

Senioren zelf aan zet

Praat vandaag over morgen

WELKOM

Fijn samen oud worden in
onze wijken en dorpen



De kracht van samen
Programma Sociale Structuur



orden in onze



Het Bossche
burgerberaad

Fijn oud worden

Be

zou invloed op morgen,
begint vandaag

in 's-Hertogenbosch

Samen aan de slag



www.seniorenzelfaanzet.nl



'SAMEN STERK'



Agenda Toekomstig wonen begint nu



- **Welkom**
- **Uitkomst, woonwensen enquête bijeenkomst 1**
- **Korte terugblik bijeenkomst 1 en opmaat naar bijeenkomst 2**
- **Blijven wonen in de huidige woning, woonscan**
- **Presentatie woningcorporatie**
- **Presentatie Rabobank**
- **Pauze**
- **Presentatie makelaar**
- **Praatplaat Wonen**
- **Centrale afronding**
- **Afsluiting Senioren 's-Hertogenbosch stad**

Senioren zelf aan zet

Toekomstig wonen begint nu

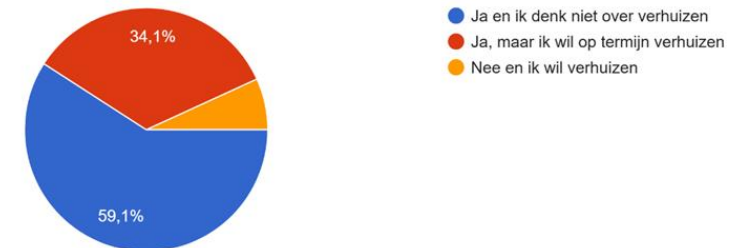
Woonbehoeften

Blijven wonen waar je woont

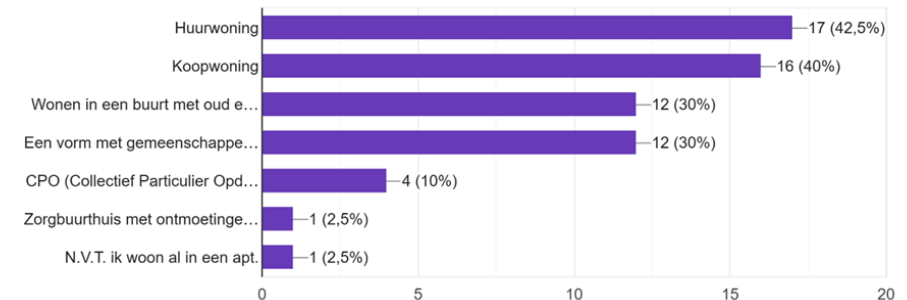
- Velen van u zijn tevreden met de huidige woning

- huur of koop,
- appartement of gezinswoning,
- tuin,
- veilige woonomgeving,
- voorzieningen in de buurt,
- sociale contacten,
- ontmoetingsmogelijkheden

