

www.seniorenzelfaanzet.nl



Agenda Toekomst van de zorg is thuis



- **Welkom**
- **Terugblik bijeenkomst 1 en 2**
- **Opmaat bijeenkomst 3**
- **Presentatie Thebe, Loes Huffmeijer**
- **Presentatie Casemanager dementie, Annie Zeegers**
- **Presentatie Contour de Twern**
- **Pauze**
- **Tafelgesprekken sociale netwerkkkaart & evaluatie**
- **Vooruitblik bijeenkomst 4, Gemeente Tilburg aan het woord**
- **Centrale afronding**

Campagne Senioren zelf aan zet



Het project is mogelijk gemaakt door ministerie Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Bijeenkomst 1, Bewustwording

Bijeenkomst 2, Wonen - verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 3, Zorg – verdieping samen met lokale partners

Bijeenkomst 4, Gemeente en rondje toekomst



Praat vandaag over morgen



Waarom het slim is om op tijd na te denken 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 (gezins)woning 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 | |

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 2 Wonen



93% Koopwoning waarvan 61% met partner

Aantrekkelijk woning/ woonsituatie:

Woning, tuin, sociale contacten, voorzieningen, bereikbaarheid

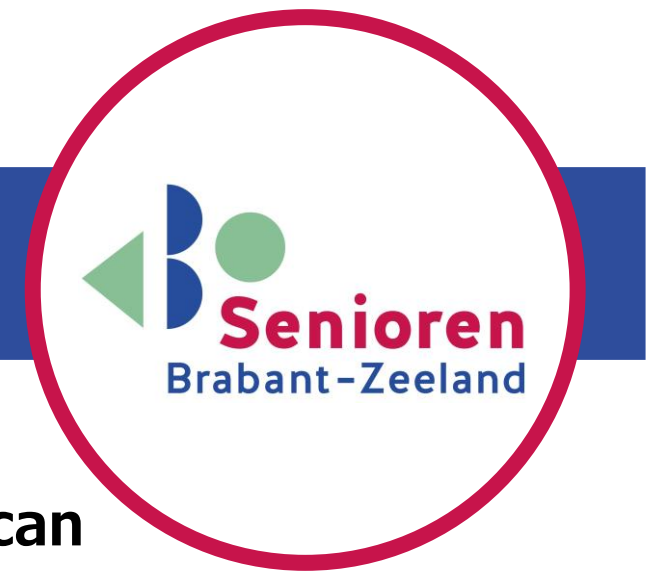
61% wil niet verhuizen

Interesse huidige woning: levensloopbestendig maken

39% wil op termijn verhuizen: woning te groot, tuin, niet gelijkvloers

Wensen: zelfde buurt (gemeente), gelijkvloers, voorzieningen in de buurt

Bijeenkomst 2 Wonen



1. Blijven wonen in huidige woning

Levensloopbestendig maken

Slimme technologie

Overige mogelijkheden

2. Verhuizen

TBV Wonen, Tiwos

Karen Neijenhuis & Danielle Vreijssen

Rabobank

Mevr. Christien van Willigen

SK-Makelaardij

Shirley Kneepkens

Woonscan

www.t-huiz.nl

Woningdelen, woning splitsen,
(pre) mantelzorgwoning

Mogelijkheden huren

Financiële mogelijkheden

Mogelijkheden kopen

Werken aan sociaal netwerk wel nodig?



Overtuigingen

- Hier zorgen we al voor elkaar
- Ik heb genoeg mensen die voor mij klaar staan
- Niemand hoeft eenzaam te zijn in ons dorp of straat
- Hier hoort iedereen erbij
- Er zijn veel organisaties die hulp bieden

En toch..



Oudere wil kind niet met zorg belasten

Twee op de drie Nederlanders willen best voor hun ouders zorgen als die op hun oude dag hulp nodig hebben. Maar! bijna de helft van de ouders wil hun kroost daar niet mee belasten. De overheid is verantwoordelijk voor de ouderenzorg, zeggen veel mensen.

overigens niet groot bij de senioren. Dat blijkt uit representatief onderzoek onder een afspiegeling van de Nederlandse bevolking dat deze krant liet doen door Panel Inzicht. Het onderzoek geeft een inkijkje in de manier waarop Nederlanders de toekomstige ouderenzorg zien.

Wil dat best. De 12 procent die dat niet wil, zegt veelal geen goede relatie met hun ouders te hebben of te ver weg te wonen. Toch zegt 46 procent van de 65-plussers de kinderen niet te willen belasten. Vier op de tien vinden het niet de taak van de kinderen.

dit. „Ouderen zijn bevreesd dat het mantelzorgen iets in de relatie laat schuren. We horen dat mensen prima voor elkaar boodschappen willen doen, maar dat medische handelingen of lichamelijke ver-

zorging – vooral intieme zorg als hulp bij douchen – een brug te ver zijn. Zowel om te krijgen als om te geven.”

