

# Meer Veerkracht, Langer Thuis

---

*Fonds NutsOhra vindt dat een kwetsbare gezondheid een zinvol en betekenisvol leven niet in de weg mag staan. Met het programma Meer Veerkracht, Langer Thuis ondersteunen we projecten die kansen vergroten voor een groeiende groep kwetsbare ouderen.*

De Nederlandse bevolking zal de komende jaren niet alleen toenemen, maar ook steeds ouder worden. Op dit moment is zestien procent van de Nederlanders ouder dan 65 jaar, terwijl in 2040 ruim een kwart van de Nederlandse bevolking 65 plus zal zijn. Opvallend is dat vooral het aantal 75 plussers zich tussen nu en 2040 verdubbelt. Dat wordt voor ouderen en hun naasten zelf een enorme uitdaging, maar ook voor de overheid. Welke zorg is nodig en hoe moet die georganiseerd worden? Ouderen wonen het liefst zo lang mogelijk thuis. Ook de Nederlandse overheid stuurt aan op zelfredzaamheid en hulp van mantelzorgers en vrijwilligers. Pas als ouderen zich met behulp van hun omgeving niet meer thuis kunnen redden, volgt door de gemeente of zorgverzekeraar gefinancierde zorg.

Het grootste deel van deze ouderen zal ook in de nabije toekomst zelfstandig blijven wonen, over het algemeen gezond zijn en sociaal actief. Maar voor een groeiende groep kwetsbare ouderen wordt dit steeds moeilijker. Deze ouderen zijn kwetsbaar vanwege het wegvallen van een partner, een fysieke of mentale beperking, financiële problemen of het ontbreken van een sociaal netwerk – en meestal een combinatie van deze factoren. Naar schatting zijn er in 2015 ruim driehonderdduizend alleenstaande kwetsbare ouderen die zelfstandig thuis wonen, en groeit dit aantal naar zeshonderdduizend in 2030. Goed en gezond oud worden is voor iedereen een opgave, maar voor deze groep staan de kansen op gezondheid en kwaliteit van leven het meest onder druk. Als we niet uitkijken betekent zelfredzaamheid voor deze ouderen dat ze aan hun lot worden overgelaten.

## Voor wie?

### **Ans**

*Ans is 75 jaar en woont al sinds de kinderen klein waren in Amstelveen. Niet meer in het grote huis. Na Joops eerste infarct werd het onderhoud teveel, en zoveel ruimte hadden ze toch niet meer nodig. Alweer vijftien jaar woont ze er met veel plezier, op loopafstand van het winkelcentrum en verderop de kerk. Dat was destijds een verstandig besluit om hier naartoe te verhuizen! Toen Joop er nog was, kwamen ze overal. Maar Ans rijdt zelf geen auto en fietsen gaat eigenlijk al heel lang niet meer. Maar ze gaat nog twee keer in de week zelf naar de buurtsuper, de groenteboer en de slager. Hoewel het de laatste tijd wel meer moeite kost, vooral met de kou. Dan zijn haar knieën zo slecht. Maar Ans is nooit een klager geweest en ze houdt van deze kleine uitjes door de week, het 'houdt haar op de straat' grapt ze wel eens. En ze geniet ervan, hier en daar een praatje maken.*

*Thuis krijgt ze niet vaak bezoek. Haar dochter belt trouw elke twee weken vanuit Canada en haar zoon Jochem komt altijd met Kerst én met Pasen. Met zo'n druk bestaan is het gewoon niet haalbaar om vaker dat hele eind haar kant op te rijden, dat begrijpt ze best. Toen haar zus Riet nog leefde, kwam die vaak even aan nadat ze naar de markt was geweest. Ach, was Riet er nog maar... dan kon zij mee naar het wijkcentrum voor het bridgen en de bingo. Ans ziet dat hele eind alleen lopen toch niet zitten. Het is nogal een afstand, en met die kou... In de zomer gaat het vast*