Bent u tevreden over uw huidige woning
44 antwoorden



Welke woonvorm spreekt u aan
40 antwoorden

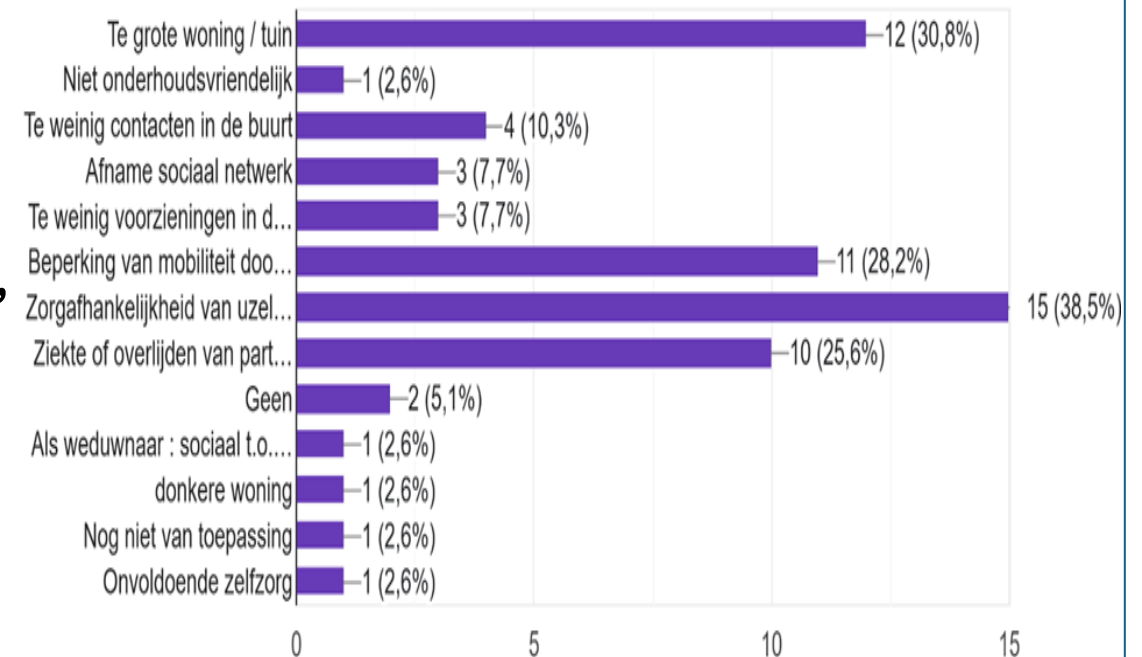


Verhuizen

- Velen willen wel (op termijn) verhuizen
 - woning te groot, tuin te veel werk
 - niet gelijkvloers, beperking mobiliteit, winkels te ver weg
 - geen partner, vrienden en familie te ver weg,
 - zorgafhankelijkheid te groot

Wat maakt dat u de stap naar verhuizen zou willen zetten

39 antwoorden



Financiering

- De vraag is wat financieel haalbaar is; huurwoning of koopwoning
 - Woningsplitsing, deel van de woning verhuren
 - Woningaanpassing, levensloopbestendig maken
 - Mantelzorgwoning bij zorgafhankelijkheid
 - Vorm van gemeenschappelijk wonen
 - CPO (Collectief Particulier Opdrachtgeverschap)

Welke woonsituatie heeft uw voorkeur
38 antwoorden



Antwoord zoeken op bij u levende vragen

- Wat kan een woonadviseur voor u betekenen?
- Wat is een woonscan?
- Wat kan de woningbouwvereniging voor u doen?
- Wat is het T Huis?
- Welke rol kan de (hypotheek)bank voor u hebben?
- Wat kan de makelaar voor u betekenen?

Vragen?

Campagne Senioren zelf aan zet



**4 lokale bijeenkomsten
senioren helpen zelf regie te houden over hun (woon/zorg)toekomst.**

Bijeenkomst 1, Bewustwording

Bijeenkomst 2, Wonen - verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 3, Zorg – verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 4, Gemeente aan het woord



www.seniorenzelfaanzet.nl



's-Hertogenbosch praat over wonen, zorg en welzijn



Vitaal ouder worden



- **Vaak staan we tot op hoge leeftijd midden in het leven**
- **We worden ouder en mogen langer van het leven en van elkaar genieten**
- **We zijn actief bij verenigingen en zijn een bron van kennis en levenservaring**

Uitdaging vergrijzing



Naast een enorm potentieel brengt vergrijzing ook uitdagingen met zich mee.

- **Het aantal oudere inwoners groeit en het aantal inwoners dat werkt o.a. in zorg en welzijn daalt**
- **Daarnaast is de gezinswoning voor sommige ouderen met trap, drempels en tuin niet meer passend**

Bijeenkomst 1 Bewustwording



Maatschappelijke uitdaging

- | | | | |
|-----------------------------|------|---|-----|
| 1. Dubbele Vergrijzing | 1975 | 10% | 65+ |
| | 2025 | 20% | 65+ |
| | 2040 | 25% | 65+ |
| 2. Tekort aan zorgpersoneel | 2025 | ruim 60.000 medewerkers tekort | |
| | 2030 | gaat bijna 30% medewerkers ouderenzorg met pensioen | |
| 3. Tekort aan woningen | 2040 | 400.000 extra seniorenwoningen nodig | |

Kijk(je) in uw toekomst



Hoe wordt u graag ouder?
Wat is belangrijk voor u?

