



> RETOURADRES POSTBUS 1992, 6201 BZ MAASTRICHT

Aan de gemeenteraad van Maastricht

BEZOEKADRES  
Mosae Forum 10  
6211 DW Maastricht

POSTADRES  
Postbus 1992  
6201 BZ Maastricht

WWW.GEMEENTEMAASRICHT.NL

ONDERWERP  
Senior in Maastricht, Toekomstagenda  
2016-2018

DATUM  
28 september 2016  
Verzonden: 28-09-2016

BIJLAGEN

BEHANDELD DOOR  
JM (Karin) Martens

DOORKIESNUMMER  
043 350 31 31

ONZE REFERENTIE  
2016-31792

E-MAILADRES  
Karin.Martens@Maastricht.nl

FAXNUMMER  
043 350 -- --

UW REFERENTIE

Geachte leden van de gemeenteraad,

## Doel Raadsinformatiebrief

Deze raadsinformatiebrief heeft als doel de gemeenteraad te informeren over het seniorenbeleid dat in de nota Senior in Maastricht, Toekomstagenda 2016-2018 is beschreven.

## Senior in Maastricht, Toekomstagenda 2016-2018

De meeste senioren in de leeftijd tussen 65 en 75 jaar leven (grotendeels) zelfstandig. De gemeente wil, in samenwerking met andere organisaties in de stad, senioren de komende jaren ondersteunen om mee te kunnen blijven doen. Het seniorenbeleid wordt op twee manieren vormgegeven:

- 1) Via de Toekomstagenda Sociaal Domein Maastricht-Heuvelland 2022 (Wmo, langdurige zorg, aandacht voor mantelzorg/informele zorg);
- 2) Additioneel via de nota Toekomstagenda 'Senior in Maastricht 2016-2018', waarbij aandacht wordt besteed aan een aantal onderwerpen die niet of onvoldoende in de Toekomstagenda Sociaal Domein Maastricht-Heuvelland 2022, aan bod komen.

In de (inter)nationale literatuur en beleidsdocumenten wordt voornamelijk de term senior gehanteerd. Om die reden kiezen we vanaf 2016 voor de term seniorenbeleid in plaats van ouderenbeleid.

De Toekomstagenda 'Senior in Maastricht 2016-2018' (collegebesluit d.d. 19-01-2016) beschrijft hoe we de komende jaren de positie van senioren willen versterken. We monitoren hoe de positie van senioren is verbeterd door middel van gesprekken met groepen senioren en door middel van de stadspeiling Maastricht 2018.

---

### Samenvatting

Specifieke aandacht voor de rol/positie van senioren op veel terreinen blijft nodig. Denk bijvoorbeeld aan informatievoorziening voor senioren die niet digitaal actief zijn. Ook de toenemende behoefte van senioren, om na de pensioenleeftijd actief te blijven, moeten we faciliteren. Senioren kunnen veel betekenen voor Maastricht door kennis/talenten/vaardigheden/ambachten te delen met anderen. Gezonde en vitale senioren hebben meer kwaliteit van leven en kunnen ook beter blijven deelnemen



DATUM  
28 september 2016

aan het maatschappelijk leven. Senioren hebben kenbaar gemaakt dat ze behoefte hebben aan nieuwe vormen van ontmoeting, niet enkel onderling, maar ook met andere leeftijdsgroepen (cross-generatieel). En last, but not least, de financiële positie van een grote groep senioren in Maastricht. Bij gebrek aan middelen kunnen veel senioren niet deelnemen aan het maatschappelijk, cultureel of sportaanbod. In het huidige coalitieakkoord "Wij Maastricht 2014-2018" werd vastgesteld dat aandacht voor het meedoen van alle Maastrichtenaren én extra aandacht voor eenzame oudere Maastrichtenaren, van groot belang is om als samenleving gezond en gelukkig te blijven functioneren.

### **Speerpunten seniorenbeleid**

In de nota 'Senior in Maastricht, Toekomstagenda 2016-2018' zijn acht speerpunten opgenomen:

1. Individuele eigen kracht van senioren
2. Senioren doen mee
3. Senioren blijven zo lang mogelijk de regie voeren over hun eigen woon- en leefsituatie
4. Senioren blijven gezond en vitaal
5. Senioren zijn Goed Geïnformeerd
6. Senioren voelen zich veilig, thuis en in de stad
7. Burgerinitiatieven voor/door senioren
8. Maastricht op weg naar een seniorvriendelijke gemeente

In 2016 zijn we, tijdens twee Dialoogsessies met senioren(organisaties) in gesprek geweest over de acht speerpunten van het seniorenbeleid. De aanwezige stakeholders herkennen de bovengenoemde speerpunten. Er werd ervaring en kennis gedeeld. Nieuwe samenwerking ontstond ter plekke (zie ook het verslag van de Dialoogbijeenkomst van 16 april jl.). Het resultaat van de tweede Dialoogbijeenkomst is de selectie van een aantal nieuwe projectideeën. Deze ideeën worden in verschillende werkgroepen verder uitgewerkt en/of als pilot opgestart. Enkele voorbeelden: Rent-a-Granny, Matchpunten in de buurt/wijk, Seniorbuurtcoach. Voor meer informatie verwijzen we naar het verslag van de tweede Dialoogbijeenkomst d.d. 9 juni jl.

