



## Panelgesprek met inwoners in de leeftijd 76-85 jaar:

De hoofdthema's tijdens dit panelgesprek waren zelfstandig dingen kunnen doen, veilig kunnen wonen, meedoen, fit blijven en op tijd zaken regelen voor later. De deelnemers behoren qua leeftijd wellicht wel tot de groep kwetsbare ouderen maar voelen zich niet kwetsbaar. Ze zijn zich bewust van de gevolgen van ouder worden en pakken de zaken op zoals dat bij hen past. Mobiliteit en bereikbaarheid zijn belangrijk om mee te kunnen doen in de samenleving en deel te kunnen nemen aan het aanbod van welzijn, ouderenbonden en andere organisaties. Over het algemeen is men positief over het contact met de huisarts in de rol als vraagbaak of regisseur van zorg.

Kwaliteit van leven en welbevinden hangt nauw samen met de mate waarin je in staat bent om je eigen leven te kunnen blijven leven. Met de uitdagingen en zorgen die horen bij ouder worden. De deelnemers waarvan de partner veel zorg nodig heeft hebben het zwaar, voelen zich er alleen voor staan en geven hierdoor een minder hoog cijfer voor hun kwaliteit van leven.

De deelnemers kennen allemaal mantelzorgers, zijn zelf mantelzorger of hebben zelf mantelzorg nodig. De ervaringen zijn divers. Er is zorg over de gevaren voor overbelasting van mantelzorgers. Wie zorgt er voor hen als er iets gebeurd? Het wordt belangrijk gevonden dat mantelzorg goed geregeld wordt. Duidelijke afspraken zijn nodig zodat het voor iedereen vol te houden is. Begripsverwarring leidt soms tot onbegrip of ongenoegen en het gevoel dat er geen ondersteuning geregeld kan worden. Dit is een belangrijk aandachtspunt.

---

## Conclusie en aanbevelingen:

### 1. Maak duidelijk voor welke doelgroep activiteiten of aanbod wordt ontwikkeld.

Over het algemeen zijn de deelnemers tevreden met het wonen en leven in Houten. Het aanbod van activiteiten lijkt goed en voldoende. Maar lang niet iedereen maakt gebruik van het aanbod of ervaart zelfs een drempel om er zelf naar toe te gaan. Deelnemers geven aan zich soms nog niet oud genoeg te voelen voor initiatieven die worden georganiseerd.

### 2. Wees een baken.

Inwoners willen kennis en zorgen met elkaar delen. Een centraal loket en overzicht met alle initiatieven, activiteiten en het zorg- en ondersteuningsaanbod in de gemeente is welkom. De informatie moet gecheckt zijn, veilig zijn en up-to-date zijn. Mensen willen de informatie op eigen tempo en wijze raadplegen en eerst zelf zoeken naar antwoorden of oplossingen voordat de huisarts of een andere hulpverlener wordt bezocht.

### 3. Luister naar je inwoners en werk samen.

Algemeen is het gevoel dat er geen samenhang lijkt te zijn in dat wat er gebeurt/ontwikkeld wordt. De deelnemers adviseren dat zorg en ondersteuning meer in samenhang moet worden geregeld. Zonder gezamenlijke oplossingen komen er geen structurele veranderingen. De input van en samenwerking met inwoners is daarbij onontbeerlijk. *Maak meer gebruik van de 'zilveren kracht in de gemeente'.*

### 4. Zorg voor de mantelzorgers.

Er is zorg over overbelasting van mantelzorgers. Terwijl juist deze groep inwoners zo belangrijk is bij de organisatie en uitvoering van zorg en ondersteuning. De deelnemers maken zich zorgen of deze groep wel goed in beeld is bij de diverse organisaties.

*Wilt u meer weten over participatie of de panels?*

*Neem dan contact op met Nathalie Koopman van Zorgbelang via 06-10 97 00 48.*

*Kijk ook op [www.zorgbelangelderland.nl](http://www.zorgbelangelderland.nl).*