

Onderzoek Den Haag Seniorvriendelijke Stad 2020

Integrale Rapportage



© 2021 De Haagse Hogeschool

De Haagse Hogeschool
Johanna Westerdijkplein 75
2521 EH Den Haag
www.dehaagsehogeschool.nl

Auteurs:

J. van Hoof
L.M.T. Hulsebosch-Janssen
W.H. van Staalduinen
R.F.M. van den Hoven
J. Dikken

In samenwerking met Kennisplatform Seniorvriendelijk Den Haag

Vormgeving: Dienst Onderwijs, Kennis & Communicatie

ISBN 9789083074320

Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0)



INHOUD

Voorwoord	7
Samenvatting en aanbevelingen voor de gemeente	8
Den Haag seniorvriendelijke stad algemeen	9
Huisvesting	10
Sociale participatie	11
Respect en sociale inclusie	11
Burgerschap en werkgelegenheid	12
Communicatie en informatie	12
Sociale en gezondheidsvoorzieningen	13
Buitenruimten en gebouwen	14
Transport	14
Financiën	15
1 Opdracht	16
2 Methodologie	18
2.1 Ontwikkeling vragenlijst stadsenquête en validatie	19
2.2 Methodologie Stadsateliers	25
3 Algemene gegevens ouderen in Den Haag	36
4 (Inter)nationale en Haagse trends ouderen	38
4.1 Wonen	40
4.2 Welzijn	42
4.3 Werk en tijdsbesteding	43
4.4 Inkomen	43
4.5 Gezondheid	44
5 Stadsenquête seniorvriendelijkheid Den Haag 2020	46
5.1 Top-up vragen Gemeente Den Haag	47
5.2 Bevindingen vragen seniorvriendelijk Den Haag	59
5.3 Bevindingen op basis van de afzonderlijke vragen van de enquête	66
5.4 Resultaten op het niveau van verschillende subgroepen (AFCCQ)	71
6 Samenvatting rapportage Stadsateliers	74
6.1 Wat vinden ouderen belangrijk?	77
6.2 Welke verbeteringen zijn mogelijk?	82

7	Samenvatting Gemeentelijke Ouderenmonitor	88
7.1	Demografische kenmerken	89
7.2	Gezondheid	90
7.3	Huisvesting	90
7.4	Publieke ruimte	90
7.5	Mobiliteit	91
7.6	Burgerschap	91
7.7	Respect en sociale integratie	91
7.8	Sociale participatie	92
7.9	Communicatie en informatie	93
7.10	Gemeenschap en gezondheidszorg	93
	Annex A. Leden Kennisplatform Seniorvriendelijk Den Haag	95
	Annex B. Rapportage enquête per vraag	96
	Tabel A.2.1. Overzicht scores per vraag	96
	Tabel A.2.2. Bijzondere scores uitgewerkt naar stadsdeelniveau	99
	Annex C. Citaten uit de Stadsateliers per domein	101
	Geraadpleegde literatuur	114

Tabellen

Tabel 1:	De vragenlijst: Age Friendly Cities and Communities Questionnaire (AFCCQ)	21
Tabel 2:	Interpretatie AFCCQ totaalscore en specifieke domeinen	22
Tabel 3:	Demografische gegevens respondenten (totaal = 393)	24
Tabel 4:	Aantal inwoners en 65+ers in Den Haag	37
Tabel 5:	Aantal en percentage 65+ in Den Haag naar afkomst	37
Tabel 6:	Haagse 65+ers naar burgerlijke staat	37
Tabel 7:	Verdeling en ontwikkeling 65-plus huishoudens in Den Haag	40
Tabel 8:	Verdeling koop- en huurwoningen in Den Haag per stadsdeel (alle leeftijden)	40
Tabel 9:	Woningtypes in Den Haag per stadsdeel, alle leeftijden (2020)	41
Tabel 10:	Rapportage gezondheidsenquête 2016 voor ouderen in Den Haag	45
Tabel 11:	Totaalscores van de Gemeente Den Haag per domein	60
Tabel 12:	Totaalscore per stadsdeel	61
Tabel 13:	Huisvesting (H)	61
Tabel 14:	Sociale participatie (SP)	62
Tabel 15:	Respect en sociale inclusie (RSI)	62
Tabel 16:	Burgerschap en werkgelegenheid (BPW)	63
Tabel 17:	Communicatie en informatie (CI)	63
Tabel 18:	Sociale en gezondheidsvoorzieningen (SGV)	64
Tabel 19:	Buitenruimte en gebouwen (BRG)	64
Tabel 20:	Transport (T)	65
Tabel 21:	Financiën (F)	65
Tabel 22:	Scores per stadsdeel: totaalscore en deelscores per domein	66
Tabel 23:	Huisvesting, deelvragen	67
Tabel 24:	Sociale participatie, deelvragen	67
Tabel 25:	Respect en sociale inclusie, deelvragen	67
Tabel 26:	Burgerschap en werkgelegenheid, deelvragen	68
Tabel 27:	Communicatie en informatie, deelvragen	68
Tabel 28:	Technologie, deelvragen	69
Tabel 29:	Sociale en gezondheidsvoorzieningen, deelvragen	69
Tabel 30:	Buitenruimte en gebouwen, deelvragen	70
Tabel 31:	Transport, deelvragen	70
Tabel 32:	Financiën, deelvragen	71
Tabel 33:	Zorg aan huis	72
Tabel 34:	Chronische ziekte of aandoening	72
Tabel 35:	Gebruik van rolstoel of rollator	73
Tabel 36:	Financiële situatie	73



Figuren

Figuur 1: U-curve van Stone	28
Figuur 2: Huis van de identiteit	30
Figuur 3: Leercyclus van Kolb	34
Figuur 4: Percentage mensen dat geen psychisch welbevinden ervaart in 2020	42
Figuur 5: Haagse huishoudens naar inkomen (alle leeftijden)	43
Figuur 6: Welk cijfer geeft u uw woning?	47
Figuur 7: Wat vindt u het fijnst aan uw woning?	48
Figuur 8: Wat vindt u het minst fijn aan uw woning?	49
Figuur 9: Op de hoogte mogelijkheden aanpassen woning	50
Figuur 10: Hoe zou u op de hoogte gebracht willen worden?	51
Figuur 11: Welke woningaanpassingen zijn gewenst?	52
Figuur 13: Redenen om te willen verhuizen	53
Figuur 14: Welke woonvorm spreekt u aan als u MOET verhuizen?	54

VOORWOORD

De gemeente Den Haag heeft veel ambities waar ze gestaag aan werkt om deze te realiseren, ook al zit de tijdsgeest niet altijd mee. Het mooie is dat deze ambities zich ook veelal niet beperken tot één collegeperiode. Eén van die ambities is om te behoren tot de top van de seniorvriendelijke steden, niet alleen vanwege het prestige, maar vooral om daarmee alle burgers van de stad een goede woon-en leefomgeving te bieden. De gemeente Den Haag investeert daarin fors, maar wil ook wel weten of deze investeringen het gewenste resultaat opleveren. Niet alleen door dit vast te stellen op basis van kwantitatieve gegevens, maar ook door te kijken naar kwalitatieve bevindingen die evenzeer van waarde zijn.

Zowel in de opdracht als in de keuze van de partijen om de seniorvriendelijkheid van Den Haag in beeld te brengen, is maximaal geborgd dat een evenwichtige rapportage tot stand kon komen.

De samenstellers van deze monitor, De Haagse Hogeschool, Hulsebosch Advies en AFEdemy, zijn er bijzonder in geslaagd een integrale monitor op te stellen waarin ervaringen van ouderen worden gekoppeld aan objectieve gegevens en waaraan ook nog een internationaal perspectief wordt toegevoegd. Een integrale monitor die zich niet beperkt tot slechts één of enkele domeinen maar die alle relevante domeinen van seniorvriendelijkheid meeneemt, van huisvesting tot burgerschap, transport en financiën en alles wat daar nog tussen zit. Hiermee is de monitor tevens de basis van het kennisplatform geworden.

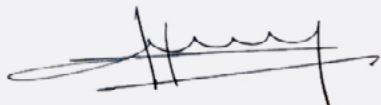
Het structureel beleggen van deze monitor bij De Haagse Hogeschool is een garantie voor continuïteit, borging en verdere ontwikkeling.

De adviezen verbonden aan de bevindingen vormen een uitstekende routekaart om ervoor te zorgen dat, ook bij een stijgend aantal ouderen en bij een toenemende diversiteit, ouderen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven deelnemen aan het dagelijks leven. Dat betekent aanpassen en vernieuwen, vooral in de domeinen wonen en zorg. En ook aanpakken in samenhang met het perspectief van ouderen.

Daarmee is deze routekaart niet alleen van belang voor de gemeente, maar ook een bron van inspiratie voor alle partijen die de wenselijkheid, het belang en de noodzaak onderschrijven om van Den Haag een in alle opzichten nog meer seniorvriendelijke en dus ook een leeftijdsvriendelijke stad te maken.

Deze monitor, met deze kwaliteit, was er niet geweest als niet de pioniers van het eerste uur, niet-betaalde en betaalde professionals, organisaties en ambtenaren, gedreven waren geweest om hun inzichten met elkaar te delen. En zij hebben met al hetgeen in hun vermogen lag bijgedragen aan een gedegen beeld van en een agenda voor een daadwerkelijk seniorvriendelijk Den Haag.

Daarmee is dit rapport zowel resultaat alsmede een veelbelovend nieuw begin.



Joger de Jong



SAMENVATTING EN AANBEVELINGEN VOOR DE GEMEENTE

Begin 2020 heeft de gemeente Den Haag aan De Haagse Hogeschool (Lectoraat Urban Ageing) gevraagd om samen met Hulsebosch Advies en AFEdeMy een integrale monitor te ontwikkelen en uit te voeren waarbij, door middel van kwalitatieve en kwantitatieve methoden, onderzoek wordt gedaan naar de stand van zaken van Den Haag als seniorvriendelijke stad en tevens te kijken naar huidige trends aangaande ouderen.

Tevens vroeg de gemeente om de ontwikkeling van een meetinstrument dat in de toekomst eenvoudig bij herhaling kan worden ingezet voor onderzoek: de standaard Age Friendly Cities and Communities Questionnaire (AFCCQ) voor ouderen¹. In een stadsenquête en in zogenaamde stadsateliers zijn ouderen gevraagd naar hun bevindingen. In totaal hebben 393 Haagse ouderen meegedaan aan de enquête en 50 aan de stadsateliers. De aan de ouderen gestelde vragen gingen over de volgende acht onderwerpen die volgens de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) gezamenlijk de seniorvriendelijkheid van een stad bepalen:

- Huisvesting;
- Sociale participatie;
- Respect en sociale inclusie;
- Burgerschap en werkgelegenheid;
- Communicatie en informatie;
- Sociale en gezondheidsvoorzieningen;
- Buitenruimte en gebouwen;
- Transport;
- en aanvullend, een negende domein: Financiën.

Den Haag seniorvriendelijke stad algemeen

In het algemeen geven de Haagse ouderen de stad Den Haag een goede voldoende. Over de eigen huisvesting zijn de ouderen bovengemiddeld tevreden; over buitenruimte en gebouwen daarentegen zijn ze minder tevreden. Ingezoomd op de resultaten per stadsdeel is weinig verschil per stadsdeel waar te nemen. De deelnemers uit Leidschenveen-Ypenburg scoren wat lager; Loosduinen, Haagse Hout en iets mindere mate ook Scheveningen en Laak daarentegen wat hoger.

Nader gekeken naar demografische verschillen onder de Haagse ouderen leert dat op het gebied van geslacht, wel of geen migratieachtergrond, en het opleidingsniveau geen significante verschillen worden aangetroffen. Wel blijkt dat mensen die zorg aan huis ontvangen, mensen met mobiliteitsproblemen die een rolstoel of rollator gebruiken, mensen die een chronische ziekte of aandoening hebben en tenslotte mensen in een slechtere financiële situatie de stad lager waarderen op de meeste domeinen van seniorvriendelijkheid.

Aan de Haagse ouderen is verder gevraagd hoe zij denken over de ontwikkeling van seniorvriendelijkheid van Den Haag. Enerzijds merkten sommige ouderen op dat zij niets hadden gemerkt van seniorvriendelijkheid de afgelopen jaren en wordt opgemerkt dat ouderen bijvoorbeeld geen gebruik meer kunnen maken van pinautomaten in de buurt. Anderzijds zijn ouderen lovend dat Den Haag zich zo actief opstelt op het gebied van seniorvriendelijkheid en stellen dat dan ook zeer op prijs. Zij vinden het prettig wonen in Den Haag.

¹ Met de term ouderen in dit rapport wordt bedoeld mensen die de leeftijd van 65 jaar of ouder hebben bereikt. Andere termen voor ouderen zijn senioren, oudere volwassenen. Wij kiezen voor de term ouderen omdat dit het beste aansluit op wetenschappelijke literatuur en beleidsstukken.

Huisvesting

Net als de rest van de Haagse bevolking wonen Haagse ouderen vooral in een flat of appartement. Zij geven hun eigen woonruimte een ruime voldoende (een 8). Dit geldt voor alle stadsdelen en ook voor mensen met een chronische ziekte of aandoening, gebruiker van een rollator of rolstoel of mensen die moeite hebben om financieel rond te komen. De tuin, de ruimte, gelijkvloerse woning en de ligging zijn de zaken die ouderen het fijnst vinden aan hun huis. Het minst fijn vinden bijna twee derde van de ouderen aspecten zoals de isolatie van de woning, overlast door geluid of burens en de krapte van de woning. Ouderen zijn goed op de hoogte van de mogelijkheden tot aanpassing van de woning. Eventueel gewenste aanpassingen zijn in het trappenhuis en in de badkamer of het toilet.