*beter met de knieën, dan lukt het vast wel weer een keer. Jochem had zo'n scootmobiel voor haar aangevraagd vorig jaar. Bij de gemeente moest dat. Maar het werd niet vergoed zei de ambtenaar. Ze had niet goed geweten of ze nou teleurgesteld of opgelucht moest zijn. Nee, het is goed zo. Zo lang ze nog zelf kookt en haar kruiswoordpuzzel kan maken hoor je haar niet klagen...*

### Alleenstaande ouderen met een beperking

Het programma **Meer Veerkracht, Langer Thuis** is gericht op het vergroten van de zelfredzaamheid en kwaliteit van leven van alleenstaande, niet-dementerende ouderen met één of meer beperkingen. Een beperking vergroot de kwetsbaarheid, van iemand voor wie het evenwicht tussen draagkracht en draaglast toch al wankel is. Kwetsbaarheid zien wij niet als persoonskenmerk, maar eerder als een situatie waar iemand in terecht kan komen. Door bijvoorbeeld een fysieke beperking ontstaan al snel problemen op andere gebieden: slecht ter been zijn maakt het moeilijker om de deur uit te gaan, zeker als er geen partner is om te helpen. Als de drempel fysiek al zo hoog is, wordt deelnemen aan sociale activiteiten een lastige opgave.

### Impact op zelfredzaamheid

Uit deskstudie, gesprekken met ouderen zelf en interviews met experts en belangenbehartigers komen vier aandachtsgebieden naar voren: zorg, wonen, meedoen/netwerk en bewegen/mobiliteit. Deze gebieden staan niet los van elkaar. Zo heeft bijvoorbeeld een veilige en aangepaste woning weer invloed op het gemak waarmee iemand beweegt en naar buiten gaat. En geeft het hebben van een sociaal netwerk het veilige gevoel dat er iemand is om op terug te vallen. Al deze aandachtsgebieden zijn belangrijk, maar meedoen/netwerk en bewegen/mobiliteit blijken de grootste impact te hebben op zelfredzaamheid. Ook deze thema's zijn met elkaar verweven: het opbouwen van een netwerk is één, maar makkelijker om hulp durven vragen is net zo belangrijk.

Vanwege het belang van deze leefgebieden en de positieve effecten, ook op langere termijn, ondersteunen we met **Meer Veerkracht, Langer Thuis** projecten die gericht zijn op de gebieden *meedoen en bewegen*.

## Doel van dit programma

Alleenstaande ouderen die zich in een kwetsbare situatie bevinden, zo vitaal mogelijk zelfstandig laten wonen, dat is het doel van dit programma. Dit willen we op twee manieren bereiken:

**1** door het financieren van **vernieuwende** en duurzame projecten die ervoor zorgen dat deze ouderen meer bewegen en meedoen aan sociale activiteiten, en op die manier hun netwerken vergroten.

**2** daarnaast ondersteunen we de **verspreiding** van succesvolle initiatieven, door projecten die al bestaan, op meer plekken en voor meer alleenstaande ouderen beschikbaar te maken.

### Ondersteunen van initiatieven

Welke activiteiten en projecten zorgen ervoor dat ouderen makkelijker de deur uitgaan? Een buurt die voor ouderen beter toegankelijk is, lost de eerste hindernissen al op: de drempel om naar buiten te gaan is minder hoog als je weet dat er dichtbij voldoende bankjes zijn, openbare – schone – toiletten en een pinautomaat. Daarnaast kunnen passende sociale activiteiten in de wijk ervoor zorgen dat ouderen meer met elkaar ondernemen. Zoals samen koken en samen eten, wat veel alleenstaande ouderen graag doen als die mogelijkheid op een goede manier wordt aangeboden.