### **Mini-symposium Senior in Maastricht**

U bent van harte uitgenodigd om op 17 november 2016 vanaf 14:00 het mini-symposium 'Senior in Maastricht' bij te wonen. Nadere informatie over de invulling van het programma, de locatie en het tijdstip, volgt in oktober. Reserveer de datum alvast in uw agenda.

Ik hoop u voor dit moment voldoende over het seniorenbeleid te hebben geïnformeerd. Mocht u nog vragen hebben, dan kunt u contact opnemen met [Karin.Martens@Maastricht.nl](mailto:Karin.Martens@Maastricht.nl) of [Jeske.Lammers@Maastricht.nl](mailto:Jeske.Lammers@Maastricht.nl).

Hoogachtend,

Jim M. Janssen,  
Wethouder Sociale Zaken, Ouderenbeleid, Stadsbeheer, Sport & Recreatie.

**Bijlagen:** Verslagen van de Dialoogsessies met senioren(organisaties) op 16 april jl. en 9 juni jl.

# SENIORENBLIK

Senioredialoog Maastricht, 9 Juni 2016

Op 9 juni 2016 komen ruim 30 betrokkenen bij seniorenbeleid in Maastricht bijeen voor een volgende sessie van de senioredialoog. Wethouder André Willems opent de middag. Hij verwelkomt de aanwezigen en legt uit dat het accent van deze bijeenkomst op samenwerking ligt. Hij nodigt iedereen uit met ideeën te komen die een (praktische) aanvulling zijn op de nota 'Senior in Maastricht'.

Het uitgangspunt van de nota is de vraag 'Hoe kunnen we de positie van senioren versterken'. De gemeente heeft acht speerpunten benoemd, die ervoor moeten zorgen dat alle 65-plussers, ook de kwetsbaardere senioren, mee blijven doen en hun eigen keuzes kunnen (blijven) maken. Voor de uitvoering hiervan is de inbreng van iedereen, vooral ook van de senioren zelf, nodig. Daarom is men op 16 april begonnen met de senioredialoog.

Tijdens deze vorige dialoog creëerden de deelnemers samen een beeld van wat er al gebeurt op het gebied van het versterken van de positie van de senioren. Ze dachten na over innovatieve ideeën om hier nog meer of anders aan bij te dragen, op het gebied van informatie en communicatie. Ook bespraken we de toepassing van het concept Positieve Gezondheid, als een breder begrip waar het niet alleen om het fysieke aspect van gezondheid draait. Tijdens deze vervolgsessie op 9 juni gaan we op de eerste plaats onderzoeken waar we slimmer kunnen samenwerken.



## CENTRALE VRAAG

**Hoe kunnen we de positie van senioren in Maastricht versterken?**

## DOELEN

- Gezamenlijke focus op de toekomstagenda
- Verdiept beeld van wat we allemaal doen voor senioren in de stad
- Afspraken en acties over samenwerking tussen de partijen bij overlappende activiteiten
- Concrete acties voor het versterken van de positie van senioren
- Houding gericht op het inbedden van een actieve rol van senioren en op het gedachtegoed van Positieve Gezondheid

## Slimmer Samenwerken

Vorige keer hebben we in kaart gebracht wie wat doet voor senioren in Maastricht. Op een aantal onderwerpen is er sprake van overlappende activiteiten van meerdere partijen. Hier liggen kansen om het slim samen te doen. In groepjes bespreken de deelnemers de mogelijkheden en aanknopingspunten voor (slimmer) samenwerken op vier van deze thema's.

### Ondersteuning van de oudere mantelzorg

- Er zijn verschillen in groepen en wensen.
- Dichtbij, in de wijk
- Mobiel matchpunt in de wijk
- Behoeft aan informatie voor de mantelzorg
- Mantelzorgcoach
- Regie ligt bij persoon
- Individueel maatwerk
- Samenwerken met familie
- Respijtzorg

### Stimuleren/organiseren van actieve rol van ouderen, wederkerigheid, zelf iets geven als senior

- Organiserend mechanisme
- Regie in eigen hand houden
- Voor jezelf kunnen opkomen
- Focus op wat jezelf nog wel kan
- Post-pensioen carrière
- Ontdekken van kwaliteiten
- Gebruik bestaande dingen

### Ontmoetingen voor senioren

- Ontmoeten = makkelijker samenwerken
- Wat betreft activiteiten, gebruik de talenten van ouderen. Combineer jong en oud en betrek allochtone senioren. Organiseer het wijk of buurt-gericht, zoals het Sociaal Café in Wyckerpoort.
- Creëer ontmoetingsplekken. Waar zijn natuurlijke plekken? Denk hierbij aan de mobiliteit van senioren.
- Waar bereik je die ouderen?
- Een voorbeeld is Vier Het Leven, zij bereiken en werken samen met anderen om bekendheid te generen.

