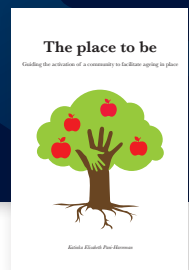




factsheet

The place to be
Een handreiking voor het
activeren van gemeenschappen
om zelfstandig wonende
senioren te ondersteunen.

De inhoud van deze factsheet is gebaseerd op het proefschrift:
"The place to be: guiding the activation of a community to
facilitate ageing in place" van Katinka Pani-Harreman.



Aanleiding

Veel ouderen blijven graag zelfstandig thuis wonen. In Nederland woont circa 95% van de senioren zelfstandig thuis. Maar dit zorgt ook voor problemen. Het wordt moeilijker om genoeg zorg te geven, er zijn niet genoeg mensen om te helpen en familieleden die hulp bieden kunnen het ook zwaar hebben. De regering en zorgorganisaties moeten hiermee omgaan, want de regering wil dat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen. Veel ouderen willen dat ook zelf. Maar als we ouder worden, hebben we vaak meer hulp nodig en hebben we minder mensen om op terug te vallen. Er is dus een andere aanpak nodig. Uit onderzoek blijkt dat

buurten en wijken kunnen helpen. De ondersteuning van zelfstandig wonende senioren kan namelijk ook verleend worden door “vitale gemeenschappen”. In een vitale gemeenschap helpen mensen elkaar en werken ze samen aan het welzijn van iedereen. Een vitale gemeenschap is een gemeenschap met actieve, sociale banden en wederkerige relaties tussen bewoners en de omgeving, bestaande uit particuliere, publieke en maatschappelijke diensten. Met andere woorden, vitale gemeenschappen hebben de potentie om hulp aan elkaar te bieden. Er zit immers ontzettend veel kracht in de buurt, wijk of dorp. Vitale gemeenschappen kunnen een waardevolle oplossing bieden om senioren met passende ondersteuning ‘langer’ thuis te laten wonen op een prettige manier.



Doel van het onderzoek

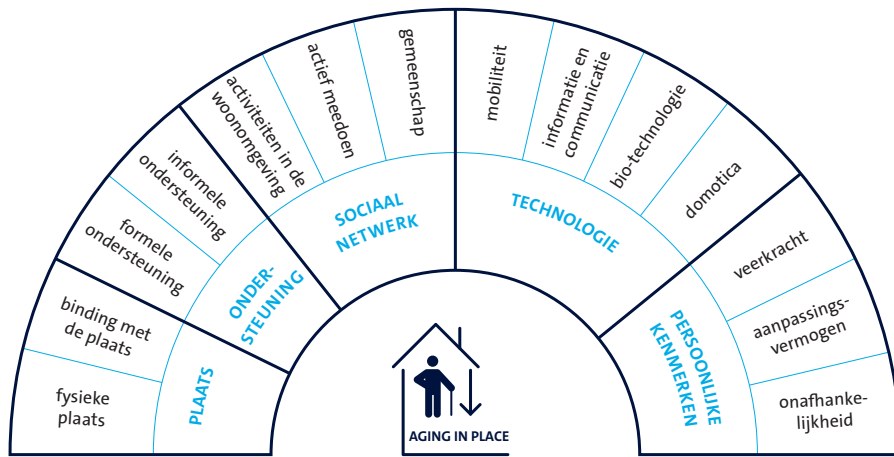
Met dit onderzoek willen we een methode ontwikkelen, die initiatiefnemers van een vitale gemeenschap helpt bij het ontwikkelen en selecteren van strategieën en interventies om een gemeenschap te activeren, en zo zelfstandig wonende senioren te ondersteunen. Om dit einddoel te behalen is het nodig om begrippen zoals ‘vitale gemeenschappen’ te verhelderen. Deze kennis kan nuttig zijn voor beleidsmakers, onderzoekers, gemeenschappen en dienstverleners.

Resultaten

De resultaten van dit onderzoek bestaan uit:

- kennis over het concept ‘ageing in place’,
- kennis over het concept vitale gemeenschappen,
- verheldering van de relatie tussen de begrippen ‘ageing in place’ en vitale gemeenschappen,
- en de ontwikkeling van een Community Activeringskompas door ouderen en andere betrokkenen.