De meeste ouderen willen niet verhuizen. Naast het feit dat zij tevreden zijn over hun eigen woonruimte, geven ouderen ook aan barrières te zien die hen weerhouden van verhuizen, zoals het vinden van een geschikte betaalbare woning of het opruimen van spullen en het doen van de administratie en financiële afhandeling. Toch denkt bijna een derde van de Haagse ouderen aan verhuizen. Toekomstbestendig wonen wordt als belangrijkste reden voor verhuizen genoemd. Onderhoudskosten, de grootte van de woning en verandering van omgeving zijn andere redenen. Als verhuisd moet worden, willen de meesten zelfstandig blijven wonen of zij geven aan echt niet te willen verhuizen. Groepswonen is de derde keuze. Ouderen willen ook rustig wonen; gemengd wonen met andere generaties wordt wisselend gewaardeerd. Velen willen juist wel gemengd wonen, vanwege onderlinge hulpmogelijkheden en 'jong blijven als je onder jongeren bent'.

Aanbevelingen:

Weliswaar zijn de Haagse ouderen doorgaans tevreden over hun eigen woning en willen zij in meerderheid hun woning niet verlaten, toch is het voor een derde van de ouderen van belang dat zij in staat worden gesteld te kunnen verhuizen. Dit wordt mogelijk door het volgende:

- De gemeente continueert haar inspanningen voor het maken van afspraken met woningcorporaties en projectontwikkelaars om het aanbod van betaalbare levensloopbestendige woningen in Den Haag te vergroten.
- De gemeente faciliteert actief wooncoaches (vrijwillig dan wel betaald, gemeentelijk of via woningcorporaties) om ouderen die willen verhuizen te helpen met het verhuisproces zoals het zoeken naar een geschikte woning, opruimen, inpakken, administratie en financiële afhandeling.

“ Er zijn nauwelijks appartementen in het centrum van de wijk Leidschenveen. Dat is jammer, dan moet je ergens anders heen en raak je je sociale contacten kwijt. ”

Sociale participatie

Het aanbod op het terrein van vrijetijdsbesteding, de mogelijkheid om mensen te ontmoeten en mee te doen aan activiteiten, de kwaliteit van contacten met vrienden of familie en in de buurt worden positief gewaardeerd. De bereidheid om te participeren in de samenleving is hoog onder Haagse ouderen en ook zijn zij bereid om daarbij anderen te helpen. Bijvoorbeeld door middel van muziek, vrijwilligerswerk of in de kerk of een andere religieuze gemeenschap. Ook buurtapps helpen bij het vergroten van de sociale participatie. Echter mensen met een rolstoel of rollator of met lagere inkomens scores beduidend lager op het gebied van sociale participatie. Daarnaast voelt meer dan de helft van de Haagse ouderen zich matig tot zeer ernstig eenzaam. Haagse ouderen maken zich daarnaast zorgen om het omkijken naar mensen die dreigen te vereenzamen in de stad, speciaal ook nu ten tijde van corona.

Aanbevelingen:

- Om ook mensen die dreigen te vereenzamen – mede in coronatijd - te betrekken, verruimt de gemeente actief de mogelijkheden voor Haagse ouderen om elkaar te vinden en te ontmoeten, door gebruik te maken van creatieve, betaalbare en laagdrempelige oplossingen waar ouderen vaker gebruik van maken, zoals buurtapps, bibliotheken, Schroeder buurtvoorzieningen, of zogenaamde 'snuffelplekken' bijvoorbeeld in winkels.
- Geef aandacht aan de mogelijkheden voor ouderen om voor zichzelf een zinvol leven te creëren.

Respect en sociale inclusie

Ruim de helft van de Haagse ouderen voelt zich thuis in de buurt waarin zij wonen en voelt zich gerespecteerd. Sociale inclusie wordt door mensen met een chronische ziekte of aandoening, gebruikmakend van een rollator of rolstoel of met een slechtere financiële situatie lager gewaardeerd dan anderen. Met name een slechtere financiële situatie zorgt voor een lage score op dit domein.

Het lijkt erop dat het aantal ouderen dat tevreden is met de bevolkingssamenstelling van de buurt elk jaar wat afneemt. Zij zien hun buurt veranderen. Men zou dat graag accepteren en men is ook wederzijds belangstellend naar nieuwe generaties en andere culturen, toch is de drempel daarvoor hoog. Dat ligt volgens ouderen vooral aan dat 'onbekend onbemind maakt'. Wel erkennen zij dat er best verschillen mogen zijn en dat mensen elkaar moeten respecteren. Toch ziet men dat lang niet overal gebeuren. Er zijn ook dingen die echt achteruit zijn gegaan, zoals het klimaat, vreedzaam samenleven en het navolgen van regels. Ouderen zouden graag meer de verbinding opzoeken met jonge gezinnen, enerzijds om hen wat meer traditionele waarde bij te brengen, anderzijds om zelf ook te leren en nieuwe contacten te leggen. Digitalisering kan daarbij een belangrijke rol spelen. Ouderen zijn niet op de hoogte waar zij heen moeten ingeval sprake is van leeftijdsdiscriminatie.

Aanbevelingen:

- Faciliteer als gemeente de mogelijkheden voor jong en oud in wijken en buurten om met elkaar in gesprek te gaan en geef ruimte aan projecten zoals het Haagse verhaal.
- Vergroot de zichtbaarheid en bekendheid van meldpunt leeftijdsdiscriminatie.
- Werk als gemeente tevens aan het verbeteren van het imago van ouderen.

Burgerschap en werkgelegenheid

Op het gebied van burgerschap en werkgelegenheid geven Haagse ouderen aan doorgaans tevreden te zijn. Zij vinden het belangrijk zich nuttig te voelen en nemen, zolang de gezondheid dit toelaat, hiertoe ook vaak het initiatief. Ook verlenen zij vaak burenhulp. Ook hier is de mate van tevredenheid lager voor mensen met een chronische ziekte of aandoening, mobiliteits- of financiële problemen, waarbij met name een slechte financiële situatie zorgt voor een lage score.

Er zijn wel zaken die om verbetering vragen: het geïnformeerd en betrokken worden bij wat er in de buurt gebeurt, het gehoord worden bij inspraak en besluitvorming en de mate waarin gemeentelijke plannen die betrekking hebben op ouderen ook daadwerkelijk met ouderen tot stand zijn gekomen. De mogelijkheden tot het verrichten van betaalde arbeid dat aansluit bij de eigen vaardigheden en interesses worden als onvoldoende beoordeeld. De mogelijkheden om vrijwilligerswerk te doen dat aansluit bij de eigen vaardigheden en interesses worden soms wel positief beoordeeld. Wat niet wegneemt dat een derde van de Haagse ouderen regelmatig actief is als vrijwilliger. Daarnaast is een derde actief als mantelzorger. Mantelzorg is in veel gevallen intensief, maar voor de meeste mantelzorgers wel hanteerbaar. Een op de vijf daarentegen voelt zich tamelijk zwaar tot overbelast.

Aanbevelingen:

- Maak als gemeente werk van het informeren en betrekken van Haagse ouderen bij de buurt of gemeentelijke plannen. Ga op zoek naar ouderen die niet via de geëigende kanalen worden gevonden en haal niet alleen informatie op, maar werk samen met ouderen (co-creëren). Denk vooral aan de groepen ouderen die zorg aan huis ontvangen, verminderd mobiel zijn of die zich in een financieel slechtere situatie bevinden. Ook kan gedacht worden aan het op andere creatieve manieren betrekken van mensen die een verminderde Nederlandse taalvaardigheid hebben.
- Verruim de mogelijkheden voor vrijwilligerswerk op een creatieve en innovatieve wijze zodat deze beter aansluiten bij de vaardigheden en interesses van ouderen: zoals mentorschap op scholen (inclusief lessen voor nieuwkomers), bibliotheken en musea en stel geen leeftijdsgrenzen, zoals nu nog soms het geval is.

Communicatie en informatie

Haagse ouderen hebben meerdere bronnen tot hun beschikking om geïnformeerd te blijven over voorzieningen en activiteiten. Internet, huis-aan-huisbladen en wijkkranten, maar ook familie, vrienden, kennissen en burens kunnen een bron van informatie zijn. Daarnaast zijn er verschillende (gesubsidieerde) voorzieningen in Den Haag die gericht zijn op het geven van informatie en advies. De meeste (jongere) ouderen maken gebruik van internet, maar het internetgebruik onder Haagse ouderen is minder dan gemiddeld onder de gehele Haagse bevolking.

Over het algemeen zijn Haagse ouderen tevreden over de communicatie en informatie vanuit de gemeente of gemeentelijke instellingen. Zij tonen zich tevreden met de informatie die zij ontvangen met betrekking tot activiteiten voor ouderen in hun buurt of die van belang is voor hun gezondheid. Ook de leesbaarheid en het taalgebruik van de informatie die zij van gemeente of andere maatschappelijke organisaties ontvangen stemt doorgaans tevreden, hoewel de teksten vaak moeilijke woorden bevatten die niet eenvoudig te begrijpen zijn. Mensen met een financieel slechtere situatie waarderen de communicatie en informatie lager dan andere ouderen.

Wat lager scoort is de tevredenheid met de wijze waarop er naar hen geluisterd wordt in het geval van een klacht en hoe zij te woord worden gestaan wanneer zij contact opnemen met de gemeente. Ook de vindbaarheid van de vele voorzieningen is soms een probleem. Bijvoorbeeld voor voorzieningen op het gebied van welzijn, arbeid en pensioen, scheiding, inkomensondersteuning weet men niet goed de weg. Bovendien zijn de snelle digitale ontwikkelingen lastig te volgen voor een deel van de ouderen, waardoor zij het gevoel hebben achterop te raken. Het behoud van de analoge stadsgids is dan ook zeer gewenst.

Aanbevelingen:

- Om tegemoet te komen aan de verschillende manieren waarop ouderen informatie willen en kunnen ontvangen, is het van belang naast de digitale informatie ook de papieren stadsgids als informatiebron te behouden.
- Maak voorzieningen zoals ouderenconsulenten en financieel advies op een laagdrempelige manier toegankelijk, bijvoorbeeld via de huisarts, bibliotheek of apotheek.
- Faciliteer meer kleinschalige digitale vaardigheidstrainingen en ondersteuning voor en door ouderen zodat zij bij kunnen blijven op de digitale snelweg.
- Laat daarnaast duidelijk zien dat de gemeente actief is en wil zijn op het gebied van seniorvriendelijkheid.

Sociale en gezondheidsvoorzieningen

De waardering voor sociale- en gezondheidsvoorzieningen in het algemeen is goed; echter in de stadsdelen Segbroek, Centrum en Leidschenveen-Ypenburg scoren deze voorzieningen wat lager dan in de rest van de stad. Lager is de waardering voor de huishoudelijke zorg, de ondersteuning voor mantelzorg en de zorg en hulp in geval van ziekte of beperking die men ontvangt. Ook de communicatie over crisissituaties is een punt van aandacht. Mensen die zorg aan huis ontvangen of een rolstoel of rollator gebruiken zijn duidelijk meer tevreden over sociale en gezondheidsvoorzieningen dan andere ouderen. Ouderen met een financiële slechte situatie daarentegen zijn duidelijk minder tevreden hiermee.

Hoewel men zich vaak redelijk gezond voelt, kampen veel ouderen met een afnemende gezondheid. Zij klagen hier niet over. Sommigen gaan actief op zoek naar mogelijkheden om bijvoorbeeld de eigen leefstijl te verbeteren, anderen niet. Een ernstige ziekte zoals gebroken heup, artrose of hartinfarct komt dan ook vaak onverwacht. Er is behoefte aan voorlichting of periodieke check-ups ter preventie en voorbereiding. Ter voorkoming van eenzaamheid en sociaal isolement willen ouderen graag meer plaatsen waar zij onder de mensen kunnen zijn, zonder dat er iets van hen wordt verwacht of dat ze geacht worden aan activiteiten mee te doen, zogenoemde snuffelplekken.

Aanbevelingen:

- Faciliteer meer snuffelplekken voor toevallige ontmoeting of er gewoon zijn, bijvoorbeeld in winkels.
- Stimuleer vanuit de gemeente maatschappelijke aandacht voor ondersteuning van de mantelzorg, huishoudelijke hulp en ondersteuning bij ziekte en betrek hierbij actief werkgevers en het bedrijfsleven, zoals restaurants.
- Breng sociale voorzieningen ook via huisartsen en thuiszorg onder de aandacht.

Buitenruimten en gebouwen

Gekeken naar alle domeinen, zijn Haagse ouderen het minst tevreden over de buitenruimte en gebouwen in de stad. Alleen ouderen in Loosduinen, Laak en Haagse Hout waren tevreden over dit domein. Deze lagere score heeft met name te maken met de volgende factoren: onvoldoende toiletten die schoon en toegankelijk zijn (eventueel betaald en bemand), de toegankelijkheid van de buurt en de winkels in de buurt voor wie gebruik maakt van een rolstoel of rollator, de kwaliteit van de openbare ruimte, de aanwezigheid van zitplaatsen en bankjes en de veiligheid van voetgangersoversteekplaatsen. Mensen die zorg aan huis ontvangen, een rolstoel of rollator gebruiken of een chronische ziekte of aandoening hebben zijn daarentegen positiever over de buitenruimten en gebouwen dan anderen. Mensen met een slechtere financiële positie zijn weer minder tevreden. Een vijfde van de Haagse ouderen voelt zich onveilig in de eigen buurt. Dit onveiligheidsgevoel lijkt de laatste jaren te zijn afgenomen.