### Informatie voorziening voor senioren (over zorg, senioren-activiteiten, etc.)

- Informatie is belangrijk!
- Denk aan verschillende doelgroepen (55+, 75+, allochtoon, laaggeletterd)
- Maak informatieprofielen
- Gebruik verschillende vormen (digitaal zowel als schriftelijk)
- Geef informatie dichtbij de mensen in de buurt, (buurtblaadjes, buurtnetwerken, etc)
- Zoek uit wat de vraag/informatiebehoefte is
- Netwerken samenwerking met behoud van eigen



**“Je kan van tevoren niet plannen of een ontmoetingsbijeenkomst waardevolle ontmoetingen oplevert. Daarom moeten we veel ontmoetingsplekken en momenten faciliteren zodat waardevolle ontmoetingen kunnen gebeuren.”**

## 6 CONCRETE IDEEËN

Tijdens de bijeenkomst op 16 april zijn er zes ideeën voor de toekomst bedacht. Deze zijn nu verder uitgewerkt.



### Ontmoetingsplekken

*Wat?* Multifunctionele, interculturele en intergenerationele ontmoetingsplekken.

*Waarom?* We hebben gezien dat mensen eenzaam zijn, een slechte gezondheid hebben en onvoldoende geïnformeerd zijn over waar ze moeten zijn.

*Voor wie?* Alle senioren! Mensen uit de buurt, ongeacht hun redenen. De mevrouw met de rollator hoeft niet de Maas over.

*Hoe?* Inventarisatie van de netwerken en plekken die er al zijn. We versterken de relaties met kwartiermakers en sleutelfiguren en bouwen dit met hun verder uit. We gaan klein beginnen.

*Resultaat?* Burgerparticipatie, zelfredzaamheid, vertrouwen in de politiek, leefbaarheid. Er zijn veel plekken om samen dingen te doen, informatie te halen en mensen te ontmoeten.

*Wie?* Rasa de Zanger, Rietje Creusen, Max Beekers, Ria Verstappen

### Senior App

*Wat?* App met informatie voor senioren.

*Waarom?* We hebben gezien dat er veel informatie is, maar dat het bereiken van de doelgroep lastig is. Senioren zijn heel verschillend en het combineren/samenwerken gaat niet vanzelf.

*Voor wie?* Alle senioren en alle professionele organisaties.

*Hoe?* De informatie is aanwezig. We gaan uit van een buurt, betrekken meerdere sectoren en kijken met onafhankelijke deskundigen.

*Wie?* Rob Hupkens, Wim Hoevenagel, Karin Martens, André Willems



**"Er is veel in de wijk en wat niet in de wijk is haal je uit de stad."**

### Matchmaking – coördinatie

*Wat?* Kennisbank: vraag verzamelen en talent erbij zoeken.

*Waarom?* We hebben gezien dat we één structuur missen, niet de behoeften en talenten van burgers kennen en sociale contacten ontbreken.

*Hoe?* We willen deskundigheid in centrale structuren en medemenselijkheid in de wijk. We brengen een coördinatiepunt onder bij Trajekt (buiten politieke belangen). Veel is in de wijk, wat mis in de wijk halen we uit de stad. We houden het laagdrempelig, gaan langs huizen en halen veel uit bestaande bronnen. We betrekken bepaalde groepen zoals FNV, ondernemersbonden en allochtonen.

*Resultaat?* Matchpunt wijkteampunten

*Wie?* Peter Mingels, Symon Algera, Wendy Souren, Wiel Friedrichs, Sarah Smeets, Barbara Roebroeks, Bart Hesdahl



### Onafhankelijke ouderen

*Wat?* Senioren kunnen op een veilige manier fijn oud worden.

*Waarom?* We hebben gezien dat ons zorgstelsel de onafhankelijkheid in de hand werkt en dat er een gebrek aan zingeving is.

*Voor wie?* Mensen die niet uit zichzelf de stap kunnen zetten: die geen sociale contacten, geen geld of geen zin hebben of geïsoleerd zijn.

*Hoe?* We maken de mensen belangrijk door de juiste persoonlijke benadering en gaan uit van eigenwaarde. Zorg moet aanvullend zijn en persoonlijk.

*Resultaat?* Een zinvol leven voor de ouderen. Benadering met meer waardering en niet als probleem.