Initiatieven die voor ondersteuning van Fonds NutsOhra in aanmerking komen zijn bijvoorbeeld:

- beweegprogramma's;
- buurtaanpassingen;
- ontwikkeling van technologie om bewegen en mobiliteit te bevorderen en om bij te dragen aan sociale binding;
- diensten om netwerk en activiteiten van ouderen te bevorderen;
- burgerinitiatieven en coöperaties die sociale binding bevorderen.

Met de projecten die binnen dit programma worden gerealiseerd, willen we een beweging in gang zetten die op termijn een duurzaam effect heeft op de veerkracht en kwaliteit van leven van alleenstaande, kwetsbare ouderen.

### Werkwijze

Het programma **Meer Veerkracht, Langer Thuis** loopt van februari 2015 tot 2018, met een budget van € 12 miljoen.

De start van een project kan een duidelijke vraag of een beginnend idee zijn, maar vertrekt altijd vanuit de oudere(n) zelf. Dit betekent dat ouderen zelf betrokken zijn bij de opzet, uitvoering én evaluatie van een project. Het unieke van Fonds NutsOhra is dat we ook ondersteuning bieden als een project nog een pril idee is. We verbinden vraag en aanbod en stimuleren co-creatie, zodat een idee kan uitgroeien tot volwaardig project.

Een duurzame verbinding tussen meerdere partijen is niet alleen belangrijk bij de start van een project, maar zeker ook bij de implementatie ervan. Het verbinden van partijen die ook op langere termijn een project 'meedragen' is één van de criteria bij de aanvraag van subsidie. Het fonds kan hierbij een ondersteunende of bemiddelende rol spelen.

### Aanvragen

U kunt een aanvraag doen als stichting of vereniging, (zorg)instelling, bedrijf (onder voorwaarden) of als groep burgers. Bent u zelf alleenstaande oudere met een beperking, en heeft u een goed voorstel? Of bent u als organisatie betrokken bij deze doelgroep? U kunt zowel met een projectidee als een concreet projectvoorstel bij het fonds terecht. De projectplannen worden beoordeeld door een programmacommissie die bestaat uit deskundigen. Ook ouderen zelf worden bij het beoordelingsproces betrokken.

## Fonds NutsOhra – Zorg voor Kansen!

### Twée routes

Fonds NutsOhra doet op vijf momenten een oproep om een aanvraag in te dienen (*call for proposals*). Om in contact te komen met mogelijke aanvragers organiseren we voorafgaand aan een *call* een aantal bijeenkomsten. De projecten die gericht zijn op **vernieuwing** volgen een iets andere route naar de aanvraag dan de projecten die gericht zijn op **verspreiding**:

#### **Vernieuwing**

Voor partijen met een goed vernieuwend idee organiseren we voorafgaand aan een *call* een aantal inspiratiebijeenkomsten. In deze bijeenkomsten brengen we partijen met goede ideeën bij elkaar. In co-creatiesessies krijgen zij de kans om van een goed idee tot een vruchtbaar plan te komen.

#### **Verspreiding**

Voor partijen die een bestaande interventie breder in Nederland willen inzetten, duurzaam willen verspreiden of specifiek willen aanpassen, is er een centrale informatiebijeenkomst.

Met deze bijeenkomsten stimuleert het fonds niet alleen de samenwerking tussen verschillende stakeholders, maar ook de kwaliteit van de in te dienen projecten.

### Call for Proposals

Call 1 en 2	2015
Call 3 en 4	2016
Call 5	2017

### Meer weten?

De tweede call is geopend van 1 juli tot 1 oktober. Op de website vindt u de calltekst. Daarin leest u alle informatie over de aanvraagprocedure.

## Contact

Ineke Jonker is programmaleider en Hanneke Marcelis programmasecretaris. Voor meer informatie over **Meer Veerkracht, Langer Thuis**: [Hanneke\\_Marcelis@fondsnutsohra.nl](mailto:Hanneke_Marcelis@fondsnutsohra.nl) of 06-82689022.