De toegankelijkheid van openbare gebouwen, de veiligheid van straat en buurt, de nabijheid van winkels en het gemak waarmee men zich te voet in de buurt kan verplaatsen, worden daarentegen duidelijk positief gewaardeerd.

Aanbevelingen:

- Intensiveer het onderhoud en verhoog de kwaliteit van de buitenruimten in Den Haag.
- Voorzie de stad van voldoende bankjes op looproutes (beschut, betekenisvol, schoon) en toegankelijke schone toiletten, onder andere bij ondernemers (winkels, horeca).
- Zorg voor voldoende wijkagenten op straat, die contact aangaan (ook) met ouderen.

Transport

Op het domein transport scoren alle stadsdelen een tevreden. Loosduinen scoort het hoogst.

Het openbaar vervoer in de stad wordt over het algemeen positief gewaardeerd: het sluit aan bij wat men nodig heeft en is betaalbaar, bus- en tramhaltes zijn goed te bereiken en ook het instappen in tram of bus gaat gemakkelijk. Er is wel behoefte aan betere busverbindingen waarbij er minder overgestapt hoeft te worden om van A naar B te komen. Verhoogde perrons voor de bussen vinden mensen een verbetering.

Verder is er behoefte aan meer parkeerplaatsen in het algemeen in de wijken en aan meer speciale parkeerplaatsen voor mindervaliden, in het bijzonder in het centrum.

Het merendeel van de ouderen kan zich zonder problemen verplaatsen in de buurt. De binnenstad is volgens sommigen rolstoelonvriendelijk en men vindt dat er in het algemeen in Den Haag te veel obstakels op straat zijn. De stoepen zijn ongelijk (ook op andere plekken in de stad), te smal en deuren van winkels gaan niet altijd vanzelf open.

Op sommige plekken is een gebrek aan fietspaden, of is er te weinig capaciteit voor fietsers. De combinatie van fietsen, e-bikes en scootmobiel levert vaak gevaarlijke situaties op.

Mensen die zorg aan huis ontvangen en mensen met mobiliteitsproblemen zijn duidelijk minder tevreden met transportmogelijkheden in Den Haag. Er zijn klachten geuit over het niet mogen meenemen van kleine honden in het aanvullend vervoer, met als argument dat sommige mensen (inclusief de chauffeur) allergisch zijn. Ook is er een behoefte aan specifieke en duidelijke informatie over taxivervoer voor ouderen en vervoer op maat.

Aanbevelingen:

- Besteed aandacht aan de rolstoel- en rollator toegankelijkheid van het openbaar vervoer.
- In afspraken met openbaarvervoerbedrijven: vergroot de frequentie en verminder het aantal overstappen in het openbaar vervoer.
- Breid het aantal invalidenparkeerplaatsen uit, met name in het Centrum.

“ Veel ouderen vinden het moeilijk om ‘de hand op te houden’, ze schamen zich ervoor. Als je weinig geld hebt ligt eenzaamheid op de loer. ”

Financiën

Met betrekking tot de eigen financiële situatie geeft de meerderheid van de respondenten aan goed rond te kunnen komen van hun inkomen en zonder problemen in hun basisbehoeften te kunnen voorzien. Voor zo'n 14 procent van de ondervraagden is dit echter niet het geval. Waar men terecht kan in het geval men niet rond kan komen is voor een groot deel van de ondervraagden niet helder.

In het algemeen maken ouderen zich wel zorgen over hun financiën. Zorgpremies worden hoger en pensioenen onzeker. Bovendien voelen zij zichzelf bezwaard om 'de hand op te houden'. Tegelijkertijd loert het gevaar van eenzaamheid, want leven in armoede vindt men nog altijd beschamend. Daarnaast merken ouderen op dat zij bijna nergens meer terecht kunnen omdat veel banken hun kantoren hebben gesloten en veel digitaal is geworden.

Aanbevelingen:

- Vergroot de mogelijkheden waar ouderen terecht kunnen voor vragen over hun financiële situatie of maak bestaande beter vindbaar en toegankelijk.
- In beleidsmaatregelen is het aan te raden te differentiëren tussen mensen met ruime en minder ruime financiële mogelijkheden. De laatste groep ervaart de stad negatiever op het gebied van seniorvriendelijkheid.



1

OPDRACHT

Op 10 maart 2020 verstrekte de gemeente Den Haag de opdracht aan De Haagse Hogeschool, Hulsebosch Advies en AFEdeMy tot het ontwikkelen en uitvoeren van een Monitor Seniorvriendelijke Stad ten behoeve van het domein Vitale Stad, dienst Onderwijs, Cultuur en Welzijn van de gemeente Den Haag.

De opdracht heeft ten doel dat een monitor wordt ontwikkeld en uitgevoerd waarbij, door middel van kwalitatieve en kwantitatieve methoden, onderzoek wordt gedaan naar de stand van zaken van Den Haag als seniorvriendelijke stad in het algemeen en een aantal specifieke acties uit het actieprogramma worden getoetst. Er zal een kennisplatform worden ingericht waarbij wordt samengewerkt met andere partners, met als criteria voor deelname de belangenbehartiging van ouderen, of het kunnen leveren van een bijdrage aan (reflectie op) onderzoek en de monitoring.

De uitvoering van de monitor resulteert in een rapport aan de gemeente. Ook relevante wereldse, landelijke en lokale trends en onderzoeken worden meegenomen in het rapport. Communicatie en mogelijke publicaties in relatie tot de monitor worden uitgevoerd in samenspraak met de gemeente Den Haag en gebeurt primair in naam van het kennisplatform. Het eindrapport is eigendom van de Gemeente Den Haag. Het rapport kan na afloop gebruikt worden voor publicaties, dit in samenspraak met de Gemeente Den Haag.

De hoofdtaken bestaan uit:

1. Ophalen en formuleren van thema's voor 2020 aan de hand van gesprekken met de beleidsmedewerkers van de gemeente Den Haag en (belangenbehartigers van) ouderen.
2. Ontwikkelen van meetbare indicatoren om deze thema's in samenhang te onderzoeken.
3. Coördineren van de uitvoering van de onderzoeken.
4. Opstellen van een rapport op basis van de uitkomsten van de onderzoeken en relevante maatschappelijke trends en rapporten.

Voor de uitvoering van de taken worden tenminste de volgende uitvoeringsinstrumenten gebruikt:

- Acht tot tien stadsateliers.
- Een bevraging van het ouderenpanel (zijnde ca 400 ouderen, op basis van een zogenaamde poweranalyse) via een vragenlijst en veldonderzoek.
- De ouderenmonitor die in het najaar van 2020 wordt uitgegeven door de gemeente Den Haag.

De opdracht aan *Aha! marktonderzoek en marketingadvies* voor de uitvoering van het veldonderzoek wordt separaat verleend vanuit de Gemeente Den Haag.



2

METHODOLOGIE

2.1 Ontwikkeling vragenlijst stadsenquête en validatie

De Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) is sinds 2007 actief in het ondersteunen van steden om seniorvriendelijker te worden, en richt zich op het deel van de bevolking dat ouder is dan 60 jaar. Om gestalte te geven aan deze internationale ambitie is het Global Network for Age-Friendly Cities and Communities opgericht. Hieraan nemen op dit moment zo'n 1000 steden, die onderling adviezen en ervaringen kunnen uitwisselen, deel. Deze steden hebben zich gecommitteerd aan de doelstellingen van de seniorvriendelijke agenda, namelijk dat zij aansluiten bij de wens om een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven aan oudere inwoners te bieden. Elk lid van het netwerk monitort de voortgang van de te behalen doelstellingen, en ook bestaat er een wereldwijde database van seniorvriendelijke projecten en toolkits. Sinds 2015 is Den Haag als eerste Nederlandse gemeente lid van het Global Network for Age-friendly Cities and Communities van de Wereldgezondheidsorganisatie. Onderdeel van dit lidmaatschap is het periodiek evalueren van de seniorvriendelijkheid van de stad. Toch zijn er kennishiaten, zoals de noodzaak voor interdisciplinaire samenwerking tussen de domeinen, maar ook de meetbaarheid van seniorvriendelijkheid op zich. In het kort, de wetenschappelijke kennisbasis van seniorvriendelijke steden is beperkt, en er zijn geen tot weinig instrumenten die kunnen worden ingezet om op valide wijze te meten. Nergens ter wereld bleek een instrument te bestaan dat dit op een valide wijze kan doen. Vanuit de gemeente Den Haag volgde de opdracht om zo'n instrument te maken.

De bestaande Checklist of Essential Features of Age-Friendly Cities omvat vele aanbevelingen om een stad seniorvriendelijk te laten zijn. Deze checklist is tot stand gekomen op basis van grootschalige consultatierondes in 33 steden in 22 landen. De items op deze checklist zijn ingedeeld in acht domeinen, zoals transport, sociale inclusie en respect. De checklist op zich is geen meetinstrument om de seniorvriendelijkheid van een stad in kaart te brengen. Wereldwijd zijn kwalitatieve onderzoeksmethoden ingezet om de seniorvriendelijkheid in kaart te brengen, zoals interviews, fotografie-methoden en focusgroepen. Deze methoden leiden echter nooit tot een concreet 'cijfer' voor een stad of gemeenschap, waarmee beleidsmakers kunnen bijhouden of zij goed bezig zijn. Een dergelijke beoordeling kan helpen om steden of wijken onderling te vergelijken, en om beleidsmakers en andere stakeholders te stimuleren om aanvullende en gerichte interventies te plegen. Een aantal onderzoekers werkte aan kwantitatieve methoden, maar de ontwikkeling hiervan is tot nu toe niet op transparante wijze gebeurd. Ook dekken de bestaande instrumenten vaak slechts één of enkele domeinen van het totaal van acht die door de WHO zijn gedefinieerd. Het meest geschikte instrument is de recent door Garner en Holland (2020) ontwikkelde Age-Friendly Environment Assessment Tool (AFEAT). De AFEAT kan gebruikt worden om iemands individuele functioneren te meten, evenals de impact van kwetsbaarheid op de perceptie van seniorvriendelijke omgevingen. De AFEAT bestrijkt helaas niet het gehele spectrum van seniorvriendelijke domeinen, en is daarom niet bruikbaar om de seniorvriendelijkheid van een stad te meten. Omdat de gemeente Den Haag de wens had om de seniorvriendelijkheid van de stad als geheel in kaart te brengen, is gewerkt aan een gevalideerde vragenlijst die het volledige construct van seniorvriendelijkheid in kaart kan brengen. Deze vragenlijst is geheel transparant tot stand gekomen in een validatieproces met verschillende fasen.

De nieuwe Age-Friendly Cities and Communities Questionnaire (AFCCQ) is ontwikkeld op basis van de criteria van de COnsensus-based Standards for selection of health Measurement INstruments (COSMIN) (COSMIN, 2020). Het volledige proces is terug te vinden in Dikken et al. (2020a). Een eerste set vragen die als uitgangspunt diende voor de ontwikkeling van de uiteindelijke vragenlijst is gemaakt op basis van een literatuurstudie, waarbij een interdisciplinair team van onderzoekers heeft samengewerkt. De basis voor het werk vormde de "Checklist of Essential Features of Age-Friendly Cities" van de WHO (2007). Hiervan wordt gezegd dat het 'een tool is voor de zelfevaluatie van een stad om de eigen voortgang in kaart te brengen'. Ook zijn twee WHO-rapporten over seniorvriendelijke steden uit 2015 en 2018 gebruikt (WHO, 2015; 2018). De relevante items zijn omgezet in vragen die konden worden beantwoord op een 5-puntsschaal (geheel mee oneens tot geheel mee eens). Op basis van de internationale literatuur zijn aanvullende vragen gemaakt ten aanzien van de inzet van technologie en iemands financiële situatie. Deze domeinen worden in diverse documenten als belangrijk gezien. De gemaakte vragen zijn via een proces van onderlinge consensusvorming tot stand gekomen.

Deze vragen zijn vervolgens voorgelegd aan een panel van tien praktijkexperts uit Zuid-Holland die kennis hebben van seniorvriendelijke steden, en door dit panel beoordeeld op basis van relevantie. Hierna is een panel van vijf ouderen gevraagd de leesbaarheid te beoordelen, en het resultaat van deze ronde is aan de Haagse stadskamer van de gemeente Den Haag voorgelegd. De stadskamer is in feite het user experience lab van de gemeente Den Haag. De gemeente doet er onderzoek naar alle vormen van dienstverlening: onderzoekt de werkzaamheid van sites en apps, houdt er diepte-interviews over producten en dienstverlening en de totstandkoming van beleid – alles om te zorgen dat inzicht van de gebruiker een rol speelt bij het ontwikkelen van nieuwe dienstverlening, zodat deze makkelijker te gebruiken of beter te begrijpen zijn. Op basis van deze stap is de taal aangepast zodat deze begrijpelijk is voor ouderen. Na deze ronde zijn de overgebleven vragen voorgelegd aan een panel van acht Nederlandse en Vlaamse experts (gepromoveerde onderzoekers) op het gebied van seniorvriendelijke steden en gerontologie. Zij hebben de vragen beoordeeld op relevantie. Hierna bleven 64 vragen over.

Deze lijst van 64 vragen is, samen met de tien vragen uit de AFEAT en enkele open en demografische vragen, voorgelegd aan 384² ouderen in Den Haag van verschillende leeftijden vanaf 65 jaar, waarbij rekening is gehouden met de representativiteit van de onderzoeksgroep. Op basis van de resultaten van deze groep zijn diverse statistische stappen doorlopen en is de samenhang met de AFEAT onderzocht. Hierbij bleven de acht domeinen van de WHO behouden in de vragenlijst, evenals een negende domein rondom financiële aspecten. De vragen rondom technologie waren voldoende ondervangen in andere domeinen, en de doorlopen stappen hebben niet geleid tot het maken van een apart tiende domein voor deze thematiek. Uiteindelijk is de vragenlijst vertaald naar het Engels en terug naar het Nederlands. De uiteindelijke vragenlijst bestaat uit 23 items, verdeeld over negen domeinen, namelijk de acht van de WHO en een aanvullend domein financiële situatie.