- Gezond blijven
- **Passend wonen**
- Sociale contacten
- Gevoel van veiligheid
- Zorg op maat

Senior geschikt wonen is..



- Woning: meest passend of passend te maken
- Woonomgeving: voorzieningen, openbare ruimte, veilig, vervoer, activiteiten en ontmoeting
- Een sociale woonomgeving en sociaal netwerk: zinvolle dag, mensen om je heen waar je op kunt terugvallen en voor wie jij er kunt zijn...
- **SOCIAAL PENSIOEN**

Bijeenkomst 1 mei



- **Wat is de huidige situatie in 's-Hertogenbosch, hoeveel woningen zijn geschikt voor senioren?**
- **Is uw woning leeftijdbestendig?**
- **Wat kunt u zelf doen om langer in uw huidige woning te blijven wonen?**
- **Wat kan nog meer met uw woning: mantelzorgwoning?, woningsplitsing?**
- **Wat zijn de mogelijkheden m.b.t. huren en kopen?**
- **Hoe kijken professionals tegen deze vragen aan en wat is het advies?**

Langer thuis, blijven wonen of verhuizen



Blijven wonen in huidige woning: scan de woning

- Veel woningen nu nog niet (voldoende) geschikt om langer thuis te blijven wonen bij vermindering vitaliteit en mobiliteit
- Meer dan helft senioren wil niet verhuizen, daarbij zijn er niet voldoende seniorgeschikte woningen
- Groot risico voor senioren is vallen:
Elke 4 minuten belandt er een senior (65+) op Spoedeisende Hulp
Elke 5 minuten na een val, ca. 50% door een val in en om het huis
Elke 21 minuten na een verkeersongeval met fiets

Langer thuis: Veilig en comfortabel wonen



**Huidige woning beter geschikt maken,
wandeling door het huis..**

Woning geschikt



**Veel senioren willen en zullen zo lang mogelijk
in een eigen huis blijven wonen: wat kan helpen?**

Hoe kan ik mijn woning gemakkelijker en veiliger maken?

➤ **Woonscan: Brochure + 7 woontips**

Huistest woonadviseur Senioren Brabant - Zeeland

➤ **Zorg technologie, Domotica: T-Huiz in Den-Bosch en Oss www.t-huiz.nl**

7 Woontips minimaal in orde

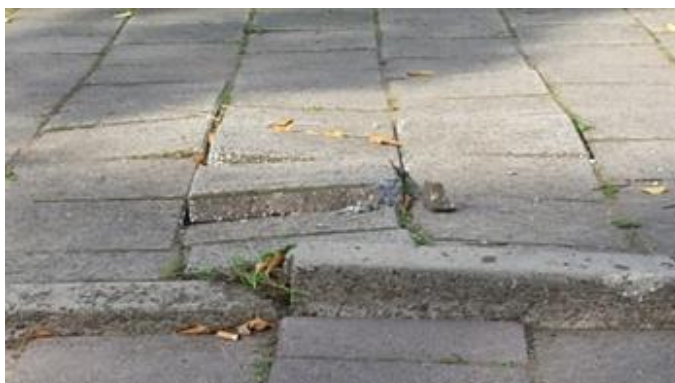


Zijn in uw woning de volgende zaken op orde? Kruis aan wat voor u van toepassing is

- ☐ **Goede verlichting bij voor- en achterdeur**
Dit voorkomt struikelen, weert inbrekers en u ziet goed wie er voor de deur staat.
- ☐ **De thermostaatkraan in de badkamer**
Gemak en veiligheid voorop! Een vooraf ingestelde watertemperatuur maakt dat u nooit te heet of te koud wordt.
- ☐ **Veilige trap met 2e trapeuning en verlichting**
Houvast aan beide zijden en zien waar u loopt op de trap zijn één van de belangrijkste veiligheidsaspecten in uw huis.
- ☐ **Vlakke toegang**
Zowel bij de voordeur als de achterdeur is een vlakke toegang belangrijk.
- ☐ **Rookmelders op elke verdieping en een koolmonoxidemelder waar nodig.**
Om brand op tijd op te merken en snel te kunnen handelen.
- ☐ **Toilet op de slaapverdieping**
Om ook 's nachts gemakkelijk naar het toilet te kunnen gaan.
- ☐ **Beugels bij grotere op- en afstapjes**
Zodat u niet valt of uw evenwicht verliest



Aandachtspunten buiten



Vlak trottoir?