In het eerste onderzoek (scoping review) werden aan de hand van literatuur 34 studies geïdentificeerd die het concept ‘ageing in place’ beschrijven. Uit deze studies kwamen vijf belangrijke thema’s naar voren. Plaats, sociale netwerken, hulp en ondersteuning, technologie en persoonlijke kenmerken van senioren vormen als het ware de factoren die ageing in place mogelijk maken. De plaats waar mensen wonen gaat over hun huis en de buurt waarin ze wonen, en ook hoe emotioneel verbonden ze zich voelen met die plek. De mensen om hen heen, zoals familie, vrienden



figuur 1
Vijf hoofdthema's van ageing in place

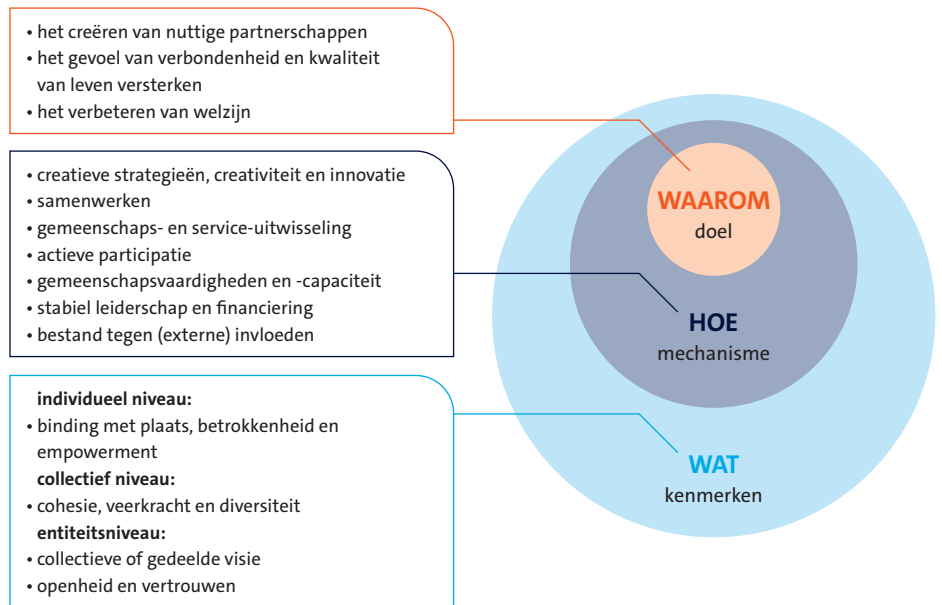
gemeenschappen is onderzoek gedaan naar de relatie tussen vitale gemeenschappen en ageing in place. De resultaten van deze studie toonden aan dat deskundigen het eens zijn over wat vitale gemeenschappen kunnen doen voor ouderen (kwaliteit van leven, welzijn en het erbij horen). De resultaten laten ook zien dat of technologie helpt, afhangt van hoe goed ouderen om kunnen gaan met technologie en wat voor technologie het is. Dit onderzoek laat zien dat vitale gemeenschappen senioren kunnen ondersteunen om zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen, met behoud van hun kwaliteit van leven.

en burens, spelen een grote rol in het ondersteunen van ouderen die zelfstandig wonen. Hulp (oftewel ondersteuning) is belangrijk, niet alleen om te krijgen, maar ook om aan anderen te geven. Technologie kan het leven van ouderen makkelijker maken als ze zelfstandig willen blijven wonen. En tot slot spelen ook persoonlijke kenmerken een rol, zoals veerkracht en zelfredzaamheid.

In het tweede onderzoek wordt inzicht gegeven in het waarom, hoe en wat van vitale gemeenschappen volgens de wetenschappelijke literatuur. Het

begrip vitale gemeenschappen is momenteel erg populair en wordt op verschillende manieren gebruikt. Volgens de literatuur hebben vitale gemeenschappen het doel om de kwaliteit van leven, het welzijn en het sociale contact van mensen onderling te bevorderen. Dit wordt bereikt door slimme en creatieve plannen te maken, samen te werken met anderen, genoeg te weten, genoeg mensen te hebben die kunnen helpen en goede leiders te hebben.