2 Dit aantal van 384 deelnemers wijkt af van het uiteindelijke aantal van 393 respondenten.

Tabel 1: De vragenlijst: Age Friendly Cities and Communities Questionnaire (AFCCQ)

ITEM	DOMEIN
	Huisvesting
Q1	Mijn woning is toegankelijk voor mij.
Q2	Mijn woning is toegankelijk voor mensen die mij willen bezoeken.
	Sociale participatie
Q3	In mijn buurt zijn voldoende gelegenheden om mensen te ontmoeten.
Q4	Activiteiten en evenementen worden georganiseerd op voor mij bereikbare plaatsen.
Q5	De informatie over activiteiten en evenementen vind ik voldoende en ook geschikt voor mij.
Q6	Ik vind het aanbod van evenementen en activiteiten voldoende afwisselend.
	Sociale inclusie
Q7 *	Ik krijg wel eens vervelende of negatieve opmerkingen vanwege mijn leeftijd.
Q8 *	Ik krijg wel eens te maken met discriminatie vanwege mijn leeftijd.
	Burgerschap en werkgelegenheid
Q9	Ik heb voldoende mogelijkheden om met jongere generaties om te gaan.
Q10	Ik voel mij een gewaardeerd lid van de samenleving.
	Communicatie en informatie
Q11	Gedrukte en digitale informatie van de gemeente en andere maatschappelijke instanties zijn goed leesbaar qua lettertype en grootte.
Q12	Gedrukte en digitale informatie van de gemeente en andere maatschappelijke instanties zijn geschreven in begrijpelijke taal.
	Sociale en gezondheidsvoorzieningen
Q13	Het aanbod van zorg en welzijn in mijn stad is voor mij voldoende.
Q14	Als ik ziek ben, krijg ik de zorg en hulp die ik nodig heb.
Q15	Indien nodig, kan ik zorg en welzijn telefonisch en fysiek gemakkelijk bereiken.
Q16	Ik heb voldoende informatie over zorg en welzijn in mijn buurt.
Q17	Zorg en welzijn werkers in mijn buurt zijn voldoende respectvol.
	Buitenruimte en gebouwen
Q18	Mijn buurt is voldoende toegankelijk voor rollator of rolstoel.
Q19	De winkels in mijn buurt zijn voldoende toegankelijk met rollator of rolstoel.
	Transport
Q20	Ik kan gemakkelijk instappen in de bus of tram in mijn buurt.
Q21	De bus- en tramhaltes in mijn buurt zijn gemakkelijk te bereiken en te gebruiken.
	Financiën
Q22	Mijn inkomen is voldoende om zonder problemen in mijn basisbehoeften te voorzien.
Q23	Ik kan goed rondkomen met mijn inkomen.

De AFCCQ (Dikken et al., 2020ab) kan worden gebruikt voor onderzoek en beleidsdoelstellingen. De totaalscores variëren van -46 tot +46 punten, en de berekening van deze punten staat verderop uitgelegd. De punten variëren tevens per domein, afhankelijk van het aantal deelvragen per domein. Om de interpretatie van resultaten te vereenvoudigen, is gekozen voor een methodiek van het kleurenschema, waarbij roodtinten staan voor negatieve resultaten, en groentinten voor positieve resultaten. Op deze wijze is het voor de lezer in een oogopslag helder hoe het staat met de seniorvriendelijkheid van een stad, wijk, of op een specifiek deeldomein. Op deze wijze kan ook worden gezien waar nog aanvullende acties wenselijk zijn. Uit rode vlakken spreekt altijd een bepaalde mate van urgentie voor een interventie, terwijl lichtgroene vlakjes ook nog ruimte bieden voor aanvullende beleidsmaatregelen.

Tabel 2: Interpretatie AFCCQ totaalscore en specifieke domeinen

	-----	---	--	-	+	++	+++	++++
AFCCQ Totaal score	≤-35.1	-23.1--35.0	-11.5--23.0	-11.4-0.0	0.1-11.4	11.5-23.0	23.1-35.0	≥35.1
Huisvesting	≤-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	≥3.1
Sociale participatie	≤-6.1	-4.1--6.0	-2.1--4.0	-2.0-0.0	0.1-2.0	2.1-4.0	4.1-6.0	≥6.1
Sociale inclusie*	≤-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	≥3.1
Burgerschap en werkgelegenheid	≤-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	≥3.1
Communicatie en informatie	≤-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	≥3.1
Sociale en gezondheids- voorzieningen	≤-7.6	-5.1--7.5	-2.6--5.0	-2.5-0.0	0.1-2.5	2.6-5.0	5.1-7.5	≥7.6
Buitenruimte en gebouwen	≤-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	≥3.1
Transport	≤-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	≥3.1
Financiën	≤-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	≥3.1

Scoresysteem³

- Alle vragen van de AFCCQ worden beantwoord op een 5-puntsschaal, variërend van helemaal eens tot helemaal oneens.
- Scores: -2 = helemaal oneens; -1 = oneens; 0 = noch mee eens, noch mee oneens; 1 = eens; 2 = helemaal eens.
- Items met een asterisk (*) (vragen 7 en 8 in tabel 1) moeten gehercodeerd worden in tegenovergestelde richting (-2 = 2, -1 = 1, 0 = 0, 1 = -1, 2 = -2)
- Tel alle scores van de AFCCQ op om de totaalscore te berekenen.
- Tel alle scores van de specifieke domeinen op om de domeinspecifieke score te berekenen.

³ Een in te vullen variant is te downloaden via: https://www.dehaagsehogeschool.nl/docs/default-source/documenten-onderzoek/lectoraten/urban-ageing/swe-vragenlijst-nl-age-friendly-cities_hr.pdf?sfvrsn=11e9415f_4

Hoewel het oorspronkelijke model van de WHO bestaat uit acht domeinen, is uit het onderzoek gebleken dat een negende domein rondom financiën dient te worden meegenomen bij het doen van onderzoek naar de seniorvriendelijkheid van een stad of gemeenschap. Financiële zelfredzaamheid -of iemand kan rondkomen- is een belangrijke factor gebleken. Dit blijkt uit de literatuur en het wordt bevestigd door diverse stakeholders in de ontwikkeling van deze vragenlijst. Technologie daarentegen is -althans voor nu- voldoende geborgd in de andere domeinen en dient ook in de toekomst integraal bekeken te worden op domeinniveau (Marston & van Hoof, 2019).

De vragenlijst is op verschillende wijzen ingevuld: digitaal via een toegestuurde link naar de vragenlijst, telefonisch. De vragenlijst kan tevens bij kwetsbare personen en ouderen met verminderde taalvaardigheid via een persoonlijk gesprek worden ingevuld. Het is aanbevelenswaardig om aanvullende kwalitatieve onderzoeksmethoden in te blijven zetten naast de inzet van de AFCCQ. Dit zorgt voor een verdere verdieping; zo kunnen aanvullende groeps gesprekken leiden tot een verrijking en kleuring van de gevonden resultaten.

2.1.1 Rekrutering respondenten vragenlijstonderzoek

De data gebruikt in het vragenlijstonderzoek is een steekproef van thuiswonende ouderen (65 jaar en ouder) wonend in de gemeente Den Haag (zie tabel 3). In januari 2019 waren er in totaal 539.040 inwoners in de gemeente Den Haag, waarvan 78.073 65 jaar en ouder wat neerkomt op 14,5% van de stedelijke bevolking. Van de groep 65 jaar en ouder woont 94,6% zelfstandig, oftewel 73.857 inwoners. Met een foutenmarge van 5% en een betrouwbaarheidsniveau van 95% betekent dit dat er in totaal 383 respondenten nodig waren om een representatieve steekproefgrootte te hebben.

Verdere inclusiecriteria van de steekproef waren - idealiter - dat 31,3% van de steekproef een migratieachtergrond zou hebben (volgens de definities van CBS - CBS). Daarnaast werd er gestreefd naar een normale verhouding tussen mannen en vrouwen (voor Den Haag is dat 45% man en 55% vrouw). De deelnemers kwamen uit alle stadsdelen ondanks dat ouderen niet gelijkmatig over Den Haag zijn verspreid. Daarnaast werd gestreefd naar een representatieve verdeling over de leeftijdscohorten (65-69 (31,0%); 70-74 (27,4%) en 75+ (41,6%)), evenals het aandeel van de bevolking dat in een huis woont dat ofwel gehuurd wordt of in eigendom is (58% was eigendom van de bewoner, en 42% was gehuurd) (Lijzenga et al, 2018). Tot slot hebben we gestreefd naar inclusie van mensen die: al dan niet samenwonen in één huis; zorg ontvangen; chronische aandoeningen hebben; en/of gebruik maken van een rollator of rolstoel.

De rekrutering is als opdracht verstrekt aan *Aha! marktonderzoek en marketingadvies*, Groningen bij deelnemers van een bestaand ouderenpanel (bestaande database). Tussen juli en september 2020 hebben zij een totaal van 339 respondenten geworven. Daarnaast zijn er additioneel nog 54 deelnemers verworven door het onderzoeksteam met behulp van partnerorganisaties om aan de minimale 383 deelnemers te komen. Deelnemers uit de database hebben informed consent gegeven door hun deelname aan het ouderenpanel. De 54 additionele deelnemers is gevraagd een informed-consentformulier in te vullen voorafgaand aan het invullen van de vragenlijst.

**Tabel 3: Demografische gegevens respondenten
(totaal = 393)**

Geslacht	
Man	n = 190 (48%)
Vrouw	n = 203 (52%)
Leeftijd	
Gemiddelde (standaardafwijking)	74.9 (6.1)
65–69	n = 92 (24%)
70–74	n = 119 (30%)
75+	n = 182 (46%)
Geboorteland	
Geboren in Nederland	n = 335 (85%)
Suriname of voormalige Nederlandse Antillen	n = 28 (7%)
Overig	n = 30 (8%)
Type onderwijs gevolgd	
Lagere school	n = 23 (6%)
LBO, VMBO, MAVO (LTS, LEAO, LHNO, LAS, Huishoudschool, MULO, ULO, opleiding leerlingwezen, etc.)	n = 99 (25%)
Middelbaar beroepsonderwijs (MBO, MEAO, MTS, Politieschool, Verpleegstersopleiding, etc.)	n = 64 (16%)
HAVO, VWO, Atheneum, Lyceum, Gymnasium, HBS, MMS	n = 35 (9%)
Hoger beroepsonderwijs (HBO, HTS, HEAO, PABO, Hogeschool, ALO, Soc. Academie etc.)	n = 98 (25%)
Universiteit	n = 74 (19%)
Aantal jaren wonend in Den Haag	
Gemiddelde (standaardafwijking)	51.7 (22.8)
Type woning	
Koopwoning	n = 234 (60%)
Sociale huurwoning	n = 111 (28%)
Particuliere huurwoning	n = 48 (12%)
Samenwonend met een partner (%)	
	n = 217 (55%)
Ontvangt zorg (%)	
	n = 105 (27%)
Leeft met één of meer chronische aandoeningen (%)	
	n = 192 (49%)
Gebruikt rollator of rolstoel (%)	
	n = 61 (16%)

2.2 Methodologie Stadsateliers

2.2.1 Impact Atelier Samenkracht

Voor de Stadsateliers is gekozen voor de methodiek Atelier Samenkracht. Atelier Samenkracht biedt mensen in dialoogbijeenkomsten een podium om hun wensen en mogelijkheden op het gebied van 'meedoen en van betekenis zijn' met elkaar en met vertegenwoordigers van lokale instituties te delen en actief uit te dragen.

Het doel van Samenkracht is:

- de kracht van de ouderen en andere bewoners (kennis, kunde, levenservaring) zichtbaar maken en mobiliseren;
- een impuls geven aan persoonlijke ontwikkeling, netwerkontwikkeling, maatschappelijke inzet en omzien naar elkaar in de eigen woon- en leefomgeving;
- de leefwereld van mensen en de systeemwereld van overheid en organisaties bij elkaar brengen door de stem te laten horen in een gelijkwaardige dialoog.

Aanpak met impact

Atelier Samenkracht is een overzichtelijke activiteit met grote impact. Het maakt niet alleen de kennis en kunde, de levenservaring, maar ook de sociale aspiraties van ouderen en anderen in de gemeenschap zichtbaar. Dit gebeurt door middel van een gestructureerde dialoog. De dialoog zet de deelnemers aan het denken. Er ontstaan nieuwe beelden, visie, concrete ideeën over de rol in de gemeenschap. Wat 'de gemeenschap' is, hangt af van wat de deelnemer daar zelf onder verstaat. Vooral als het informele netwerk van de deelnemers erg klein is en er sprake is van een zorgbehoefte, doen beroepskrachten en/of vrijwilligers ook mee aan de dialoog.

Mensen met geefkracht; gemeenschap met vraagkracht

Meedoen en van betekenis zijn vraagt iets van de oudere, je zou dat 'geefkracht' kunnen noemen. Dat gaat niet bij iedereen vanzelf. Sommige ouderen hebben het gevoel dat zij al zo veel gegeven hebben, zij hebben zich als het ware leeg gegeven. Anderen zijn hun vermogen om te geven vergeten. Daarbij kan het geheugen letterlijk een rol spelen, maar ook het feit dat er geen beroep meer op de oudere wordt gedaan. Teleurstellingen uit het verleden kunnen een rol spelen. Ook de vaak negatieve beeldvorming over ouderen kan het zicht ontnemen op het verlangen en het vermogen van de oudere om van betekenis te zijn. Meedoen en van betekenis zijn gaat gemakkelijker als de gemeenschap voor de oudere openstaat. Dan is er sprake van een uitnodigende, leeftijdsvriendelijke gemeenschap, die de oudere insluit, echt ziet, erkent en waardeert. De geefkracht van ouderen bloeit op in een gemeenschap met vraagkracht.