*Wie?* Niek Jaspers, Gerda Wijnen, Annie Mommers

### Rent-a-granny

*Wat?* Senioren als opa en oma koppelen aan een gezin of individu.

*Waarom?* We zien dat jonge gezinnen soms geen opa of oma meer hebben of niet in de buurt, dat opa's en oma's geen kleinkinderen in de buurt hebben, en dat jong en oud elkaar iets te bieden hebben.

*Voor wie?* Voor iedereen die behoefte heeft aan deze 'georganiseerde vriendschap', voor jong en oud en voor senioren die graag wat gezelschap willen.

*Hoe?* We toetsen het idee eerst aan veiligheid en zetten dan een structuur op. We gaan vrijwilligers trainen om gezinnen en oma's en opa's te werven. Dan komt er een goed inschrijvingsmechanisme en goede profielen.

*Resultaat?* Groter welbevinden van de senior, blijde gezichten, minder gekwakkel, gezelligere senioren, zingeving.

*Wie?* Anita Bastiaans, Geerte Courtens

### Zorgsalon / Huiskamer / Buurbrök

*Wat?* Een informatiepunt waar je een zorgsignaal kan afgeven

*Waarom?* We hebben gezien dat er steeds meer mensen met psychische kwetsbaarheden in de wijk blijven wonen. Bij een zorgwekkende situatie, waar kun je je als buur melden? Via de zorgsalon kan de buurt kan melden bij de wijkverpleegkundige.

*Voor wie?* De bewoner achter de gesloten deur. De buurman die zich zorgen maakt.

*Hoe?* De buurman maakt zich zorgen, maakt een eerste melding richting wijkhuiskamer en wijkverpleegkundige.

De seniorbuurtcoach neemt het op. De coach is een senior plus met sociale vaardigheden en kennis van de sociale kaart. Na eerste inventarisatie haalt de coach eventueel wijkverpleegkundige erbij (of huisarts).

*Resultaat?* Elkaar ontmoeten, gebruik maken van wat er al in de buurt is, gebruik maken van actieve senioren, preventief melden en een zinvol leven leiden.

*Wie?* Cisca van der Meijs, Peter Comans, Frank Amory, Jacqueline Lemmens



## EN NU?

De bovenstaande ideeën worden, in samenwerking met de gemeente, verder uitgewerkt. Eind 2016 wordt, tijdens een klein symposium, de voortgang van de projecten gepresenteerd. Verder vinden er in het najaar een aantal buurtgesprekken met senioren plaats. De GGD, Adviescommissie Seniorenbeleid en de gemeente Maastricht, gaan in gesprek met senioren over de kwaliteit van leven/positieve gezondheid. Ook de resultaten van deze buurtgesprekken worden eind december gepresenteerd.



### AANWEZIGEN

André Willems (Wethouder), Bert Hesdahl (GGD-ZL), Ria Verstappen (Commissie ASM), Niek Jaspers (Commissie ASM), Max Beekers (Commissie ASM), Gerda Wijnen (Koffiepot Amby), Annie Mommers (Koffiepot Amby), Peter Mingels (Mosae Zorggroep), Symon Algera (Sesamacademie), Wiel Friedrichs (Senior Centraal), Rob Hupkens (Senior Centraal), Frank Amory (Coördinator Ketenzorg (ZIO), Richard Lusterms (Thuiszorg Groot Limburg), Math Courbois (Unie van Vrijwilligers), E. Ausems ('t Gilde), Wendy Souren (Envida/Meewerkend teamleider Regio West), Geerte Courtens (Tout Maastricht), Kirsten Rietbergen (Tout Maastricht), Anita Bastiaans (Radar/Athos Eet, Maakt, Doet), Sarah Smeets (Platform Mantelzorg Limburg), Nelleke de Kruik (Stichting Vier het Leven), Barbara Roebroeks (Trajekt), Rasa de Zanger (In de Rooden Leeuw), Jacqueline Lemmens (Envida), Bart Hesdahl (GGD Zuid Limburg), Wim Hoevenagel (Commissie ASM), Peter Comans, Cisca van der Meijs (Levantogroep), Rietje Creusen (Gemeente Maastricht), Jeske Lammers (Gemeente Maastricht), Karin Martens (Gemeente Maastricht)

### Klopt er iets niet?

Staat er ergens in het verslag iets niet zoals je het bedoeld had? Laat het ons weten! Mail naar Karin Martens.

### Meer informatie?

Neem contact op met Karin Martens via [karin.martens@maastricht.nl](mailto:karin.martens@maastricht.nl)

### Colofon

Facilitatie, concept & vormgeving:  
[perspectivity.org](http://perspectivity.org)



© Gemeente Maastricht

# SENIORENBLIK

Senioren dialoog Maastricht, 16 april 2016

De gemeente Maastricht streeft ernaar dat alle Maastrichtenaren meedoen. De praktijk wijst uit dat er op sommige vlakken obstakels zijn. Een voorbeeld hiervan is de participatie van senioren in Maastricht.