Het gevolg is echter dat een van die kinderen alsnog verrassende MantelzorgNL krijgt er telefoontjes over. He komen plots in een verzorgings situatie door niet wilden van dan in een groot aanpassingen derden die de



Ze zijn bevreesd dat het mantelzorgen iets in de relatie laat schuren

‘We zijn erg verwend, we moeten meer zelf regelen’

Ouderen zullen meer zelf moeten betalen én regelen als ze meer zorg nodig hebben. Het aantal ouderen groeit zo hard dat de ouderenzorg de komende decennia niet meer te betalen is. Daarvoor

**Zelf als het kan
Digitaal als het kan
Thuis als het kan**

‘Idee dat overheid voor ouderen zorgt, is diepgeworteld’

ZATERDAG 18 JANUARI 2025

Nederlanders praten niet graag over ouderen worden, constateert ouderenbond Anbo-PCOB, op basis van eigen onderzoek. Hierdoor kunnen zowel de senioren als hun kinderen voor onaangename verrassingen komen te staan.

Ellen van Gaalen
Josselin Gordijn

„Drie generaties zijn opgegeven met collectief betaalde oude zorg. Je moet bijna een oude shift maken om onze ideeën over te veranderen”, stelt Paul Jeurissen, hoogleraar cultuur en toegankelijkheid aan Radboudumc. Ons land kreeg in 1968 als eerste ter wereld profonele ouderenzorg met verpleeghuis- en verpleeghuizen. E

Schijf van 5 in de zorg



Formele zorg kan niet zonder informele zorg



Sociaal netwerk cruciaal



Bijeenkomst 3 6 november 2025



- 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?

Thebe wijkverpleging

Loes Huffmeijer
Wijkverpleegkundige



Wie is Thebe?

Wij staan voor professionele zorg en leggen de nadruk op zelf, thuis & technologie. Samen met cliënt, zijn naasten en andere zorgverleners werken we aan de hoogst haalbare kwaliteit van leven. Dat doen we volgens **De Bedoeling van Thebe**. Daarin staat onze werkwijze en wat cliënten precies van ons kunnen verwachten.

Wij dragen zorg voor:

- Wijkverpleging
- Specialistische zorg
- Thuisbegeleiding
- Dagbesteding

Dit doen wij in:

19

Gemeenten in West- en Midden-Brabant

23

Woonzorgcentra in de regio



De Bedoeling

Zelfstandig

Thuis

Technologie

Toekomstvisie 2030

Samen werken om de uitdagingen richting 2030-2040 aan te gaan.

55%

Meer
65-plussers

50%

Meer
75-plussers

200%

Meer
90-plussers

2x

Zoveel
zorgmedewerkers
nodig

2-3%

Groei
beroepsbevolking

De laatste decennia is het aantal en aandeel 75-plussers dat zelfstandig thuis woont gestegen. In 2020 woont 92% van de 75-plussers zelfstandig thuis; in 1990 was dat nog 83% (ABF, 2021).



**Samen is het
sleutelwoord**

Vorbereiding op de toekomst



Het samenspel



Inzet netwerk



Inzet
technologie

Eigen regie bij voorbereiding op de toekomst



- Vooruitdenken en een netwerk opbouwen
- Huis en woningaanpassingen
- Gezondheid en welzijn
- Financiële en administratieve voorbereiding
- Inspelen op eventuele zorgbehoefte

Inzet hulpmiddelen

Samenwerking met ergotherapeut

Samenwerking met medipoint

Inzet thuiszorg technologie

SamenzorgApp



Thebe

Inzet ter vervanging professionele zorg

Innovatie en Zorgtechnologie

- Oogdruppelbril
- Tessa
- Medido
- Hulpmiddelen steunkous/zwachtelen
- Swash

Bereid je huis en netwerk voor!

Ga het gesprek aan met je netwerk
en zorg voor een zorgeloze
toekomst!

Bedankt voor je aandacht



Heb je nog vragen? Vraag het aan de Thebe
medewerker. Of kijk op www.thebe.nl

Presentatie



**Presentatie
Casemanager dementie, Annie Zeegers**

De dorpen van Tilburg

Berkel-Enschot / Udenhout / Biezenmortel





Ons dorpen team



The background features several thin, curved lines in a light gray color, some solid and some dashed, creating a sense of movement and depth. On the left side, there is a large orange speech bubble with a tail pointing downwards.

Sociaal werker

WAT IS EEN SOCIAAL WERKER?