Dialoog

Atelier Samenkracht brengt mensen bij elkaar en nodigt uit om over dit onderwerp met elkaar het gesprek aan te gaan. Door de dialoog groeit een besef van samenkracht: iedereen wordt ouder, kwetsbaarder, maar niemand hoeft in zijn eentje te worstelen. Iedereen kan bijdragen en mag dat ook van de ander verwachten. Je kunt elkaar veel bieden, jong en oud, samen kun je veel bereiken als je naar elkaar luistert. Als je kennis en ervaring, verhalen en emoties kunt delen. Als je de ander kunt zien als gelijkwaardig mens waarvan je kunt leren. Daar gaat het om bij de dialoog Samenkracht.

WAT KAN IK DOEN IN MIJN EIGEN LEVEN, WAT KUNNEN WIJ DOEN ALS GROEP EN IN DE GEMEENSCHAP OM MEE TE DOEN EN VAN BETEKENIS TE ZIJN.

Creatieve werkvormen

De dialoog wordt gevoed door gelijkwaardige inbreng van en samenwerking tussen alle deelnemers. Dialoog betekent niet alleen maar praten, maar diverse creatieve, interactieve en kunstzinnige werkvormen die de weg vrij maken naar concrete, haalbare acties. Wat kan **IK** doen in mijn eigen leven, wat kunnen **WIJ** doen als groep en in de gemeenschap om mee te doen en van betekenis te zijn. Betekenis hebben voor elkaar wordt direct in praktijk gebracht. De dialoog mondt uit in ideeën voor actie, waarbij iedereen nadenkt over zijn eigen rol. Desgewenst worden ideeën in vervolgbijeenkomsten verder uitgewerkt, afhankelijk van de behoefte en de bereidheid tot verdere actie bij de deelnemers.

Resultaten

Atelier Samenkracht start als compact traject. Daarvoor is bewust gekozen. Initiatiefnemers en deelnemers stappen gemakkelijker in als de activiteit in tijd goed te behappen is. De ervaring leert dat de dialoogbijeenkomsten voldoende zijn om het thema met bewoners uit te diepen en - indien gewenst - aanzetten te formuleren voor verdergaande actie (Penninx en Hulsebosch, 2013). In betrekkelijk korte tijd en zonder kostbare middelen levert Atelier Samenkracht veel concrete resultaten op. Samenkracht brengt een beweging op gang waarin bewoners en zeker ook de oudsten, zich gezien, erkend en gewaardeerd voelen, waarin zij naar vermogen meedoen en zich blijven ontwikkelen.

Evaluaties maken duidelijk dat deze kort-en-krachtige impuls in alle gevallen talenten, kennis en kunde, verhalen en ervaringen zichtbaar maakt en voortzetting vindt in zelf gewilde, deels zelf georganiseerde en blijvende activiteiten. Meestal betreffen die vervolgactiviteiten geen 'grootse en meeslepende projecten', maar kleine, alledaagse dingen: elkaar bezoeken, iets delen of uitwisselen, of samen iets organiseren. Dat kan zijn op het gebied van kunst, muziek, koken, welfare, bewegen, enzovoort. Waar nodig ondersteunen beroepskrachten (wijkverpleegkundigen, sociaal werkers, bewonersconsulenten) en vrijwilligers dit proces met advies, contacten en faciliteiten.

Impact

Impact Atelier Samenkracht op wijkbewoners:

- Mensen leggen nieuwe sociale contacten en ontdekken steun aan elkaar.
- Mensen hebben meer het gevoel dat zij ertoe kunnen doen, van betekenis kunnen zijn, in welke situatie zij zich ook bevinden.
- Mensen voelen zich meer eigenmachtig om vorm te geven aan zelfredzaamheid, participatie en plezier in het leven.
- Mensen voelen zich meer gezien en gehoord door beroepskrachten, instellingen en/of politiek.

Impact Atelier Samenkracht op beroepskrachten en vrijwilligers:

- Beroepskrachten en vrijwilligers krijgen meer persoonlijk contact met de mensen in hun werkgebied, hun cliënten, huurders of patiënten; ze ontdekken de kracht en creativiteit van hen.
- Beroepskrachten en vrijwilligers krijgen meer inzicht in wensen en mogelijkheden van de oudste generaties, hetgeen helpt bij de ontwikkeling van adequate diensten en producten voor ouderen.
- Beroepskrachten en vrijwilligers doen ervaring op met een nieuwe werkwijze, waarin een betere balans bestaat tussen 'volledig verzorgen' en 'volledig op eigen kracht'; ze doen ervaring op met samenkracht door middel van dialoog en co-creatie.

Impact Atelier Samenkracht op organisaties en beleidsmakers:

- Organisaties op het gebied van wonen, zorg en welzijn vergroten hun relevantie in het perspectief van de participatiesamenleving; minder de oude reflex van 'zorgen voor...', meer 'zorgen dat...'.
- Organisaties verkleinen de kloof tussen leefwereld en systeemwereld doordat ze hun oor te luisteren leggen in de leefwereld en feedback krijgen van burgers.
- Organisaties dragen door Atelier Samenkracht bij aan *community building* (gemeenschapsvorming) en een *leeftijdsvriendelijke omgeving*; het resultaat is een stap op weg naar een inclusieve samenleving, waarin mensen en met name de oudste generaties zich gezonder voelen en meer opgenomen zijn in de gemeenschap.

**SAMENKRACHT BRENGT EEN
BEWEGING OP GANG WAARIN
BEWONERS EN ZEKER OOK DE
OUDSTEN, ZICH GEZIEN, ERKEND EN
GEWAARDEERD VOELEN, WAARIN ZIJ
NAAR VERMOGEN MEEDOEN EN ZICH
BLIJVEN ONTWIKKELEN.**

2.2.2 Werkzame Principes Samenkracht

Atelier Samenkracht is beproefd in de praktijk. De werkzame principes van Atelier Samenkracht:

1. **Krachtgericht werken**
2. **Breed kijken naar jezelf en je omgeving, vanuit alle levensdomeinen**
3. **Wederkerigheid in relaties stimuleren**
4. **De kracht van de dialoog benutten**
5. **Afwisseling tussen actie en reflectie**
6. **Inzetten op het zwaan-kleef-aan effect**



Figuur 1: U-curve van Stone

1 Krachtgericht werken

De naam zegt het al: Atelier Samenkracht brengt de kracht van mensen en hun omgeving samen. Bij krachtgericht werken staat *empowerment* als werkprincipe voorop. Empowerment gaat over leren en verbinden (Penninx en Sprinkhuizen, 2011). Empowerment moet gestalte krijgen op drie niveaus:

- *Empowerment op individueel niveau.* Mensen ondersteunen bij hun gevoel van 'ertoe doen' gaat hand in hand met het aanspreken van kwaliteiten, het ontwikkelen van vaardigheden, het doen groeien van zelfbewustzijn en zelfvertrouwen.
- *Empowerment op collectief niveau.* Denk hierbij aan het aanboren van hulpbronnen in je omgeving, het stimuleren van zelforganisatie en zelfhulp in de sfeer van burens, buurtgenoten, lotgenoten en zelfhulpgroepen; denk ook aan het bevorderen van samenwerking in de lokale gemeenschap.
- *Empowerment op politiek-maatschappelijk niveau.* Werken aan veranderingen die breder reiken dan het eigen leven, zoals het veranderen van vooroordelen, het bevorderen van een leeftijdsvriendelijke omgeving en het beïnvloeden van wet- en regelgeving (Van Regenmortel, 2008).

Verbindingen leggen

Deze drie niveaus staan niet los van elkaar; ze zijn verweven. Je kunt werken aan empowerment met wijkbewoners, maar als zij leven in omgevingen (families, netwerken, buurten) die ontoegankelijk zijn, die stigmatiseren en uitsluiten, dan is het effect gering. Dat betekent dat ook in de omgeving iets moet veranderen en dat op diverse niveaus verbindingen worden gelegd. Atelier Samenkracht zet dit in beweging. De beweging begint al tijdens de dialoogbijeenkomsten zelf. Hierin staat de relatie tussen wijkbewoners, beroepskrachten, vrijwilligers in het teken van partnerschap. De samenwerking tussen organisaties en de erkenning van ervaringsdeskundigheid zijn cruciale elementen. Beroepskrachten en vrijwilligers leggen hun oor te luisteren bij wijkbewoners, maar doen ook mee; ze delen in de verhalen. Ze verlaten de routine van de dagelijkse werkzaamheden en stellen zich open. Ze horen nieuwe dingen omdat zij mensen daar rechtstreeks op bevragen. De dialoog stimuleert daarmee reflectie op hun praktijk als beroepskracht of vrijwilliger:

- Hoe kan ik als sociaal werker of vrijwilliger nog beter inspelen op de vraag van de (oudere) wijkbewoner en zijn/haar netwerk: het individueel niveau van empowerment.
- Hoe kunnen wij opnieuw vorm geven aan de samenwerking met elkaar en met de (oudere) wijkbewoners; welke samenwerkingsverbanden zijn daarvoor nodig: het collectief niveau van empowerment.
- Welke signalen vangen wij op van (oudere) wijkbewoners, over hun leefsituatie, over gemeenschappelijke knelpunten en belemmeringen die zij in de wijk ervaren? Wij kunnen misschien niet alle knelpunten wegnemen. Maar wij kunnen wel signaleren richting management, beleid en politiek sturen. Wij kunnen (oudere) wijkbewoners helpen om problemen op de lokale agenda te krijgen: het politiek-maatschappelijk niveau van empowerment.

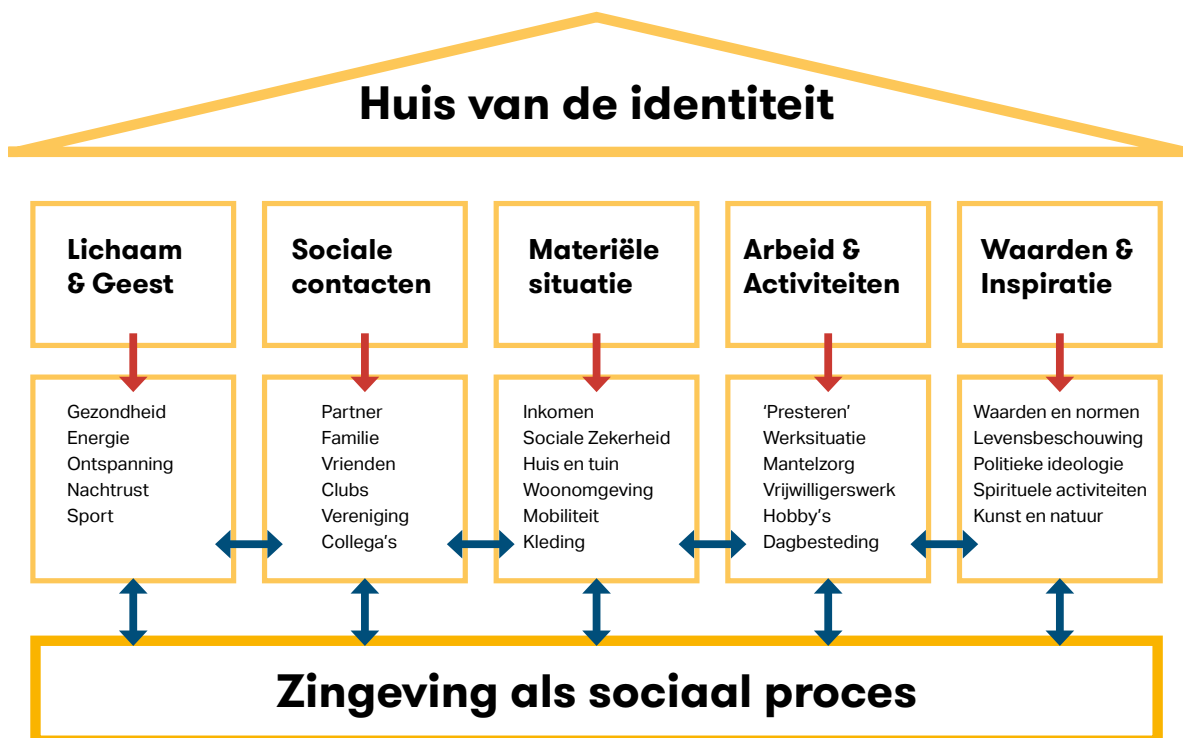
Een plaats voor verhalen

Mensen zijn de experts van hun eigen leven. Zij worden uitgenodigd om hun verhaal te vertellen, ervaringen te delen en ook anderen te bevragen, bijvoorbeeld: Hoe kun je prettig en gezond oud worden? Waarin zit onze veerkracht? Wat kunnen anderen daarvan opsteken? Atelier Samenkracht biedt mensen een 'narratieve ruimte', een plek waar ze terecht kunnen met hun verhalen. Daarin klinken ongetwijfeld pijn en verdriet, maar ook alledaagse kennis en kunde, wijsheid en geestelijke kracht. Atelier Samenkracht ziet die verhalen als leerstof voor alle deelnemers aan de dialoog, jong en oud.

HOE KUN JE PRETTIG EN
GEZOND OUD WORDEN?
WAARIN ZIT ONZE
VEERKRACHT? WAT KUNNEN
ANDEREN DAARVAN OPSTEKEN?