**Goede verlichting?
Huisnummer zichtbaar?**



**Vlakke toegang,
bij voor- en achterdeur?**



**Beugels bij grotere
op- en afstapjes?
zeker bij achterdeur**

Ongeluk zit in een klein hoekje



Geen obstakels

Geen gladde oppervlakten

Goed schoeisel

Goede vlakke bestrating

Geen opstapje naar de voordeur

Pad naar voordeur voldoende breed

Voor de voordeur plat stuk van 1.50m bij 1.50m

Geen materialen die glad worden (bijv. hout)

Grind is mooi, maar niet praktisch

Onderhoudsvriendelijke tuin



Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – obstakels in huis



Postopvanger

Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – obstakels in huis



Drempelvrij maken

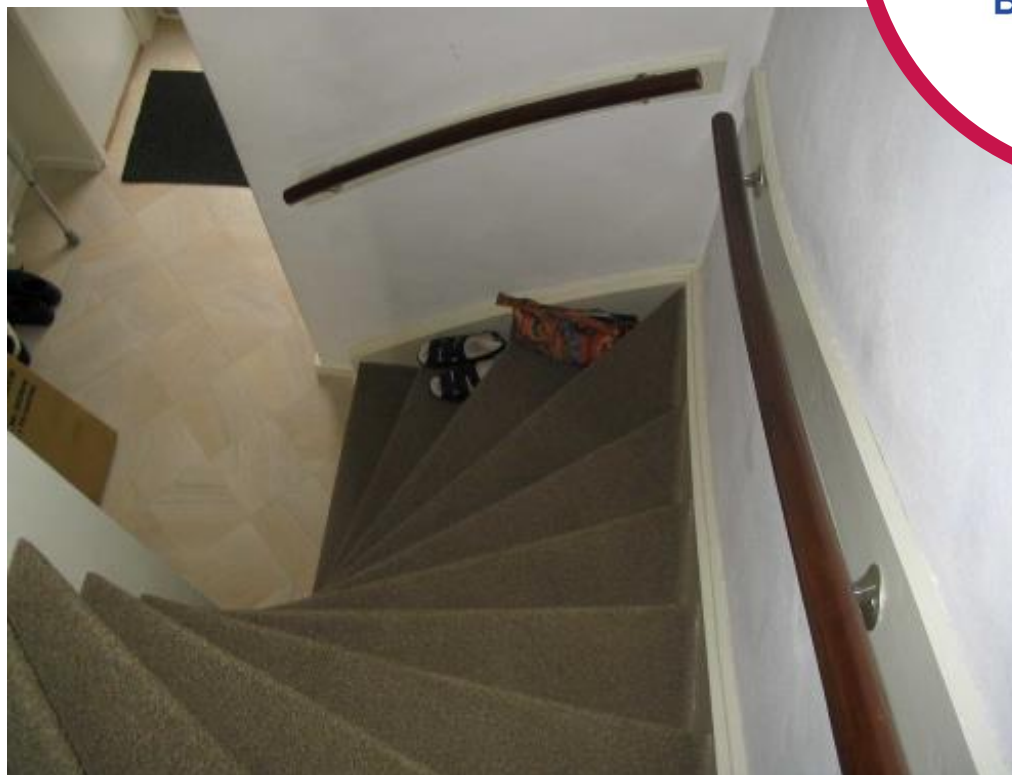


Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – obstakels in huis Struikelen voorkomen

Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – obstakels in huis

Veilig wonen



Veilig wonen – dubbele leuning, verlichting, antislip

Veilig wonen



Veilig wonen – Easysteppers.nl

Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – een toilet op de slaapetage, goede verlichting, houvast

Aandachtspunten binnen



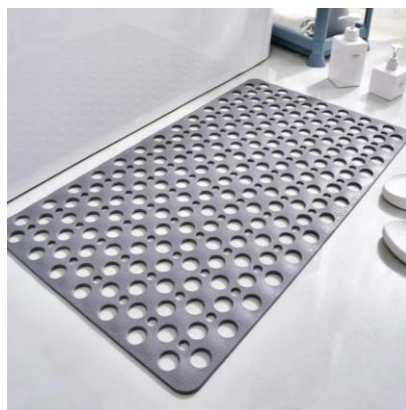
Gemak en veiligheid voorop!