In plaats van het opzetten van beleidstukken werkt de gemeente Maastricht tegenwoordig met toekomstagenda's, waarbij het beleid samen met de burger wordt ontwikkeld. Deze nieuwe focus op dialoog heeft al tot vele positieve resultaten in de praktijk geleid. Vanuit deze gedachte is de senioren dialoog van 16 april 2016 opgezet.

Vanuit 12 organisaties actief voor senioren komen 27 betrokkenen bijeen in Athos om na te denken over hoe we de positie van senioren in Maastricht samen kunnen versterken. Wethouder André Willems opent de ochtend en onderstreept het belang van dialoog op dit gebied. Tijdens de ochtend kijken we naar wat we nu al doen en wat we samen kunnen gaan doen op het gebied van seniorenparticipatie in Maastricht.



## SPEERPUNTEN TOEKOMSTAGENDA

1. Individuele eigen kracht van senioren
2. Senioren doen mee
3. Senioren blijven zo lang mogelijk de regie voeren over hun eigen woon- en leefsituatie
4. Senioren blijven gezond en vitaal
5. Senioren zijn goed geïnformeerd
6. Senioren voelen zich veilig – thuis en in de stad -
7. Burgerinitiatieven voor/door senioren
8. Senioren bepalen hoe een seniorvriendelijk Maastricht eruit gaat zien.

**Centrale vraag: Hoe kunnen we de positie van senioren in Maastricht versterken?**

## DOEL VAN DE OCHTEND

- We kennen de toekomstagenda.
- We hebben een beeld van wat we al doen.
- We bedenken ideeën hoe we nog meer kunnen bijdragen.
- We verkennen het thema positieve gezondheid.



Gemeente Maastricht

## WAT DOEN WE AL?

Op het gebied van seniorenparticipatie is er al veel gaande in Maastricht. Hieronder een overzicht van op welke speerpunten de aanwezige organisaties actief zijn. Een volledig overzicht van de acties die door de organisaties ondernomen worden is verkrijgbaar.

### 1. Individuele eigen kracht

Thuiszorg Groot Limburg, Stichting Senior Centraal, Mosae Zorggroep, Vorkje Prikken, Radar, Adviescommissie Seniorenbeleid Maastricht, Buurtplatform St Pieter Jekerdal.

### 2. Senioren doen mee

Radar, Buurtplatform Heer, Mosae Zorggroep, Tout Maastricht, Service van Envida, Envida, 't Gilde Maastricht, Radar, Vorkje Prikken.

### 3. Eigen regie

Thuiszorg Groot Limburg, Stichting Senior Centraal, GGZ Zuid Limburg, Buurtplatform Heer, Service van Envida, Envida, In den Rooden Leeuw, Radar.

### 4. Gezond en vitaal

Adviescommissie Seniorenbeleid, Radar, GGD Zuid Limburg, Envida, Service van Envida, Stichting Senior Centraal, 't Gilde Maastricht.

### 5. Goed geïnformeerd

Envida, Mosae Zorggroep, Thuiszorg Groot Limburg, GGD Zuid Limburg, Stichting Senior Centraal, 't Gilde Maastricht, Radar, Tout Maastricht.

### 6. Veilig

Adviescommissie Seniorenbeleid Maastricht, Envida, In den Rooden Leeuw, Thuiszorg Groot Limburg, Mosae Zorggroep, Radar.

### 7. Burger initiatieven

Radar, 't Gilde Maastricht, Tout Maastricht, Adviescommissie Seniorenbeleid Maastricht, Envida, Vorkje Prikken, Buurtplatform St Pieter Jekerdal, Radar.

### 8. Seniorvriendelijk door senioren

Vorkje Prikken, In den Rooden Leeuw, GGD Zuid Limburg, Adviescommissie Seniorenbeleid Maastricht, Stichting Senior Centraal.



## POSITIEVE GEZONDHEID

Bert Hesdahl van de GGD- ZL vertelt over het concept positieve gezondheid. Bij positieve gezondheid gaat het er niet om dat mensen geen ziekten hebben, maar dat zij, ondanks eventuele ziekten, het vermogen hebben om goed te blijven functioneren. Deze verschuiving van het begrip gezondheid is vernieuwend in de gezondheidswereld waar gezondheid vaak werd gemeten in termen van ziekten, niet roken en veel sporten. Positieve gezondheid neemt een brede blik en kijkt naar gezondheid in zes dimensies: lichaamsfuncties, mentaal welbevinden, zingeving, kwaliteit van leven, meedoen en dagelijks functioneren. Het idee is dat je jezelf in een spinnenweb op deze dimensies kan scoren en er zo kan achter komen waar de meeste winst voor jou te halen valt. Probeer hetzelfde hier naast! Vul je scores in en teken je eigen spinnenweb.