2 Breed kijken naar ouder worden vanuit alle levensdomeinen

Een basisprincipe van Atelier Samenkracht is 'breed kijken naar je situatie en je omgeving'. Beroepskrachten en vrijwilligers zijn dat niet altijd gewend, zijn vaak met een klein stukje van de puzzel bezig. Het gevolg is dat er mogelijk belangrijke bronnen van groei en kracht over het hoofd worden gezien. Atelier Samenkracht onderscheidt vijf basale levensdomeinen, waarin de mens zich gedurende zijn hele leven ontwikkelt en wordt wie hij is. De vijf levensdomeinen vormen met elkaar het 'huis van de identiteit' (Petzhold, Houben, 2002, 2009, Van Gennip, 2009). Onderstaande figuur brengt dit huis van de identiteit in beeld. Het is een huis met vijf kamers.



Figuur 2: Huis van de identiteit

Waarover gaat het in deze vijf kamers?

Lichaam en geest

In de kamer *Lichaam en geest* gaat het over onderwerpen als bewegen, seksualiteit, uiterlijk, spierkracht en geestelijk welbevinden. Het lijf en de psyche kunnen bedreigd worden; het is belangrijk de lichamelijke en geestelijke gezondheid op peil te houden. Voorbeelden van vragen die mensen zich hier kunnen stellen zijn: eet ik gezond? Doe ik voldoende aan beweging? Kan ik me ontspannen? Ben ik tevreden over mijn geheugen? Kan ik overweg met moderne media?

Sociale contacten

De kamer *sociale contacten* staat voor het sociale netwerk, de relaties waarbinnen mensen leven, zoals familie, vrienden, buurtgenoten en verenigingen. Hier stellen mensen zich vragen als: voel ik me wel eens eenzaam? Heb ik leuke contacten? Ervaar ik steun? Geef ik steun?

Materiële situatie

In de kamer *materiële situatie* zijn de onderwerpen inkomen, het hebben van een dak boven het hoofd, een woning met voldoende comfort en een veilige omgeving. Nu gaat het om vragen als: heb ik een geschikte woning? Woon ik in een fijne buurt? Hoe staat het met mijn koopkracht? Maak ik gebruik van voorzieningen waar ik recht op heb? Ben ik voldoende mobiel om te kunnen participeren in de samenleving?

Arbeid en activiteiten

De kamer *arbeid en activiteiten* is de ruimte om in gesprek te gaan over de dingen die een mens onderneemt. Denk aan (vrijwilligers)werk, 'iets om handen hebben', creatief bezig zijn. Een mooi thema is hier het thema generativiteit (Erikson, 1971). Generativiteit is de wil om iets voort te brengen, iets achter te laten dat van waarde is voor anderen. Wat kan ik bijdragen? Wil ik betaald werken? Is vrijwilligerswerk iets voor mij? Ben ik er voor mijn burens als die mij nodig hebben en zijn zij er voor mij? Hoe geef ik vorm aan mijn rol als mantelzorger: red ik het of dreigt overbelasting?

Waarden en inspiratie

In de kamer *waarden en inspiratie* gaat het om het hebben van ideeën en waarden die je geestelijk houvast bieden of die je gedurende je leven wilt realiseren. Voorbeelden van vragen zijn hier: Wat vind ik nu echt belangrijk? Waaraan ontleen ik zingeving? Biedt religie mij inspiratie? Wat zie ik als ik terugkijk op mijn leven? Geniet ik van kunst en beoefen ik die misschien ook actief?

Op al die domeinen kunnen deelnemers aan de dialoog zich afvragen:

- Hoe sta ik ervoor?
- In welke kamer(s) voel ik mij sterk?
- In welke kamer(s) kan ik dingen leren? Kan ik investeren en groeien?
- In welke kamer(s) moet ik verlies aanvaarden?
- In welke kamer(s) doe ik er goed aan mijn ambities bij te stellen en mezelf meer rust te gunnen?

Sluit je niet op in één kamer

Mensen die een tekort ervaren binnen één van deze ruimtes, zoeken soms erg lang naar verbetering binnen dezelfde ruimte. Ze sluiten zich op in één kamer. Er wordt een ziekte geconstateerd en het idee is dan vaak dat alleen de dokter het kan oplossen. Iemand wordt werkloos en zoekt – vaak tevergeefs – jarenlang precies hetzelfde werk met hetzelfde salaris. Iemand komt alleen te staan en zet zijn kaarten uitsluitend op het vinden van een nieuwe partner. Zo blijven mensen vaak tevergeefs 'doormodderen' vanuit een te smalle blik op de eigen opties. Ze zetten zichzelf klem in één kamer. Samenkracht daagt iemand uit om ruimtes te betreden waarvan hij dacht dat die al lange tijd leeg staan. Het voorkomt dat de persoon in kwestie een te smal oplossingsrepertoire kiest. Wie stijve botten krijgt van artrose, kan meer afleiding vinden door kinderen te gaan voorlezen op een basisschool, dan door alsmaar herhaald doktersbezoek. Wie arm is, kan zich rijk voelen met spirituele activiteiten. Wie veel contacten heeft verloren, kan nieuwe contacten vinden in betaald of onbetaald werk of een opleiding. In Atelier Samenkracht krijgen deelnemers stimulans om zo breed mogelijk te zoeken naar nieuwe mogelijkheden rond de vraag naar meedoen en van betekenis zijn.

3 Wederkerigheid in relaties stimuleren

Het centrale thema van Samenkracht, 'meedoen en van betekenis zijn', kan gemakkelijk worden opgevat als 'je moeten inzetten voor een ander.' Meedoen gaat dan als een verplichting voelen, een nieuwe norm. Dat zou een ongewenste uitkomst zijn van de dialoog. Niet de norm, maar het *verlangen* om van betekenis te zijn en wederkerigheid te ervaren, in welke vorm dan ook, is onderwerp van de dialoog. Daarmee zijn we bij het derde werkprincipe: aandacht voor wederkerigheid in relaties. Alleen aan relaties kan een mens betekenis ontlenuen. Ik kan een tafel betekenis geven door eraan te gaan zitten, maar de tafel kan mij geen betekenis geven. Betekenis heb ik, als ik vaar in konvooi, als ik ben opgenomen in een stelsel of web van sociale relaties, waarin iedereen geeft én ontvangt. De ene keer ben je gever, de andere keer ontvanger. Het 'gegevene' kan duizend en een dingen bevatten, één enkele glimlach kan al een gift zijn met enorme betekenis voor een ander. Van geven worden mensen blij; het komt ten goede aan je gezondheid, je zelfvertrouwen, je stemming, je sociale verbondenheid en zelfs aan je levensverwachting (Rook en Sorkin, 2003, Post en Neiman, 2008, Lee en Brudney, 2008, in: Penninx, 2010).

Ook als je ouder wordt, is het fijn als je zowel gever als ontvanger kunt zijn. We hebben soms de neiging om ouderen vooral te zien als ontvangers van zorg en diensten. Daar steken ongetwijfeld goede bedoelingen achter, maar onbewust ontnemen we ouderen daarmee hun geefkansen. Ouderen kunnen in alle levensdomeinen zowel gevers als ontvangers zijn (of worden). In al die levensgebieden kunnen zij (onvermoede) geefkracht hebben, een hulpbron zijn. Als daar niets mee gebeurt, ontstaat er als het ware een stapel onuitgepakte cadeaus. Soms is de gever zich niet bewust van zijn geefkracht. Soms aarzelt hij, wie ben ik om... Dan is er enige aanmoediging voor nodig, een uitnodiging, een appèl. Dat kan afkomstig zijn van andere ouderen, maar ook van jongeren, buurtbewoners, werkenden, werkzoekenden, enzovoort. Zonder vragers wordt de stapel niet uitgepakte geefkracht alsmaar hoger.

Eigen grenzen aangeven hoort bij 'meedoen'

De meeste zingeving ervaren mensen in het algemeen als ze zich inzetten voor een zaak die hun eigen belang overstijgt (Frankl, 1978). Als je een opgave heel belangrijk vindt, geeft dit zin aan je leven en dat geeft ook kracht. Tegelijkertijd heeft de kunst van het geven veel te maken met het herkennen en aanvaarden van de eigen grenzen. De grenzen van de energie die je kunt opbrengen, verschuiven bij ouder worden en door beperkingen. Je beseft dat je lichamelijke energie minder wordt. Daar moet je rekening mee houden. Je kunt betrokken blijven bij een taak en toch zuiniger omgaan met je kracht door bijvoorbeeld voor je inzet precieze tijden te plannen en af te spreken.

Er is ook een keerzijde aan het geven: als het teveel wordt. Dat zien we vaak als iemand overbelast raakt, bijvoorbeeld als mantelzorger. De gezondheidswinst, het zelfvertrouwen en alle andere 'opbrengsten' van het geven, kunnen dan wegsmelten als sneeuw voor de zon. Soms hoor je mensen zuchten dat ze geen nee kunnen zeggen. Waarom doen ze dat? Mogelijk heeft het iets te maken met het feit dat we ervan genieten dat we nodig zijn. Dan zeggen we liever geen nee. Grote behulpzaamheid kan ook een aangeleerd rolgedrag zijn. Juist de oudste generaties kregen hulpvaardigheid met de paplepel ingegoten. Dat had je gewoon te zijn. Wie hulpvaardig was, kreeg erkenning en waardering. Als je dan merkt dat het je langzamerhand te veel energie kost, is het moeilijk je grenzen duidelijk te maken. Je doet dat liever niet, het lijkt onaardig. Maar is de ander wel echt geholpen als hij of zij voelt, dat je het als je plicht ziet en er geen plezier meer bij kunt ervaren? Atelier Samenkracht biedt een lerende, ontdekkende omgeving, waarin iedere deelnemer voor zichzelf kan nagaan hoe hij of zij voor zichzelf de balans vindt, het 'meedoen' of 'geven' wil invullen, inclusief – en misschien wel dankzij – het aangeven van de eigen grenzen.

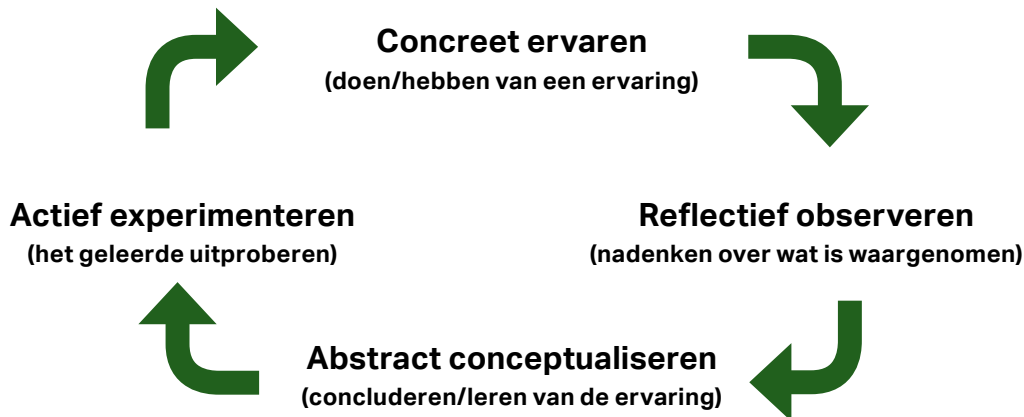
4 De kracht van de dialoog benutten

Het vierde werkprincipe is de kracht van de dialoog. Een dialoog is iets anders dan een discussie of een debat. In de politiek en de media zien we veel debatten voorbij komen. Daarbij komen de tegenstellingen tussen mensen naar boven. Deelnemers aan een debat streven naar overwinning en luisteren daardoor selectief: wat kan ik gebruiken om mijn gelijk te halen. In een dialoog gaat het om ontmoeting en uitwisseling van ervaring. Omdat het om persoonlijke gesprekken gaat, wordt er aandachtig geluisterd. Luisteren draagt bij aan begrip voor elkaar. Door ervaringen, ideeën en dromen uit te wisselen, ontstaat er ruimte voor nieuwe inzichten en het benoemen van persoonlijke stappen om deze ideeën of dromen uit te voeren. Atelier Samenkracht benut de kracht van de dialoog om mensen met verschillende achtergronden in contact te brengen. Daarbij gaan wijkbewoners, beroepskrachten en vrijwilligers met elkaar in gesprek op basis van gelijkwaardigheid. Iedereen kan van iedereen leren. Hierdoor ontstaat onderlinge uitwisseling en betrokkenheid.

OOK ALS JE OUDER
WORDT, IS HET FIJN
ALS JE ZOWEL GEVER
ALS ONTVANGER KUNT
ZIJN. WE HEBBEN
SOMS DE NEIGING
OM OUDEREN
VOORAL TE ZIEN ALS
ONTVANGERS VAN
ZORG EN DIENSTEN.

5 Zorgen voor afwisseling tussen actie en reflectie

Atelier Samenkracht ziet wijkbewoners en beroepskrachten als partners in een leerproces. De partners helpen elkaar nadenken over het thema en worden aangezet tot mogelijke actie. Ze benoemen problemen, bedenken kleine, praktische oplossingen en stimuleren elkaar om nieuwe dingen uit te proberen. Dit leerproces wordt weergegeven in de leercyclus van Kolb (de Caluwé en Vermaak, 2008, Bijkerk en van der Heide, 2006). Deze vormt de basis voor het vijfde werkprincipe van Samenkracht.