Na het in kaart brengen van de concepten ageing in place en vitale



figuur 2
Het waarom, hoe en wat van vitale gemeenschappen



De vierde studie had tot doel om een methode te ontwikkelen die leden van de community (professionals, vrijwilligers, mantelzorgers en senioren) kan helpen bij het selecteren van een manier om een gemeenschap te activeren om zelfstandig wonende senioren te ondersteunen. **In Stadslab Geleen**, dat speciaal werd ingericht voor dit project, werkten senioren met andere betrokken partijen in de wijk samen om een Kompas te ontwikkelen dat waardevol is voor iedereen in de vitale gemeenschap. Daarbij werd een actieve en stapsgewijze aanpak

Deze studie resulteerde in de creatie van het “Community Activeringskompas”, bestaande uit:

- een handreiking,
- een quick scan,
- en een infographic

Tijdens het maken van het Community Activeringskompas gaven de deelnemers aan dat ze graag een snelle scan wilden hebben om te kijken hoe levendig hun gemeenschap was. Deze snelle scan werd gemaakt en getest door vijftien experts om te zien of het bruikbaar was om de vitaliteit van de huidige gemeenschap in kaart te brengen.

De belangrijkste aanbevelingen op een rijtje

- Zet in op het activeren van gemeenschappen. Geef ondersteuning aan zelfstandig wonende senioren, die daardoor een betere kwaliteit van leven kunnen ervaren.
- Droom groot, maar begin klein. Een klein lichtend voorbeeld heeft vaak meer impact en succes dan een groot project dat moeilijk uit de startblokken komt.
- Geef duidelijke steun in de beginfase en bouw dat geleidelijk af waardoor de gemeenschap samenredzaam wordt.
- Werk samen met partners uit de domeinen wonen, zorg en welzijn.
- Het is tijd voor de nieuwe route: praat niet ‘over’ senioren, maar ‘met’. Betrek ze actief en sluit aan bij hun wensen en noden.