Wat betekent dit voor ons, dienstverleners en gemeente? Dat we niet op de klassieke manier naar (medische) gezondheid kijken, maar met een brede blik.

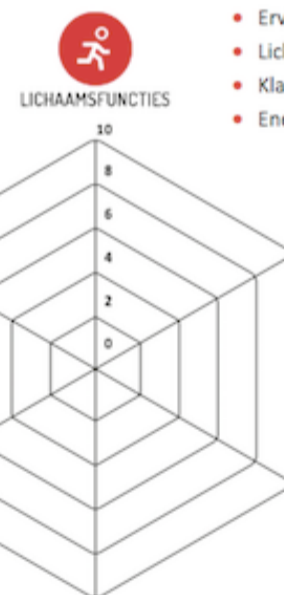


## 6 PIJLERS VAN POSITIEVE GEZONDHEID

- Basis Algemene Dagelijkse Levensverrichtingen (ADL)
- Instrumentele ADL
- Werkvermogen
- Gezondheidsvaardigheden



- Sociale en communicatieve vaardigheden
- Sociale contacten
- Betekenisvolle relaties
- Geaccepteerd worden
- Maatschappelijke betrokkenheid
- Betekenisvol werk



- Medische feiten
- Medische waarnemingen
- Ervaren gezondheid
- Lichamelijk functioneren
- Klachten en pijn
- Energie



- Cognitief functioneren
- Emotionele toestand
- Eigenwaarde en zelfrespect
- Gevoel controle te hebben, 'manageability'
- Zelfmanagement en eigen regie
- Veerkracht, 'resilience'
- Je situatie begrijpen, 'comprehensibility'



- Zingeving, 'meaningfulness'
- Doelen of idealen nastreven
- Toekomstperspectief
- Acceptatie



- Kwaliteit van leven, welbevinden
- Geluk beleven
- Genieten
- Ervaren gezondheid
- Lekker in je vel zitten
- Levenslust
- Balans

**“Het idee was altijd: ‘Als ik me goed voel, doe ik dingen’. Misschien is het wel andersom. ‘Als ik dingen doe, dan voel ik me beter’.”**

## VOORRAADIDEEËN

De aanwezigen gaan aan de slag met het bedenken van ideeën om de positie van senioren te versterken door middel van de 'brein schrijven' methode. Zes ideeën zijn verder uitgewerkt, deze lange lijst kan als voorraadvat voor de toekomst dienen. Doordat er in afzonderlijke groepen is gewerkt kan het zijn dat ideeën dubbel voorkomen.

### Speerpunt 1 & 3

#### Ambachtelijke leerschool door senioren

Een ontmoetingsplek waar senioren met elkaar en verschillende doelgroepen in verbinding kunnen komen. Athos is hiervan een goed voorbeeld en deelt ervaringen kennis met andere organisaties. 'T Gilde kan helpen met contact leggen.

#### Ontmoetingsplek senioren per buurt

In kaart brengen welke algemene voorzieningen er al zijn en welke nog niet voldoende bekend zijn. Dit leidt tot structurele samenwerking tussen organisaties. Ontmoeten is gezellig en het combineren van verschillende groepen is ook functioneel.

#### Ouderen dragen bij

Vanuit knowhow en ervaring kunnen ouderen een versnelde bijdrage leveren aan maatschappelijke ontwikkelingen. Zij kunnen hun kennis delen met basisscholen. Er moeten plekken zijn waar zij deze ervaringen kunnen delen.

#### Senioren richten hun eigen leven in

Senioren zijn actief in de buurt, waar kunnen ze dit doen? Jong en oud wonen en leven samen. Er zijn kennisoverdrachten en activiteiten tussen ouderen en jongeren.

#### Voorleesactiviteit

Verbinden van jong en oud, Nederlands en anderstalig. Hoe bereik je allochtone ouderen? Via school, buurtcentra, verenigingen of activiteiten met allochtone jongeren. Ook met voorlezen in dialect.

#### Leermeester gezelschap

Ouderen koken op school, vertellen over hun leven, helpen bij het bereiden van het '10 uurtje helpt je de dag door' (lunchpakket voor kinderen die zonder ontbijt naar school gaan) en vertellen stoepiegel verhalen (over de geschiedenis van de buurt).

#### Gerichte kennisdeling

Ervaren senioren dragen kennis over aan mensen die hierom vragen.

### Speerpunt 2

#### Zorgpunt

Er is een punt in de wijk waar een ieder die zich zorgen maakt over buurtgenoot kan neerleggen. Dit is een winkel waar iemand zit die de sociale kaart kent.

#### Verbind formele en informele zorg

Met de wijkverpleegkundige gaat een vrijwilliger mee die de formele en informele zorg verbindt in de buurt. A la home-start (een traject voor jonge gezinnen om hun nieuwe huis op te starten).