Figuur 3: Leercyclus van Kolb

Aansluiten op de leefwereld van deelnemers betekent onder meer rekening houden met de verschillende *leerstijlen* die zij in de loop van hun leven hebben ontwikkeld. Kolb spreekt over een leercyclus om aan te geven dat er sprake is van een aantal opeenvolgende stappen tijdens het leerproces, waardoor alle leerstijlen aan bod komen. Je hebt doeners, bezinners, denkers en beslissers:

- Veel deelnemers aan de dialoog zijn *doeners*. Ze leren het liefst door concreet ervaren, actief bezig zijn, zonder al te veel theorie. Het motto van de doener is 'Wat gaan we doen, actie'.
- De *bezinners* houden ervan om een concrete situatie eerst eens van alle kanten te bekijken en na te denken over wat zij hebben gezien: 'Bezint eer ge begint'.
- De *denkers* verzamelen gegevens over het onderwerp, vergelijken ze met elkaar en vertalen ze in een visie op de juiste handelwijze. Zij zijn de filosofen van het gezelschap.
- *Beslissers* bedenken liever niet zelf een oplossing, maar besluiten wel gemakkelijk om oplossingen uit te proberen die tijdens de dialoog naar voren zijn gekomen.

Voor een volwaardig leerproces is het belangrijk dat alle 'typen' tot hun recht komen en alle fasen van de leercyclus worden doorlopen. De dialoog bestaat dan ook niet uit louter praat sessies, maar uit een reeks van afwisselende werkvormen: plenair en in subgroepjes, praten en doen, luisteren en soms ook stil zijn. Ook een afsluitende lunch en een (buurt)wandeling is gezellig en stimuleert het actief bezig zijn met het onderwerp in de eigen, alledaagse omgeving.

6 Inzetten op het zwaan-kleef-aan effect

Het zesde en laatste werkprincipe is zwaan-kleef-aan. Atelier Samenkracht start met een bijeenkomst van een beperkte groep en deelnemers nemen daarna mensen mee. Mensen met contacten en vaardigheden, mensen met doe- en denkkraft.

Het uitnodigen en meenemen van mensen uit de eigen omgeving maakt van deelnemers ambassadeurs. Doordat zij het verhaal van de dialoog in eigen kring uitdragen, raakt de dialoog verder ingebed in de gemeenschap en wordt het gesprek op talloze plaatsen informeel voortgezet. Het klimaat blijft open; je voorkomt hiermee dat er een te exclusieve, naar binnen gekeerde groep ontstaat. Deelnemers kunnen iedereen meenemen, zolang het maar mensen zijn die ook kracht willen ontwikkelen, dus een positieve houding tonen.

Met de methodiek Samenkracht kan kracht- en netwerkontwikkeling plaatsvinden, zowel op individueel niveau als op niveau van de wijk of gemeenschap. De dialoogbijeenkomsten zijn dan ook niet alleen gericht op het ophalen van informatie, maar ook op bewustwording en actief worden bij onderwerpen die de deelnemers belangrijk vinden.

Zo worden in een Atelier Samenkracht de volgende stappen doorlopen:

- Hoe is mijn situatie: inzicht en bewustzijn, zelfvertrouwen
- Wat vind ik belangrijk, in welk levensdomein wil ik een tandje erbij doen: investeren
- Wat kan ik zelf doen: actie, geefkracht
- Wat kunnen we samen doen: netwerk activeren
- Wie hebben we nog meer nodig voor ons doel: verkenning van de bredere omgeving (ondernemers, clubs, overheid, etc.)
- Welk vervolg geef ik, geven wij hieraan: werkplan.

2.2.3 Werving en Uitvoering

De deelnemers aan de stadsateliers Seniorvriendelijk Den Haag zijn in eerste instantie geworven via het ouderenpanel van het kwantitatieve onderzoek. Als laatste vraag in de vragenlijst is aan de deelnemers de vraag gesteld of ze mee willen doen met vervolgonderzoek en hiertoe hun contactgegevens wilden achterlaten. Dat heeft bijna de helft van de respondenten gedaan. Deze mensen hebben we per mail en telefonisch uitgenodigd voor deelname aan een van de stadsateliers Seniorvriendelijk Den Haag, bij voorkeur in hun eigen wijk of stadsdeel. Een aantal van hen kon niet aan de stadsateliers deelnemen omdat:

- het niet uitkwam, andere activiteiten op dat tijdstip,
- ze niet mobiel genoeg waren c.q. hun conditie dit niet toeliet,
- ze thuis moesten blijven voor hun partner voor wie ze zorgen,
- ze slechthorend waren of afasie hadden,
- ze liever individueel contact hadden.

Met een aantal van deze mensen hebben we individueel de thema's doorgesproken. Uiteindelijk hebben ca 50 ouderen aan de stadsateliers deelgenomen.

De organisatie is uitgevoerd in samenwerking met Ouderen in de wijk (Europees project van de Haagse Bibliotheek), Schroeder kringloopwinkels en buurthuizen en netwerk wonen-zorg-welzijn Woonservicewijken Den Haag.

De stadsateliers zijn gehouden in augustus en begin september 2020, tussen de twee corona golven in. De ateliers zijn volledig conform de coronamaatregelen van het RIVM uitgevoerd. In een veilige ruimte, in een veilige groepsgrootte, met 1,5 meter afstand. De deelnemende ouderen voelden zich veilig en vonden het leerzaam, zinvol. Zij vonden het plezierig om een bijdrage te kunnen leveren en willen graag structureel betrokken blijven. De Samenkracht slogan 'Ertoe doen en van betekenis zijn' is een belangrijke waarde gebleken.



3

ALGEMENE GEGEVENS OUDEREN IN DEN HAAG

Op 1 januari 2020 telde Den Haag 546.000 inwoners. Bijna 80.000 Haagse inwoners zijn 65 jaar of ouder (14%). Ruim 19.000 van hen is ouder dan 80 jaar. Het aandeel vrouwen in de 65-plussers is 54,8%. Bijna 26.000 van de Haagse ouderen heeft een migratieachtergrond: zij zijn vooral afkomstig uit Suriname of Indonesië (Den Haag, 2020). Een andere grote groep ouderen zijn afkomstig uit andere Westerse landen, zoals uit de Europese Unie of de Verenigde Staten. 24% van de Haagse ouderen is ouder dan 80 jaar (19.000 mensen). In Loosduinen, Escamp en op Scheveningen wonen de meeste Haagse ouderen (52%). 48% van de Haagse ouderen woont samen met echtgenoot/echtgenote of partner.

Tabel 4: Aantal inwoners en 65+ers in Den Haag

	2019	2020	2019 (%)	2020 (%)
Aantal inwoners per 1-1 totaal	539.040	546.335		
65 t/m 69 jaar	24.183	24.513	4,49	4,49
70 t/m 74 jaar	21.417	22.083	3,97	4,04
75 t/m 79 jaar	13.510	14.021	2,51	2,57
80 t/m 84 jaar	9.281	9.705	1,72	1,78
85 t/m 89 jaar	5.863	5.849	1,09	1,07
90 t/m 94 jaar	2.849	2.779	0,53	0,51
95 t/m 99 jaar	880	856	0,16	0,16
100 jaar en ouder	90	79	0,02	0,01
105 jaar en ouder	-	5	0,00	0,00

bron: DHIC/GDH/DPZ

Tabel 5: Aantal en percentage 65+ in Den Haag naar afkomst

Totaal 65 jaar en ouder	2019	2020	2019 (%)	2020 (%)
Antilliaans	856	950	1,10	1,19
Nederlanders zonder migratieachtergrond	53.638	54.192	68,70	67,83
Indonesisch	5.282	5.394	6,77	6,75
Marokkaans	1.866	1.969	2,39	2,46
Oost-Europees	743	820	0,95	1,03
Overig niet-Westers allochtoon	2.796	3.071	3,58	3,84
Overig Westers allochtoon	5.557	5.659	7,12	7,08
Surinaams	5.618	6.034	7,20	7,55
Turks	1.717	1.801	2,20	2,25
Totaal 65 jaar en ouder	78.073	79.890	100	100

bron: DHIC/GDH/DPZ

Tabel 6: Haagse 65+ers naar burgerlijke staat

	2020 (n)	2020 (%)
gehuwd / geregistreerd partner	38.340	48
gescheiden	15.653	20
verweduwd / achtergebleven partner	16.284	20
anders	9.613	12
Totaal ouderen 65+	79.890	100



4

(INTER)NATIONALE EN HAAGSE TRENDS OUDEREN

Als Europeanen leven we langer dan ooit tevoren en elk jaar wordt de Europese bevolking ouder. Steeds meer Europeanen kiezen er voor te leven, werken of studeren in een ander EU-land (Europese Commissie, 2020). Groeiende aantallen Europeanen leven nu ook in kleinere huishoudens en we hebben minder kinderen dan voorheen. De demografische veranderingen verschillen tussen de EU-landen, vaak zijn er ook nog grote verschillen tussen regio's in hetzelfde land.

De impact van de demografische veranderingen beslaat meerdere domeinen. Gebaseerd op projecties van 2018 krimpt de toekomstige Europese beroepsbevolking na 2020. Om de arbeidsmarkt te vergroten en meer inclusief te maken, wil de Europese Commissie de werkgelegenheid van vrouwen en oudere werknemers sterk vergroten. Daarnaast is het van belang om meer mensen vaardigheden aan te leren en het onderwijsaanbod te vergroten.

De gezondheidszorg wordt direct geconfronteerd met de impact van de huidige coronapandemie. Met name omdat voornamelijk ouderen het meest te lijden hebben van besmetting met het virus en aangewezen zijn op ziekenhuisopnames. Daarnaast neemt door het toenemende aantal ouderen ook het aantal mensen met een chronische ziekte of aandoening toe. Op dit moment nemen de kosten voor chronische ziekten en aandoeningen ongeveer 70-80% van de totale zorgkosten voor hun rekening. Het grotere aandeel ouderen onder potentiële consumenten kan daarentegen een boost geven aan nieuwe innovaties en zorgen voor meer kwaliteit van leven van mensen in de (langdurige) zorg.

Een oudere Europese bevolking en een kleinere arbeidsmarkt zal waarschijnlijk ook druk leggen op de beschikbaarheid van publieke budgetten. Enerzijds legt het een grote druk op de instandhouding van de intergenerationale solidariteit, maar ook armoede onder ouderen, met name onder vrouwen en mensen met een beperking, is een reële dreiging. Aan de andere kant biedt een oudere bevolking ook weer nieuwe mogelijkheden voor onze economieën. Bijvoorbeeld in de sectoren toerisme, onderwijs en lifestyle.

In Europa zijn grote verschillen waarneembaar tussen rurale gebieden en steden. Op het platteland vindt vaak bevolkingskrimp plaats, waar de steden daarentegen een grote bevolkingsgroei kennen. Deze groei zal goed gemanaged moeten worden om verstopping, vervuiling en hoge huisvestingslasten in de steden, zoals Den Haag, te voorkomen.

Het onlangs verschenen advies van de Commissie Toekomst zorg thuiswonende ouderen benadrukt hoe in Nederland de zorg voor thuiswonende ouderen in de toekomst op peil gehouden kan worden. Voor de commissie staat de regie van ouderen zelf over hun 'derde levensfase' centraal. Vier principes hanteert de commissie bij het formuleren van haar aanbevelingen. Deze principes zijn Regie, Eenvoud, Integrale benadering en Samenwerking. De aanbevelingen behelzen:

1. Ga (ver)bouwen! De fysieke woonomgeving is voor ouderen cruciaal om zelfstandig te kunnen (blijven) wonen en zo min mogelijk afhankelijk te worden van zorg.
2. Ga digitaal! Ouderen zullen veel meer gebruik moeten maken van digitale technologieën, om hun dagelijks leven makkelijker en aangener te maken.
3. Werk samen! In de zorg voor ouderen zal samengewerkt moeten worden op lokaal en regionaal niveau om de krapte in financiën en mensen te kunnen hanteren.

In het vervolg van dit hoofdstuk wordt verder ingezoomd op de waargenomen trends in wonen, welzijn, werk en tijdsbesteding, gezondheid en inkomen van ouderen in Nederland en Den Haag.

4.1 Wonen

In Nederland zijn ongeveer 7,8 miljoen huishoudens aanwezig (Ministerie van BZK, 2019). De meeste huishoudens wonen in een koopwoning (58% in 2017). Qua woningtype wonen de meeste mensen in een eengezinskoopwoning (49%). Het aandeel 65-plus huishoudens bedroeg in 2012 23% en in 2018 26% (toename van 320.000 65-plus huishoudens). Van deze huishoudens bestaat bijna 49% uit één persoon en 51% uit een paar (totaal ongeveer 2,03 miljoen huishoudens).

Van de ruim 250.000 woningen in Den Haag is 25% een eengezinswoning, 72% een appartement en de rest overig. 47% van de woningen is in eigendom; 53% in huur. 26% van de woningen beschikt over een lift (Den Haag, 2020).

Zo'n 21,4% van de Haagse huishoudens is een huishouden van 65-plussers; het merendeel van hen woont alleen (58%). Rond de 95% van de Haagse ouderen woont zelfstandig.

