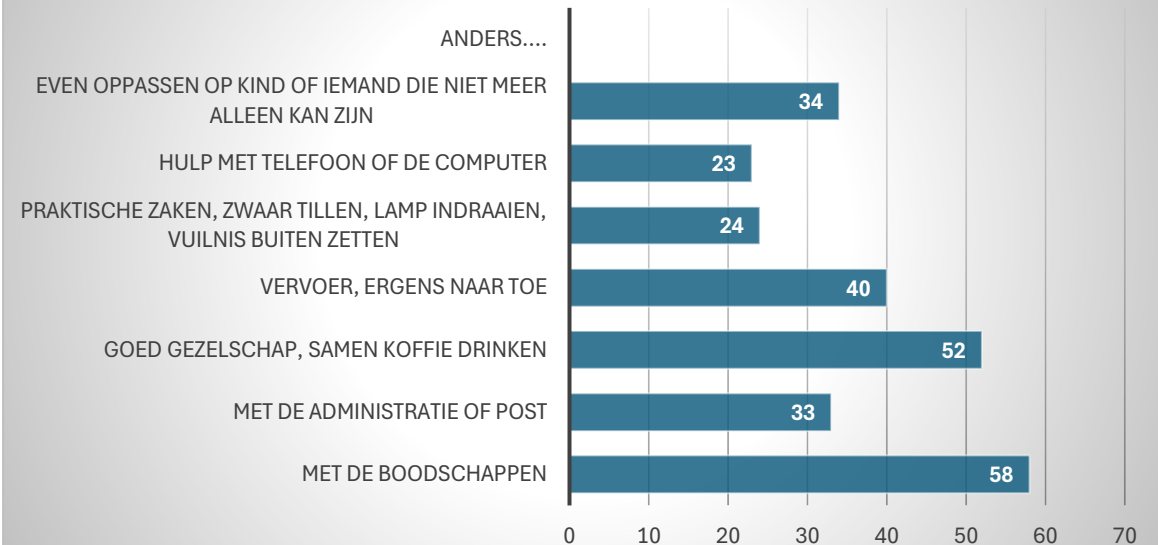
Uitkomsten woonwensen



Welke hulp zou u in de toekomst nodig kunnen hebben?



Waar wilt u zelf iemand mee helpen?



Omkijken naar elkaar



Waarom is een sterk sociaal netwerk belangrijk?

- **Minder mantelzorgers beschikbaar**
- **Kinderen wonen vaak ver weg en ouders willen hen niet belasten**
- **Afname van zorgprofessionals**
- **Eigen sociale kring senioren wordt kleiner**
- **Een sociaal netwerk vergroot mogelijkheden om langer zelfstandig thuis te wonen**
- **Een goed sociaal netwerk voorkomt eenzaamheid en daarmee gezondheidsschade**
- **Van betekenis zijn voor elkaar geeft voldoening**

Schijf van 5: sociaal netwerk belangrijk!



Professionele zorg kan niet zonder hulp



Filmpje:

https://youtu.be/Rb4Alghe_hI

Nabuurschap, alledaagse attentheid



VERSTERK JOUW NETWERK

Sociaal netwerk in de praktijk



Film:

Versterk je netwerk Asten

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 vertrouw 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?

HUISDIEREN

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?

De (uit) voorzorgcirkel



- Senioren en andere inwoners bieden elkaar hulp: meer vitaal helpt minder vitaal
- Uit voorzorg nu al afspraken met elkaar hierover maken
- Praktische hulp
- Cirkel bestaat uit 8 – 15 personen die dichtbij elkaar wonen
- Ondersteuning door vrijwilligers en professionals

Boodschap
doen

Samen koffie
drinken

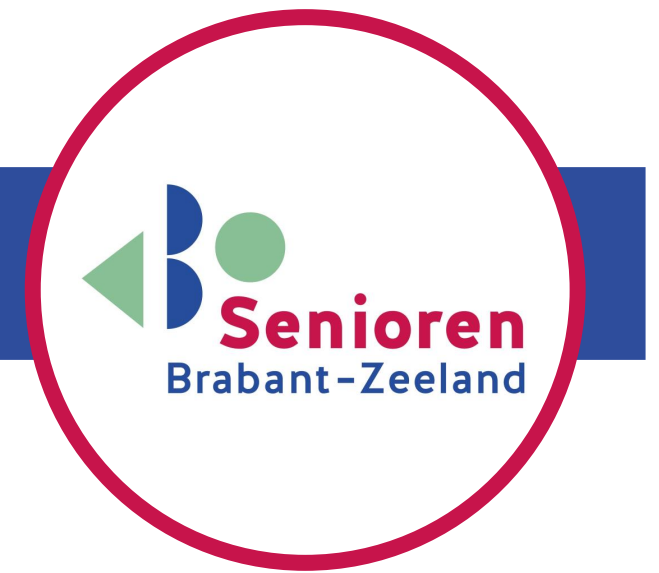
Vervoer

Hulp bij
maaltijd

Oud papier
wegbrengen

?