**Een vooraf ingestelde watertemperatuur
maakt dat u nooit te heet doucht.**

Voorkom struikelen in de douche

Veilig wonen – de douche

Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – de wastafel, badkamervloer, houvast



Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – ik kan er niet bij

Aandachtspunten binnen



Veilig wonen – ik kan er niet bij

Aandachtspunten veiligheid



Rookmelders: vanaf 1 juli 2022 verplicht

In alle verkeersruimten van een woning

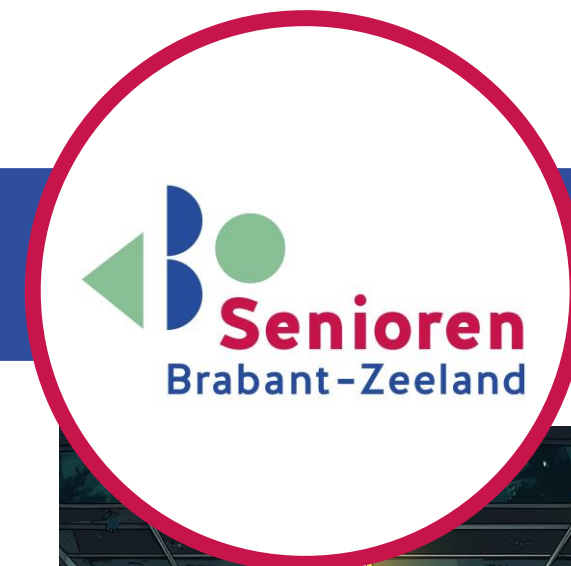
Koolmonoxide melder: niet verplicht wel verstandig

CV installatie: keuring verplicht vanaf 1 april 2013

Vluchtsleutel: nabij een buitendeur op een vaste plaats



Aandachtspunten veiligheid



Overdag opladen

Telefoon

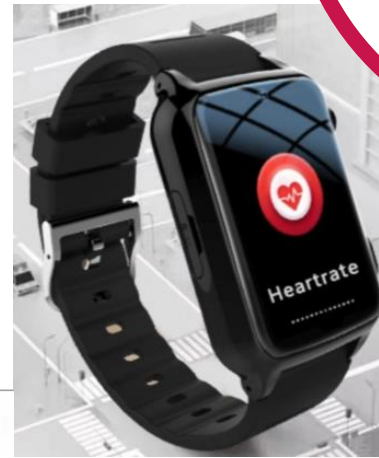
Laptop

Accu elektrische fiets bij voorkeur in berging of garage

Ook hier rookmelder!



Aandachtspunten technologie



T-Huiz www.t-huiz.nl



**Ontdek hoe technologie u
kan helpen zelfstandig thuis
te wonen!**

Plan uw bezoek aan T-Huiz 



088 281 6000 (BrabantWonen)



Echternachstraat 2, 5224 TB 's-Hertogenbosch



Kroezel 8, 5345 GD Oss



beheerder@t-huiz.nl

Aandachtspunten binnen - buiten



Veilig wonen – ongenode gasten

Inbraakpreventie – wat kunt u zelf doen?



- **Goedgekeurd hang- en sluitwerk (SKG)**
- **Ramen dicht, lichtje aan en deur op slot**
- **Huis ziet er bewoond uit als u weg bent**
- **Laat buren weten dat u met vakantie bent**
- **Zorg voor genoeg buitenverlichting**
- **Geen waardevolle spullen zichtbaar**

Aanvraag huistest



Woonscan:

Voor leden van Senioren Brabant-Zeeland – Senioren 's-Hertogenbosch stad

Aanvraag via het kantoor in 's-Hertogenbosch

Tel. 073-6444066 of info@seniorenbrabantzeeland.nl

Kosten maximaal 25,- (reiskosten)

