



Een **ons welzijn** scheelt een kilo zorg

'Langer thuis': de ultieme oplossing voor vergrijzing en stijgende zorgkosten. Immers: veel ouderen willen niets liever dan zo lang mogelijk in hun vertrouwde omgeving blijven wonen - met wat hulp van burens, familie en vrienden. Anno 2020 pakt dat voor veel ouderen heel goed uit: ze redden zich prima. Maar dat geldt niet voor alle ouderen...

Langer thuis heeft namelijk ook een keerzijde, die in deze tijd steeds nadrukkelijker in beeld komt. Het Coronavirus doet daar nog een schepje bovenop. Door *'Langer thuis'* zien we des te sterker de noodzaak om voorzieningen in de zorg, ondersteuning van mantelzorgers en vrijwilligers en mobiliteit voortdurend goed in orde te hebben.

Anders gezegd: voor hun welzijn en geluksmomenten zijn te veel thuiswonende ouderen aangewezen op hulp van anderen. Die hulp is niet voor iedereen voldoende beschikbaar. Immers: dat ouderen zorg krijgen is bij wet geregeld, maar voldoende welzijn kunnen ervaren niet. Dat heeft te maken met het aan- of afwezig zijn van een sterk sociaal eigen netwerk. En ook met beschikbaarheid van professionele ouderenwerkers en vrijwillige inzet. Het liefst zien we dat we "aan de voorkant" ruimer gelegenheid krijgen om tijdig signalen op te pakken die wijzen op komende problemen, bijvoorbeeld op het gebied van eenzaamheid, zelfredzaamheid, zorg en ondersteuning. Juist door signalen in een vroeg stadium op te pakken kunnen we bekijken en samen met de betreffende oudere beoordelen of we hiermee individueel of collectief aan de slag gaan.

De ambitie "langer thuis" brengt een aantal aandachtspunten in beeld:

Langer thuis vraagt ondersteuning door mantelzorgers; dat gaat vaak goed. In de praktijk zien we dat dit ook kan leiden tot overbelasting van mantelzorgers. Zorgvuldige ondersteuning van mantelzorgers zelf is dus direct gekoppeld aan "Langer thuis". Beschikbaarheid van respijtzorg die langs een efficiënte route snel geregeld kan worden, maakt daar deel van uit.

- *Langer thuis* maakt ook dat voor ontmoeting en mobiliteit oplossingen gevonden moeten worden die de zelfredzaamheid zo goed mogelijk ondersteunen.
- *Langer thuis* vraagt om flexibele en snelle inzet van vrijwilligers, respijtzorg en bijvoorbeeld logeeropvang, wanneer de continuïteit van inzet van vrienden en vrijwilligers wegvalt. We hebben nog een uitdaging met elkaar als het gaat om de regeldruk en bureaucratische processen die snel ingrijpen soms in de weg staan.
- Voor hun welzijn en welbevinden zijn ouderen afhankelijk van hun eigen veerkracht, een sterk sociaal netwerk en mensen die hen deze lichtpuntjes 'bezorgen'. Actief deelnemen aan activiteiten waardoor zij in beweging komen en anderen ontmoeten helpt daarbij. Aansluiten bij de leefwereld van deze ouderen is van cruciaal belang. De één houdt van muziek en dans, de ander van kunst of gewoon een praatje maken. Geschikte, laagdrempelige accommodaties zijn hiervoor van cruciaal belang. #kunstontzorgt #muziekontzorgt #dansontzorgt
- *Langer thuis* vraagt om ondersteuning bij het onderhouden van een eigen sociaal netwerk, goede ondersteuning van mantelzorgers én inzet van goed getrainde vrijwilligers die zich 1 op 1 voor langere tijd willen verbinden. Realisatie daarvan vereist duurzame aanwezigheid van sociaal werkers in de wijk, die flexibel en snel verbindingen maken. Gemeenten kunnen hieraan bijdragen met consistent en duurzaam beleid rond wijkgericht werken.
- Om *Langer thuis* tot een succes te maken hebben we een goed functionerende inclusieve samenleving nodig, waarin mensen geaccepteerd en gesteund worden door hun omgeving. Om begrip en acceptatie van de naaste omgeving te krijgen, is voorlichting nodig. Ook is het nodig om vanuit welzijn samen te werken met lokale ondernemers en verenigingen.