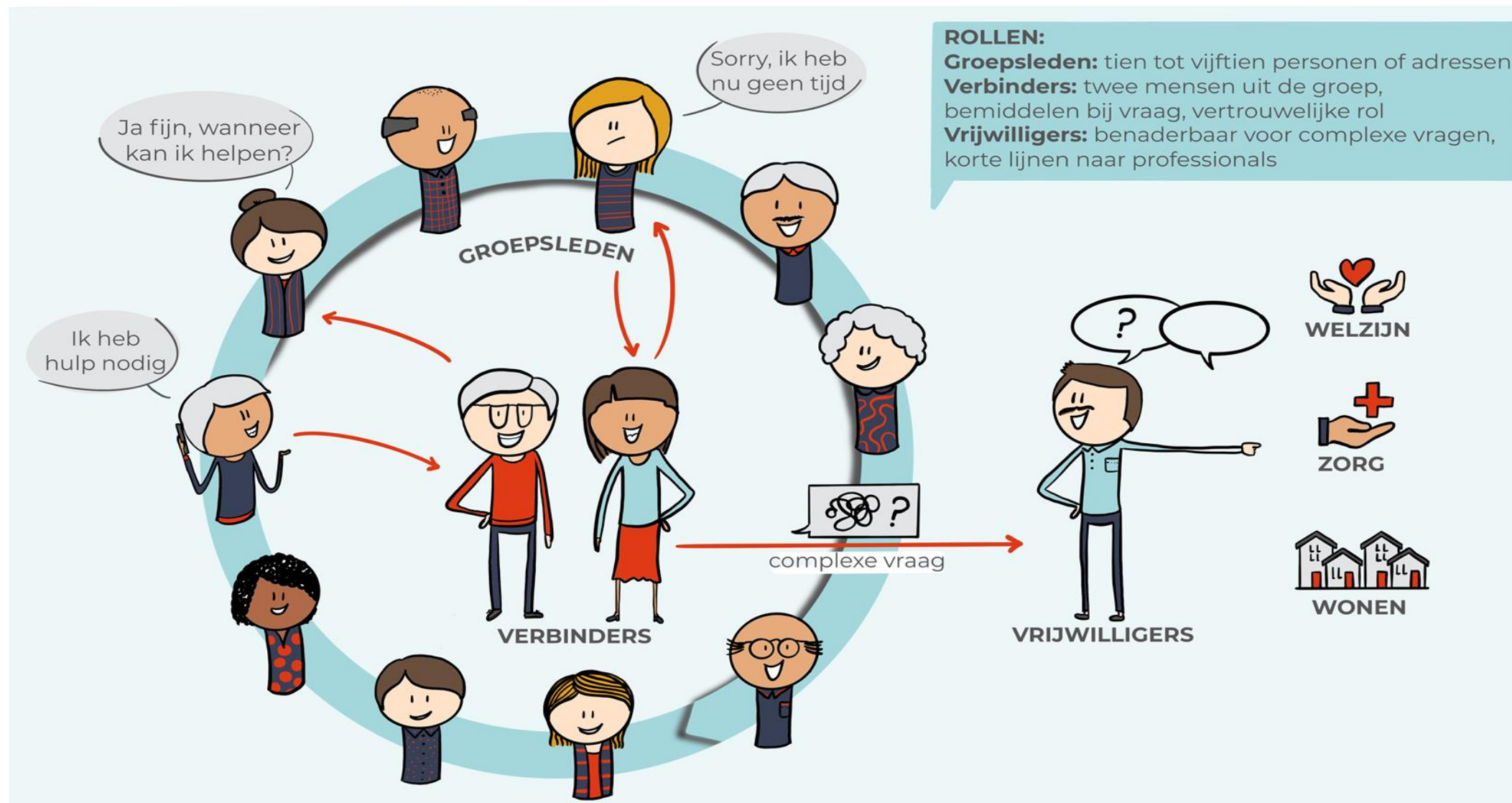
Ervaringen uit Land van Cuijk



Filmpje:

<https://youtu.be/vmwWS3-Upk8>

Voorzorgcirkel



Hoe werkt de voorzorgcirkel?



- **Het start in de eigen buurt: mensen in een groep die bereid zijn elkaar te helpen met hand- en spandiensten**
- **2 personen in de groep worden verbinder en bemiddelen in vraag – en aanbod**
- **Alle vrijheid om te zeggen dat het een keer niet uitkomt**
- **Voor complexe vragen is er de vrijwilliger die kontakten heeft met welzijn, zorg en corporatie en gemeente**
- **De voorzorgcirkel wordt bij de opzet, maar ook daarna bij vragen, begeleid door een professional**

Enkele voorbeelden van vragen:



- Goed gezelschap, koffie drinken, spelletje spelen, een goed gesprek.
- Praktisch zaken zoals de vuilnis buiten zetten, iets verzetten.
- Kleine dingen in huis, zoals een lamp indraaien, tv instellen.
- Vervoer naar een huisarts, fysio.
- Iemand helpen met boodschappen.
- Voor iemand de hond uitlaten.

Blijf het sociale netwerk onderhouden



- ✓ Versterk je netwerk!
- ✓ Blijf altijd nieuwe vrienden maken.
- ✓ Check ieder jaar of de ingevulde netwerk kaart nog actueel is..

Advies van tante Til



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

Vragen?



Kom op tijd in actie!



Tot ziens!

4^{de} bijeenkomst

Gemeente aan te woord

Di 15 april