Eventueel financiering grotere aanpassing via lening bij bank

Slimme (zorg)technologie, domotica: <https://www.t-huiz.nl/>

➤ **Presentatie spreker 1**

➤ **Presentatie spreker 2**

Pauze

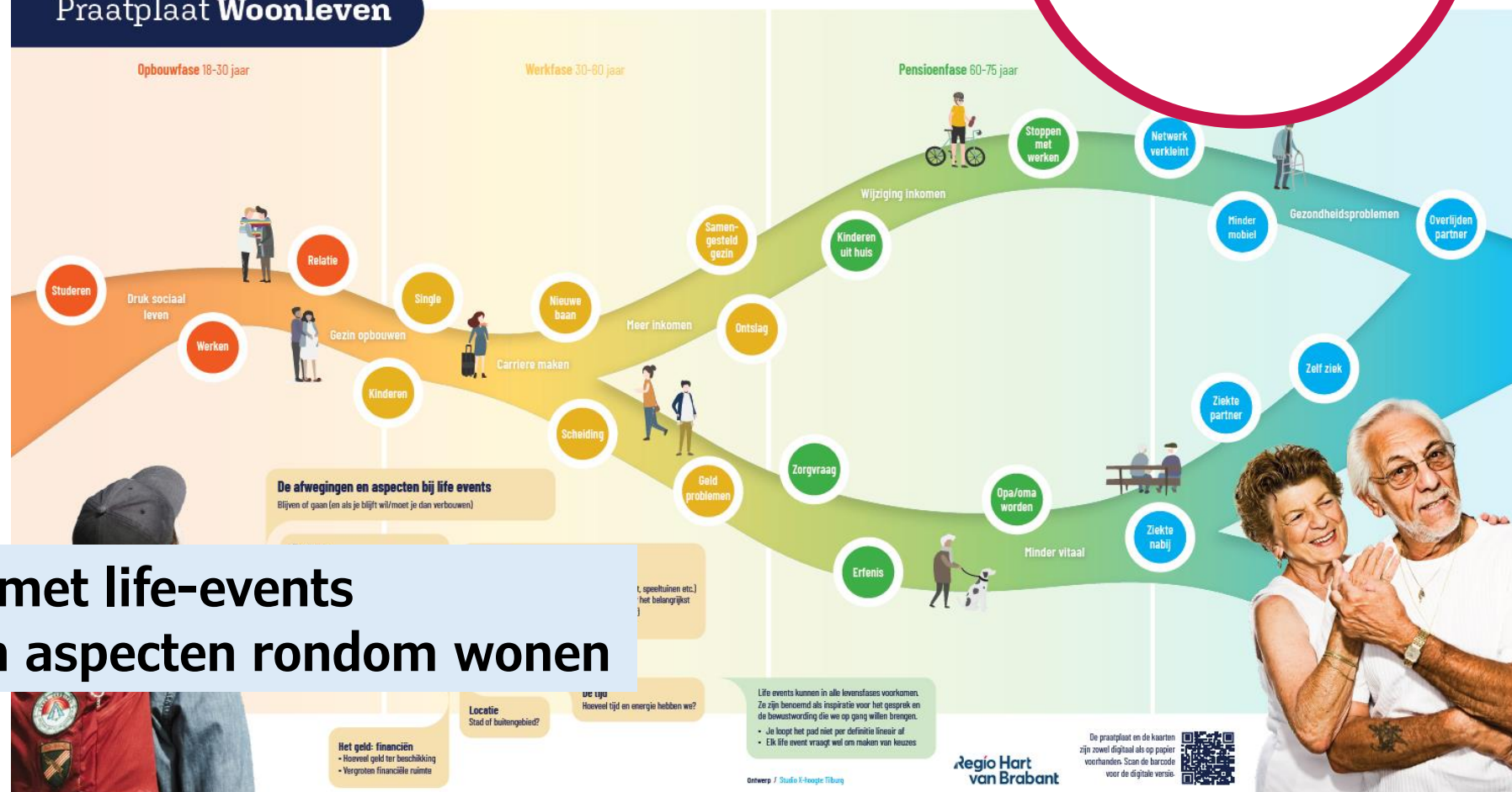


➤ **Presentatie spreker 3**

Praatplaat Woonbehoeften woonzorgvisie



Praatplaat Woonleven



4 levensfasen met life-events
Afwegingen en aspecten rondom wonen

Praatplaat levensfasen



4 Levensfasen:

Opbouwfase	18 – 30 jaar
Werkfase	30 – 60 jaar
Pensioenfase	60 – 75 jaar
Zorgfase	75 – 100 jaar