#### Begeleiden van vrijwilligers als sociaal werkers

Begeleiden en coachen van "deskundige" vrijwilligers door middel van een cursus. De Akademie voor Informele Zorg hiervoor inrichten.



### Speerpunt 4 & 8

#### Uitzendbureau gepensioneerden

We willen mensen stimuleren om iemand anders te helpen in plaats van voorzieningen blijven aanbieden. Bijvoorbeeld in de vorm van een uitzendbureau in de buurt van gepensioneerde deskundigen.

#### Gelijkwaardige samenwerking

Senioren/professionals gemeente Maastricht gaan samenwerken, daarmee worden zij als gelijkwaardig gezien. Regels staan niet in de weg (daar zorgt gemeente voor) en vrijwilligers worden opgevoerd op de begroting als maatschappelijk kapitaal / vermogen.

#### Hulpmiddelen betaalbaar

Samen klasgroepen organiseren waar hulpmiddelen en woonaanpassingen betaalbaar gemaakt worden of eventueel via tweedehands. Senioren zijn betrokken bij de organisatie van zorg en voorzieningen.

#### Talenten en wensen beurs

Talenten worden aangeboden door buurtbewoners en wensen worden duidelijk gemaakt.

#### Clubjes

Ontwikkelen van kleine lokale 'clubjes' die samen een activiteit ondernemen, zoals wandelen of boodschappen doen. Deze clubjes worden geholpen door de gemeente.

### Speerpunt 5

#### Een informatieplatform

Informatie in zowel een digitaal als gedrukt exemplaar, wat frequent verschijnt, een chatfunctie heeft en waar ouderen zelf dingen kunnen plaatsen (zowel halen als brengen).

#### Senior/junior activiteiten

Activiteiten om van elkaar te leren zoals: reparatie / klussen dienst, maatjesproject / app maken. Via moderne communicatiemiddelen en met betrokkenheid van studenten.

#### Cross-mediale communicatie

Informatie verstrekken via verschillende kanalen, laagdrempelig en toegankelijk, met chatmogelijkheid en waar de mogelijkheid is de behoefte te peilen en dat door senioren te laten bepalen.

#### Senioren per wijk informeren

Wijksteunpunt inrichten met een informatiebord waar wijkbewoners activiteiten kunnen melden, dit in winkels plaatsen en op zoek gaan naar waar ouderen komen. Niet alleen informeren, ook bevragen.

#### Sociale kaart maken

Per wijk een sociale kaart maken per leeftijdscategorie vanaf 55+ jaar, zowel digitaal als papier, door de doelgroep zelf, actueel en toespitsen op wijkbehoeften.

### Speerpunt 6

#### Ouderen voor Ouderen

- Je netwerk vergroten en ouderen mishandeling tegen gaan. Vergeet mishandeling in instelling niet. Financiële uitbuiting groter dan je denkt, waar kun je dan terecht?
- Veilige ontmoetingsplek Ontmoetingsplek moet niet ingevuld worden maar doe waar behoefte aan is.
- Doorbreken van afhankelijkheid
- Geef goede voorbeelden aan elkaar door
- Niet doorverwijzen! Kom daar waar oudere is. Vertrouwen hebben ze in andere ouderen!
- Bij mensen met GGZ problemen is informatie wezenlijk! Waarom reageert iemand zo?

### Speerpunt 7

#### De rent-a-granny adoptie oma/ opa

Jonge gezinnen zonder opa's en oma's in de buurt kunnen op deze manier aan een oma of opa komen. Via de school, de kerk of wijkverpleegkundige.

#### Weg-geef keuken

Extra koken voor mensen in de wijk, in verbinding met professionals. Hier leren mensen koken, op authentieke wijze (slow food).





### Senior App

We willen een app opzetten waar senioren kunnen vinden welke informatie waar te vinden is. We gaan eerst uitzoeken wat er al is en de samenwerking opzoeken met bestaande platforms, zoals Cubigo. Wij gaan senioren benaderen via scholieren in het kader van maatschappelijke stages.

*Planeigenaren: Jos Dols, Peter Mingels & Wethouder André Willems*

### Rent-a-granny

Via Rent-a-granny kunnen individuen of gezinnen die geen opa's of oma's (dichtbij) hebben in contact komen met een opa of oma. Voor opa's en oma's en gezinnen wordt een profiel aangemaakt waardoor ze net als bij een datingsite aan elkaar gekoppeld kunnen worden. Hierbij wordt onderscheid gemaakt tussen passieve en actieve ouderen. We willen het project met een klein groepje initiëren en het vervolgens uitbouwen. Dit project zal zorgen voor meer zingeving, liefde en maatschappelijke betrokkenheid voor beide partijen.