Hoognodig: passende ondersteuning in de buurt

De Wet maatschappelijke ondersteuning beoogt meer deelname van onder meer ouderen in de samenleving en streeft naar zelfredzaamheid. Dat is nobel en nuttig, maar tot nu toe gaat het in de uitvoering van die wet nog te vaak over alleen de inzet van huishoudelijke hulp, hulpmiddelen en dagbesteding. Er is onvoldoende oog voor dat wat mensen tot mens maakt: contact, ontmoeting, zingeving en levensvreugde. De daarvoor nodige ondersteuning vanuit de nulde lijn is essentieel. Zonder die ondersteuning blijven mensen afhankelijk van professionals, burgerinitiatieven en vrijwilligers.

Het punt is dit: in de zorg zijn mensen doorgaans passanten: ze komen, herstellen (gedeeltelijk) en gaan. Maar in hun buurt zijn de meeste mensen blijvers: velen wonen jarenlang in hetzelfde huis, in dezelfde straat. Daarom is het dus cruciaal dat in hun directe omgeving voortdurend ondersteuning aanwezig is, zodat ze niet alleen in leven blijven maar ook enig levensgeluk ervaren. Het is urgenter dan ooit om in die wijken te investeren in duurzame sterke netwerken en samenredzaamheid. Wij zien graag dat er duurzaam geïnvesteerd wordt in preventief welzijn: versterken van en ondersteunen bij het inzetten van sociale netwerken, actieve deelname van ouderen in de wijk en de buurt en benutten van talenten. Niet alleen van vrijwilligers, ook en juist van ouderen zelf.

Mooie Veghelse voorbeelden

In Veghel hebben we mooie voorbeelden van activiteiten zoals het Atelier Bijzonder Ontmoeten, de Gouden Dans, Stichting Met je Hart, het PieterBrueghelHuis en Stichting Leefgoed.

Ook werken we bij ONS welzijn via *Welzijn op Recept* erg plezierig samen met de huisartsen en wijkverpleegkundigen. Op advies van de huisarts krijgen ouderen geen of niet alleen een medicijn, maar daarbij een tip voor deelname aan welzijnsactiviteiten, vaak samen met anderen. Door deze investering zetten we gezamenlijk netwerkverkenning en-uitbreiding in gang. Dat draagt eraan bij dat mensen die vragen om medicijnen, maar eigenlijk behoefte hebben aan contact en zingeving, tijdig de juiste ondersteuning krijgen: minder medicijnen, maar een doel in het leven en het gevoel mee te doen. Deze innovatieve aanpak, gericht op preventie en samenwerking in de keten, maakt dat naast meer welzijn voor ouderen ook de zorgkosten kunnen dalen. Een innovatie waar zorgverzekeraars zich voor interesseren. Daarmee is dit ook een oproep aan de landelijke overheid, met name aan het ministerie van VWS: **'Prima dat er zoveel aandacht is voor Volksgezondheid en Sport. Maar hoe zit het met die W van Welzijn? Mag dat ook een onsje meer zijn?'**

Het gaat om zorg én welzijn

We zien dat veel zorgorganisaties kiezen voor de prioriteit: inzet op zorg, veelal ingegeven door hun kerntaak. Daarnaast speelt de werkdruk een grote rol. De activiteiten in het verzorgingshuis waren vroeger ook toegankelijk voor mensen uit de wijk - nu niet altijd meer. Onze wens is een nauwere samenwerking tussen zorg en preventief welzijn, waarbij tijd is voor warm verwijzen naar welzijn.

We maken ons zorgen over het welzijn van vooral de honderden inwoners van Veghel zonder directe familie/mantelzorgers en degenen die in hoge mate afhankelijk zijn van vrijwilligers - actieve burgers. Zij hebben echt meer aandacht nodig! Welzijn maakt absoluut het verschil tussen thuis stilletjes verkommeren en langer thuis wonen met kwaliteit van leven.

'Een ons welzijn scheelt een kilo zorg!'

Mag het een onsje méér zijn?

In de context van ons werk vragen we ons af of de betekenis van preventief welzijn voldoende op waarde wordt geschat. Momenteel moeten we het in gemeente Meierijstad doen met slechts een paar grammetjes welzijn. We willen graag met de lokale en landelijke overheid in gesprek over de mogelijkheden om gericht te investeren in preventie en een sterkere samenwerking met ketenpartners, zodat we een sterke brug kunnen slaan tussen de nulde- en 1^e en 2^e lijns zorg. Dat vraagt om stevige professionele inzet. Wij streven naar een duurzame aanwezigheid van sociaal werk in de wijk, dicht bij de inwoners die ons nodig hebben.