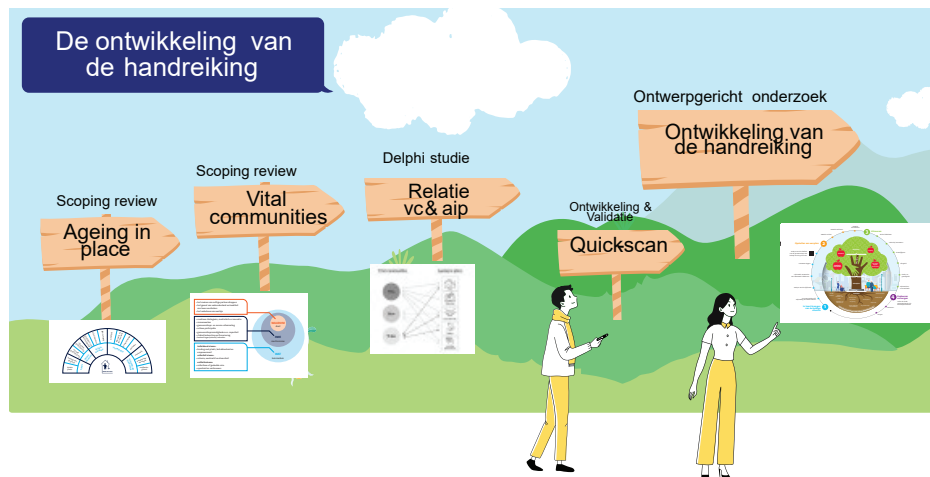




the
place
to be

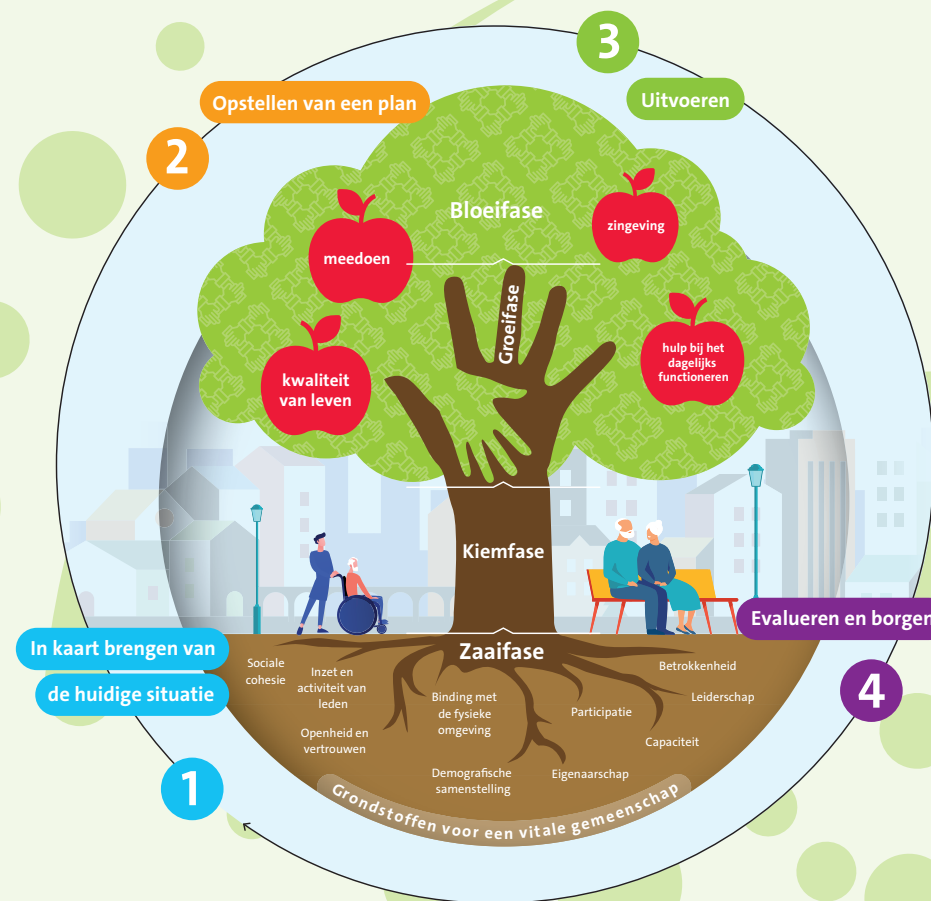
Hoe is het onderzoek uitgevoerd?

In het onderzoek zijn verschillende onderzoeksmethodieken opgezet en uitgevoerd. Zie figuur 3.



figuur 3
Visuele weergave onderzoekslijn

Twee systematische literatuuronderzoeken (scoping reviews) werden uitgevoerd naar het concept ageing in place en het concept vitale gemeenschappen. Deze literatuuronderzoeken zijn gevolgd door een Delphi onderzoek. Een Delphi-studie is een onderzoeksmethode waarbij experts in verschillende rondes hun mening geven over een bepaald onderwerp. Deze meningen worden vervolgens samengebracht. Het doel van het Delphi onderzoek was om de veronderstelde relatie tussen vitale gemeenschappen en ageing in place te evalueren. Met behulp van ontwerpgericht onderzoek werd samen met betrokkenen actief gewerkt aan de ontwikkeling en het testen van het Community Activeringskompas.





Samengevat (take-home messages)

- Denk als professional niet voor senioren, maar vraag aan hen wat hun behoeften zijn en laat ze als volwaardig lid participeren in de gemeenschap.
- Samenwerking is een succesfactor voor het vitaliseren van gemeenschappen. Leg contacten met alle betrokken partijen en werk samen.
- Vaak zijn er al veel goede initiatieven. Maar zijn deze niet altijd zichtbaar/bekend. Ga op zoek naar deze initiatieven en sluit indien mogelijk aan. Zo hoeft het spreekwoordelijke “wiel” niet opnieuw uitgevonden te worden.

Academische Werkplaats Ouderenzorg Limburg

p/a Maastricht University Vakgroep Health Services Research
DUB 30 • Postbus 616 • 6200 MD Maastricht

Contact

0031 (0)43 - 388 16 98

ouderenzorg@maastrichtuniversity.nl

awolimborg.nl



volg ons @AWOLimborg
[x.com](https://twitter.com/AWOLimborg) > AWOLimborg



[facebook.com](https://facebook.com/AWOLimborg) > AWOLimborg



[linkedin.com](https://linkedin.com/company/AWOLimborg) > company > AWOLimborg