*Planeigenaren: Miranda Kools, Jeske Lammers, Karin Martens*

### Onafhankelijke ouder

Hoe maak je ouderen onafhankelijk? Als ze op een veilige manier fijn oud kunnen worden. Wij willen dit doen door dit punt zichtbaar te maken en informeel te verbinden met formeel. Wij gaan voor kwaliteit en willen ontschot werken. We zetten de professional in waar nodig.

*Planeigenaren: Anita Bastiaans, Evelien Meijerink*

### Matchmaker – Coördinatie functie

We zetten een kennisbank op waar we de vraag verzamelen en talenten erbij zoeken. Dit naar voorbeeld van een dorp in Drenthe die via een huis aan huis folder doet. Dit levert senioren verbinding, zingeving en sociaal cement op. Wij benaderen mensen persoonlijk vanuit ons eigen netwerk. In overleg met de gemeente willen wij een kundige functionaris instellen.

*Eigenaren: Math Courbois, Wendy Souren, Anita Vermeer, Emilie Aussems, Niek Jaspers, Geert Verbeet*

### Zorg Salon

Wij willen een laagdrempelig punt opzetten waar je een zorgsignaal kunt neerleggen over een buurtbewoner. De winkel is een informatiepunt met lezingen en workshops waar je informatie kunt halen. We werken via de white label werkwijze. Zo maken we de wijkverpleegkundige in de wijk zichtbaar en kunnen we eerder actie ondernemen om erger te voorkomen. Om dit te bereiken stellen wij een sociaal wijkteam op wat bestaat uit de buurtplatforms, wijkverpleegkundige, Zonnebloem, ondernemers en huisarts

*Planeigenaren: Richard Lustermans, Jacqueline Lemmens, Annemarie van Wijmen*

## ACTIELIJST

Zes uitgewerkte ideeën voor de toekomst

### Ontmoetingsplekken

Wij willen multi-generationale, multifunctionele en interculture plekken inrichten waar verschillende groepen met elkaar in contact kunnen komen. Via deze plekken kunnen we isolement voorkomen en advies dichterbij verstrekken. We willen aansluiten bij bestaande goede initiatieven en deze verdiepen en versterken. Om dit te bereiken moeten wij buiten de kaders durven en mogen denken.

*Planeigenaren: Bert Hesdahl, Frans Leenders, Sonja Berkes, Wim Hoevenagels, Geerte Courtens*



## AFSLUITRONDJE

Een reflectie van een woord op de dag:

Uitermate plezierig, vitaal, positief, nieuwe verbindingen, prima, goede verbindingen, innoverend, inspirerend, mentaal welbevinden, verbindend, bevlogenheid, enthousiasme, inspirerend, spinnenweb, verder praten, energiegevend, duidelijk, een begin, nieuwe start, verrijkend, hard gewerkt

## EN NU?

Wethouder Willems belicht een uitdaging die ons nu te wachten staat: hoe passen we dit toe in de praktijk? We willen de vibe die we hier voelen vasthouden. Om die reden kondigen we hierbij de vervolgbijeenkomst vast aan: op 9 juni van 16:00 tot 20:00. Zien we u dan?

## AANWEZIGEN

Wethouder André Willems, Anita Bastiaans (Radar), Anita Vermeer (GGD Zuid Limburg), Anne van Marwijk (Perspectivity), Annemarie van Wijmen (Buurtplatform St Pieter, Villapark, Jekerdal), Bert Hesdahl (GGD Zuid Limburg), Edith Smeets (Thuiszorg Groot Limburg), Elien Rogaar (Perspectivity), Emilie Aussems (Stichting 't Gilde), Evelien Meijerink (Gemeente Maastricht), Frans Leenders, Jacqueline Lemmens (Envida), Geert Verbeet (Stichting 't Gilde), Geerte Courtens (Tout Maastricht), Gertie de Veen (Steunpunt Mantelzorg), Jeske Lammers (Gemeente Maastricht), Jos Dols (Stichting Senior Centraal), Karin Martens (Gemeente Maastricht), Marion Klerckx (Stichting Senior Centraal), Math Courbois (Unie van Vrijwilligers), Miranda Kools (Envida), Niek Jaspers (Adviescommissie senioren Maastricht), Peter Mingels (Mosae Zorggroep), Rob Hupkens (Stichting Senior Centraal), Richard Lustermans, Serve Habets (Buurtplatform Heer), Sonja Berkes (Stichting Vorkje Prikken), Wendy Souren (Envida) en Wim Hoevenagels (Adviescommissie senioren Maastricht).

### Klopt er iets niet?

Staat er ergens in het verslag iets niet zoals je het bedoeld had? Laat het ons weten! Mail naar Karin Martens.

### Meer informatie?

Neem contact op met Karin Martens via [karin.martens@maastricht.nl](mailto:karin.martens@maastricht.nl)

**Colofon**  
Facilitatie, concept & vormgeving:  
[perspectivity.org](http://perspectivity.org)



© Gemeente Maastricht