Verschillende fasen waarin we openstaan voor verhuizen of aanpassen woning
Mede gebeurtenissen bepalen woonbehoeften

Praatplaat levensfasen



Vragen en overwegingen:

Als ik verhuis dan is dat omdat

Als ik verhuis dan is dat naar

Mijn ideale woning is

Ik zou wel een ander huis willen maar houdt mij tegen.

Andere mogelijkheden bestaande woning



Wat is nog meer mogelijk met de bestaande woning om passend te blijven wonen:

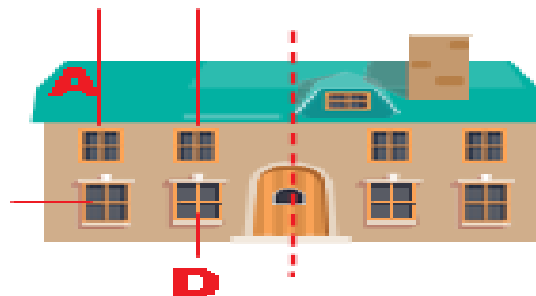
1. (Pre) mantelzorgwoning



2. Woningsplitsing



3. Woningdelen



4. Sloop en nieuwbouw



Woonvormen senioren



Mantelzorgwoning



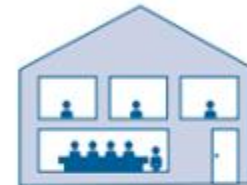
Woning dichtbij of gekoppeld aan andere woning waar ondersteuning en zorg uitgewisseld worden

Kleinschalig wonen



Groepswoning met zorg in een huiselijke setting voor 8-12 bewoners met zorg- of ondersteuningsvraag.

Woongroep



Gebouw met 4-20 kamers of kleine woningen en gedeelde leefruimte waar (alleenstaande) ouderen een gemeenschap vormen.

Woongemeenschap



Gebouw met 12-40 zelfstandige woningen en gedeelde voorzieningen waar bewoners samen activiteiten ondernemen.

Modern hofje



Hof met 16-45 grondgebonden of gestapelde woningen rond binnentuin met nieuwe vormen van nabuurschap

Wooncomplex



Gebouw met 20-300 woningen met gemeenschappelijke ruimten en zorg- en servicearrangement

Toekomstig wonen begint NU



- **Hoe wil ik over 5 of 10 jaar wonen?**
- **Waar en hoe zou ik willen wonen als ik alleen kom te staan?**
- **Wat is voor mij belangrijk?**
- **Is mijn woning geschikt bij fysieke of andere belemmeringen?**
- **Wat is een alternatief, als het in mijn huidige woning of woonplaats niet lukt?**
- **Weet ik wat ik daarvoor moet doen of waar ik informatie kan krijgen?**

Bijeenkomst 3 Donderdag 12 juni



- Wat gaat er veranderen in de zorg?
- Hoe kunnen we ons voorbereiden op de veranderingen in de zorg?
- Wat kunnen we zelf doen om langer vitaal te blijven?
- Hoe belangrijk is een sociaal netwerk?
- Wat betekent 'zorg voor elkaar'?
- Hoe kijken professionals tegen deze vragen aan en wat is het advies?

Toekomst van de zorg is thuis



DAGELIJKSE DINGEN

HUISHOUDEN/TUIN

Een 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 rijtje 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 buren 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 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?



Tot ziens!

Bijeenkomst 3 De toekomst van de zorg is thuis	12.06.2025	14.00-16.30 uur	Helftheuvel
		19.30-22.00 uur	Schans
Bijeenkomst 4 De Gemeente aan het woord	28.08.2025	14.00-16.30 uur	Helftheuvel
		19.30-22.00 uur	Schans