SOCIAAL WERK IS EEN GRATIS BASISVOORZIENING IN DE BUURT, WAARBIJ GEEN INDICATIE NODIG IS. DAARNAAST HEBBEN WE KENNIS VAN DE SOCIALE KAART VAN DE DORPEN EN KUNNEN WE SNEL DOORVERWIJZEN.

Praktijk voorbeelden

WERKZAAMHEDEN DIE HIERONDER VALLEN ZIJN:

- BEWONERS INFORMEREN EN BIJ DE SAMENLEVING BETREKKEN/BETROKKEN HOUDEN.
- TIJDIG SIGNALEREN / PREVENTIE.
- BEGELEIDEN NAAR PASSEND VRIJWILLIGERSWERK / ACTIVITEITEN.
- LAAGDREMPELIGE ONTMOETINGSPLEKKEN OPZETTEN OF VERSTERKEN.
- ONDERSTEUNEN BUURT/BEWONERSINITIATIEVEN.
- SAMENWERKEN EN VERBINDEN VAN NETWERKPARTNERS EN VRIJWILLIGERSORGANISATIES.

Wie doet wat?

DORPSONDERSTEUNER

DE DORPSONDERSTEUNER WEET WAT ER LEEFT, KENT DE BEWONERS, ORGANISATIES EN ACTIVITEITEN VAN HET DORP EN LEGT HIER VERBINDINGEN TUSSEN.

DIMFY LISCHER, BERKEL-ENSCHOT

06 57384436 | DIMFYLISCHER@CONTOURDETWERN.NL

SOCIAAL MAKELAAR

DE SOCIAAL MAKELAAR HEEFT O.A. WEKELIJKS OVERLEG MET DE TOEGANG WAARIN (ZORG) CASUÏSTIEK BESPROKEN WORDT, ZODAT DE BEWONER MET ZIJN OF HAAR HULPVRAAG OP DE JUISTE PLEK TERECHTKOMT.

ELLES ACHTERHOF, BERKEL-ENSCHOT, UDENHOUT & BIEZENMORTEL

06 16019365 | ELLESACHTERHOF@CONTOURDETWERN.NL

MANTELZORGONDERSTEUNER & MAATJES

ONDERSTEUNT MANTELZORGERS DMV HUISBEZOEKEN, VOORLICHTING EN ONTMOETINGSBIJEENKOMSTEN.

KOPPELT (VAAK EENZAME) BEWONERS AAN DORPSGENOTEN VOOR SOCIALE CONTACTEN OF PRAKTISCHE ONDERSTEUNING.

INGE VAN ERP, BERKEL-ENSCHOT, UDENHOUT & BIEZENMORTEL

06 83693014 | INGEVANERP@CONTOURDETWERN.NL

CONCRETE VOORBEELDEN VAN WAT EEN SOCIAAL WERKER WÉL DOET.

Je kan ons
benaderen voor:

- EEN HUISBEZOEK (FIJN THUIS GESPREK/LUISTEREND OOR).
- OM OP DE HOOGTE GEBRACHT TE WORDEN VAN DE SOCIALE KAART EN VOORZIENINGEN IN DE DORPEN.
- VOOR VRIJWILLIGERSWERK.
- MEEDENKEN BIJ BV. BEWONERSINITIATIEVEN.
- VOOR MANTELZORGONDERSTEUNING.

CONCRETE VOORBEELDEN VAN WAT EEN SOCIAAL WERKER NIET DOET.

Je kan ons
helaas NIET
benaderen voor:

- PASSEND BETAALD WERK ZOEKEN.
- INHOUDELIJKE FINANCIËLE / JURIDISCHE ONDERSTEUNING.
- HULPVERLENING / ZORG / BEGELEIDENDE TRAJECTEN.
- HUISHOUDELIJKE ONDERSTEUNING.
- ORGANISEREN VAN EEN BUURTFEEST.

The background of the slide features a series of thin, curved lines in a light gray color, some solid and some dashed, creating a sense of movement and depth. On the left side, there is a large orange speech bubble with a tail pointing towards the bottom left. Inside this bubble, the text 'Stedelijke diensten ContourdeTwern' is written in white, sans-serif font. To the right of the bubble, there is a list of six services, each preceded by a small orange square bullet point.

Stedelijke diensten ContourdeTwern

- **VRIENDSCHAPSBANK**
- **BUURTBEMIDDELING**
- **AUTOMAATJE**
- **OPSTAPBUS**
- **WEDUWE EN WEDUWNAARSDIENST**
- **VPTZ (PALLIATIEVE ZORG)**

Onze samenwerkings partners

platform
Welzijn
Berkel-Enschot

GEMEENTE TILBURG

**COÖPERATIE
Biezenmortel**
SAMEN KRACHTIG



**Dorpsraad
BERKEL-ENSCHOT**

**Dorpsraad
Udenhout**

**DE
ZONNE
BLOEM**

Fysiotherapie
OpMaat

't Heem
zorgstichting

**DE
CHALM**
SOCIAAL CULTUREEL CENTRUM

**GEZONDHEIDSCENTRUM
KONINGSOORD**

't plein

POLITIE

TOEGANG TILBURG
ondersteuning en zorg

U-BE
Hulpcentrale
Udenhout • Berkel-Enschot

PEPPEL
de

VA
Vrouwenvereniging
Udenhout

tiwos
tilburgse woonstichting
tbv wonen
ruimte voor mensen

Stichting
Welzijn Ouderen
Udenhout

SWO Stichting
Welzijn Ouderen

Contact50
Seniorenvereniging
Biezenmortel
Udenhout

Dementievriendelijk
Udenhout Biezenmortel
Berkel-Enschot

Buurtgezinnen®
gezinnen voor gezinnen

**Boerderij
Ons Erf**

**Vincentius
Vereniging**
UDENHOUT & BIEZENMORTEL



NIDOS
jeugdbescherming voor vluchtelingen

de Bibliotheek
Midden-Brabant

Leergeld

Thebe

**RI
BRABANT**
basis voor herstel

Dovida

GGZ Breburg

FAMEUS
Hernieuwde Ontwikkeling Ontplooiing



**VluchtelingenWerk
Nederland**

**STERK
HUIS**

**SAMEN
Opgroeien Tilburg**

makker
Samen de wereld en toe aan de toekomst

prisma

De Wever

**AS
VZ**

Amarant

**a
alzheimer
nederland**

Vragen?

- Heb je nog vragen of opmerkingen?
- Wil je jezelf aanmelden voor een fijn thuis gesprek?
- Ben je mantelzorger of ken je een mantelzorger?
- Wil je vrijwilligerswerk doen?
- Heb je een leuk initiatief voor je straat, buurt, dorp?

Zoek ons zo op om kennis te maken. Of maak een afspraak om een kopje koffie te drinken in de foyer van de Schalm.

Pauze



Sociale netwerkkaart



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?

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 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?

Hoe ziet uw netwerk eruit?
Wie kunt u om hulp vragen?
Waarmee kunt u hulp bieden?

Waar mist u hulp?

Een sociaal netwerk is belangrijk



- Minder mantelzorgers beschikbaar
- Afname van zorgprofessionals
- Eigen sociale kring senioren wordt kleiner
- Kinderen wonen vaak ver weg en ouders willen hen niet belasten

- 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
- Het geeft RUST

Vitaliteit, versterk je netwerk!



Regie, de grootste factor voor gelukkig zijn
Het geeft rust te weten dat dingen geregeld zijn ook als er beperkingen zijn

Bijeenkomst 4 27 november 2025



Gemeente Tilburg aan het woord



GEMEENTE TILBURG

Vragen en suggesties m.b.t. wonen



- **Er is een tekort aan levensloopbestendige huisvesting; woningen/appartementen, knarrenhofjes en woongroepen**
- **Meer huisvesting voor senioren bevordert doorstroom voor jongeren/gezinnen**
- **Maak mantel (zorg) woningen makkelijker en sneller te realiseren**
- **Verruim regelgeving en maak daarmee nieuwe initiatieven mogelijk**

Vragen en suggesties m.b.t. woonomgeving



- Een laagdrempelig inloop/buurthuis voor ontmoeting en hulp is belangrijk
- Een veilige woonomgeving is belangrijk
- Aandacht voor voorzieningen: brievenbus, prullenbakken, pinnen, parkeren
- Zorg voor wandel-, rollator- en scootmobiel vriendelijke paden en straten (let op verlichting en stoepranden)
- Aandacht voor vervoer en mobiliteit

Vragen en suggesties m.b.t. zorg



- **Versterk bewustwording van zelfverantwoordelijkheid, samenredzaamheid en omzien naar elkaar**
- **Veel onbekendheid over mogelijke hulpverlening en diensten, complexe regels**
- **WMO: wat kan deze wèl bieden, wachttijd (te) lang**

Oproep aan gemeente en professionals



- Er is een grote groep senioren, met veel kennis, ervaring en tijd: maak daar gebruik van
- Wees creatief en flexibel
- Denk niet in mogelijkheden en resultaten i.p.v. regels
- Duidelijke informatie, het is (vaak) een doolhof
- Vraag waar mensen echt mee geholpen zijn om verder te kunnen
- **We zijn samen aan zet, inwoners en professionals**



Tot ziens!

Bijeenkomst 4

Gemeente aan het woord

27.11.2025