Tabel 7: Verdeling en ontwikkeling 65-plus huishoudens in Den Haag

65 jaar en ouder	2013	2014	2016	2018	2020
Eenpersoonshuishouden HH 65 en ouder	30.539	31.011	32.120	32.922	33.525
Samenwonend zonder kinderen HH 65 en ouder	16.804	17.372	18.274	19.106	19.418
Samenwonend met kinderen HH 65 en ouder	1.592	1.701	1.975	2.188	2.315
Eenoudergezin HH 65 en ouder	1.360	1.397	1.491	1.678	1.742
Totaal aantal huishoudens 65 jaar en ouder	50.295	51.481	53.860	55.894	57.000

bron: DHIC/GDH/DPZ, bewerking OCW/OKPB

Tabel 8: Verdeling koop- en huurwoningen in Den Haag per stadsdeel (alle leeftijden)

	Koopwoningen [n woningen]	Particuliere huurwoningen [n woningen]	Corporatie-woningen [n woningen]	% koopwoningen [%]	% particuliere huurwoningen [%]	% corporatie-woningen [%]
	12.629	3.704	8.296	51,1%	15,0%	33,6%
Escamp	21.761	8.601	26.222	38,2%	15,1%	46,1%
Segbroek	18.128	9.678	3.088	58,3%	31,1%	9,9%
Scheveningen	16.683	7.739	4.967	55,4%	25,7%	16,5%
Centrum	13.625	14.671	21.626	27,0%	29,1%	42,9%
Laak	6.512	6.899	6.590	32,5%	34,4%	32,8%
Haagse Hout	13.129	6.870	5.216	50,9%	26,7%	20,2%
Leidschenveen-Ypenburg	10.566	2.140	4.410	61,7%	12,5%	25,7%

Bron: DHIC/GDH/GBD (OZB-bestand)

Tabel 9: Woningtypes in Den Haag per stadsdeel, alle leeftijden (2020)

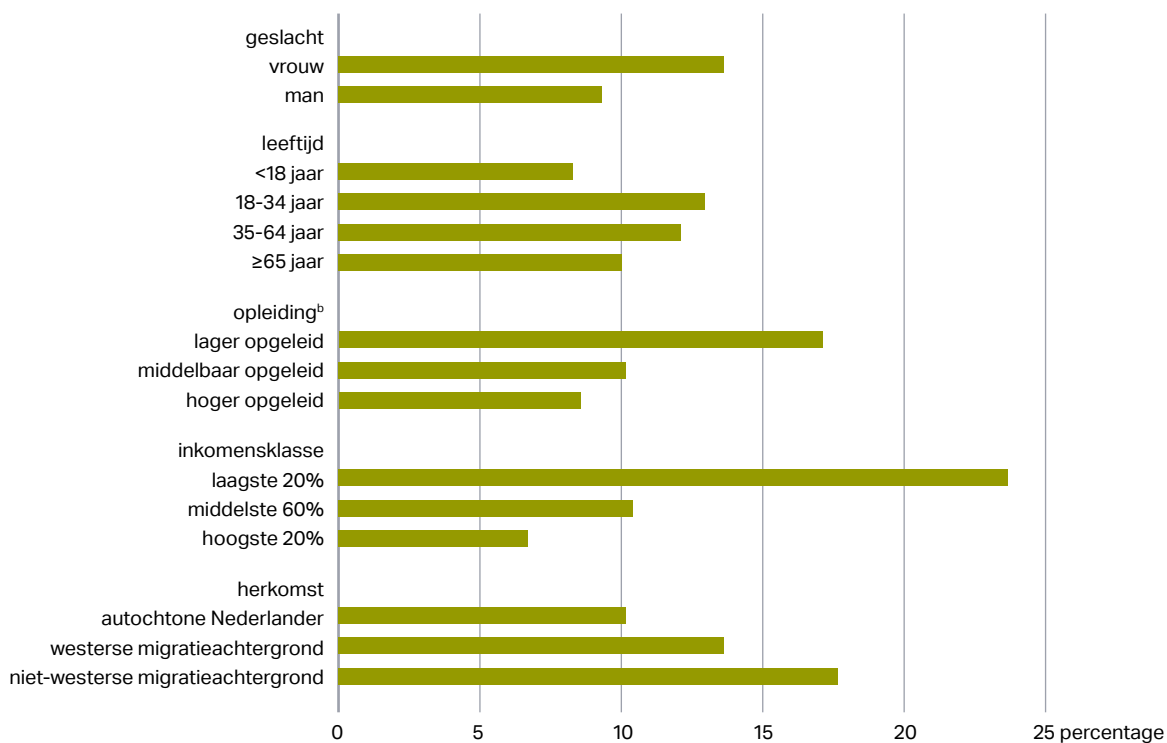
	Eengezinswoning [n woningen]	Appartement [n woningen]	Overige woningen [n woningen]	% eengezinswoning [%]	% appartement [%]	% overige woning [%]
Loosduinen	7.257	17.351	100	29,4%	70,2%	0,4%
Escamp	11.308	45.313	271	19,9%	79,6%	0,5%
Segbroek	5.041	25.666	368	16,2%	82,6%	1,2%
Scheveningen	6.916	22.804	378	23,0%	75,8%	1,3%
Centrum	6.483	42.516	1.425	12,9%	84,3%	2,8%
Laak	1.990	16.668	1.408	9,9%	83,1%	7,0%
Haagse Hout	3.992	21.168	617	15,5%	82,1%	2,4%
Leidschenveen-Ypenburg	13.030	3.979	121	76,1%	23,2%	0,7%

Bron: DHIC/GDH/GBD (OZB-bestand)

**“ Wonen is een politiek onderwerp.
Ik zeg: stop met bouwen voor de rijken.
Bouw betaalbare woningen en stop met bouwen van
heel dure woningen. En splits de urgentielijst in een lijst
voor de ‘huidige’ urgenties en een lijst voor mensen
(ouderen) die mogelijk plaats kunnen maken voor
anderen (gezinnen). ”**

4.2 Welzijn

In de bevolking van 12 jaar en ouder rapporteerde 11% in 2017 een laag psychisch welbevinden over de afgelopen 4 weken. 65-plussers bevinden zich veelal in een gunstiger positie dan 18-65-jarigen. Onder mensen met een laag inkomen komt een laag psychisch welbevinden het meeste voor, evenals bij mensen met een lagere opleiding en van niet-westerse achtergrond (Kooijker et al., 2020). Zie onderstaande figuur.



a n = 7004- 8489

b Voor opleiding is een selectie gemaakt van personen van 25 jaar en ouder. Vanaf die leeftijd is de kans groter dat een opleiding voltooid is.

Bron: CBS maatwerktable op basis van de Gezondheidsenquête 2019

Figuur 4: Percentage mensen dat geen psychisch welbevinden ervaart in 2020

Zo'n 88% van de Haagse 65-plussers geeft aan dat zij zich tamelijk of heel gelukkig voelen. Dit aandeel is vergelijkbaar met het gemiddelde onder alle inwoners van Den Haag van 19 jaar en ouder (87%) (Gemeente Den Haag).

4.3 Werk en tijdsbesteding

In het 2e kwartaal 2020 bedroeg de bevolking in de leeftijd van 65-75 in totaal 1,9 miljoen mensen. Onder hen waren 139.000 mensen actief als werknemer (7%) en 121.000 als zelfstandige (6%) (CBS, 2020).

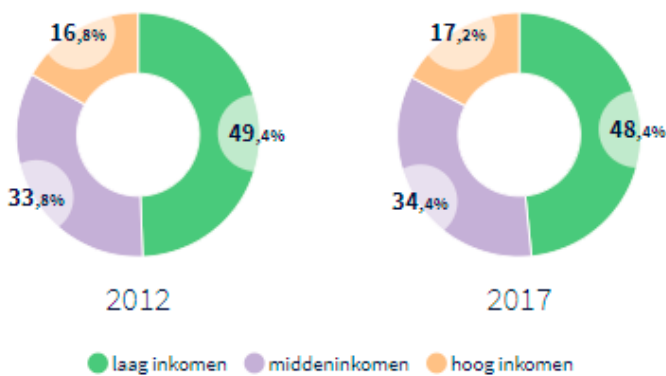
Het Sociaal en Cultureel Planbureau onderzocht en concludeerde uit dagboekrapportages dat in 2018 mensen van 66 jaar en ouder hun tijd besteden aan de volgende zaken: voor gemiddeld 58,7 uur per week met 'naar binnen' gerichte activiteiten zoals huishoudelijk werk, media en hobby's, voor 7,2 uur van hun tijd 'naar buiten' richten zoals zorg voor anderen, vrijwilligerswerk en bijeenkomsten, sport, beweging en uitstapjes, voor 2,9 uur aan maatschappelijke activiteiten en 8,8 uur aan sociale contacten (SCP, 2018).

4.4 Inkomen

Het Centraal Bureau voor de Statistiek (CBS) becijferde in 2017 de ontwikkeling van het inkomen en vermogen van 65-plussers na 1995 (CBS, 2017). Het gemiddelde inkomen en het doorsnee vermogen van 65-plushuishoudens zijn er in twintig jaar tijd meer op vooruitgegaan dan het inkomen en vermogen van gemiddelde huishoudens. Het aandeel 65-plushuishoudens met een laag inkomen (minder dan € 9.250,- besteedbaar inkomen per jaar), is in 20 jaar tijd afgenomen. 3.1% van de 65+-huishoudens had in 2015 een laag besteedbaar inkomen.

Vrouwen hebben onder andere door lagere arbeidsdeelname tijdens hun leven, vaker een lager inkomen dan mannen. Het inkomen van oudere ouderen blijft ook vaak achter, omdat verhogingen van pensioenen vaak niet de omhooggaande kosten van levensonderhoud compenseren (AGE, 2019).

In de gemeente Den Haag had van alle huishoudens in 2017 ruim 48% een laag inkomen.



Figuur 5: Haagse huishoudens naar inkomen (alle leeftijden)

Ruim de helft van de Haagse ouderen (51%) heeft een laag inkomen; een netto huishoudinkomen van 2.000 euro of minder per maand. 65-plussers hebben doorgaans een lager inkomen dan gemiddeld, onder alle inwoners van Den Haag. Ruim een kwart (27%) van de Haagse ouderen geeft aan dat hun financiële positie het laatste jaar is verslechterd. Het aandeel ouderen dat aangeeft erop vooruitgegaan te zijn, is duidelijk lager dan gemiddeld (Den Haag, 2020b). 14% van de 65-plussers moet door geldgebrek wel eens bezuinigen op zaken als eten en kleding of moet wachten met het betalen van rekeningen. Het aandeel 65-plussers met schulden is duidelijk lager dan gemiddeld, onder alle inwoners van Den Haag.

4.5 Gezondheid

Kijkend naar alle leeftijden in 2019, hebben 9,9 miljoen (van de 17,4 miljoen) Nederlanders tenminste één chronische ziekte of aandoening; 5,4 miljoen Nederlanders hebben meer dan één. 900.000 Nederlanders hebben last van slechthoortheid of zijn blind; 760.000 kampen met slechthoortheid of zijn doof. Ongeveer 1 op de 3 mensen van 75 jaar of ouder kampt met mobiliteitsproblemen. Tenslotte hebben 280.000 Nederlanders de diagnose dementie gekregen.⁴

63% van de Haagse 65-plussers heeft, in 2018, te maken met een (lichamelijke) beperking en/of chronische aandoening. Dit aandeel is voor 65-plussers duidelijk hoger dan gemiddeld onder alle inwoners van Den Haag (37%) (Den Haag 2020b).

Van alle 65-plussers heeft 45% te maken met een (lichamelijke) beperking. In bijna de helft van de gevallen gaat het hierbij om motorisch lichamelijke beperkingen (44% van degenen die aangeven een (lichamelijke) beperking te hebben). In 15% van de gevallen gaat het om auditieve beperkingen of slechthoortheid en in 6% gaat het om een visuele beperking. Zo'n 50% van de 65-plussers heeft te maken met een chronische aandoening. Zowel dit percentage als het percentage dat een (lichamelijke) beperking heeft, ligt boven het gemiddelde voor heel Den Haag; 20% van alle Hagenaars heeft een (lichamelijke) beperking en 30% heeft een chronische aandoening. 75-plussers lijken vaker een (lichamelijke) beperking en een chronische aandoening te hebben dan 65-74-jarigen.

“ Ik kreeg vlak na mijn pensionering een hartinfarct. Dat komt vaker voor, je hersenen kunnen de overgang niet verwerken. Daar zou meer voorlichting over gegeven moeten worden, actief blijven in die periode. Ik kreeg daarna Parkinsonisme, daar had ik ook nog nooit van gehoord. ”

⁴ www.volksgezondheidszorg.info en CBS.

In onderstaande tabel worden de gerapporteerde gezondheidscijfers gepresenteerd uit de GGD Gezondheidsenquête 2016.

Tabel 10: Rapportage gezondheidsenquête 2016 voor ouderen in Den Haag

GEZONDHEID	DEN HAAG (in %)
Mantelzorgers	13% van ouderen
Overbelaste mantelzorgers	19% van de mantelzorgers
Eigen gezondheid	56% vindt zich (goed) gezond
Een of meerdere chronische ziekten	55%, in het bijzonder mensen van Surinaamse afkomst en mensen met een lagere sociaal-economische status rapporteren dit
Aantal mensen dat valt	33%
Voelt zich gelukkig of erg gelukkig	88%
Voelt zich sociaal geïsoleerd	7%
Is zelfstandig	83%
Voelt zich alleen	52% (ter vergelijking: 19 tot 64-jarigen voelen zich vergelijkbaar alleen)
Voelt zich kwetsbaar	25%
Had te maken met misbruik (schelden, financieel, vrijheidsberoving)	6,5%
(Ernstig) overgewicht	56%
Voldoende fysieke activiteit	69%
Alcoholgebruik (meer dan 14 (mannen) of 7 (vrouwen) glazen per week)	30%
Tabaksgebruik	16%
Tevreden met het huis	94%
Tevreden met de leefomgeving	91%
Ontvangt informele zorg	11% (waarvan 40% 10 uur per week)
Maakt gebruik van de Wmo	60-74: 14%; 75+: 46%
Ontvangt Wlz-zorg thuis	3%



5

STADSENQUÊTE SENIORVRIENDELIJKHEID DEN HAAG 2020

5.1 Top-up vragen Gemeente Den Haag

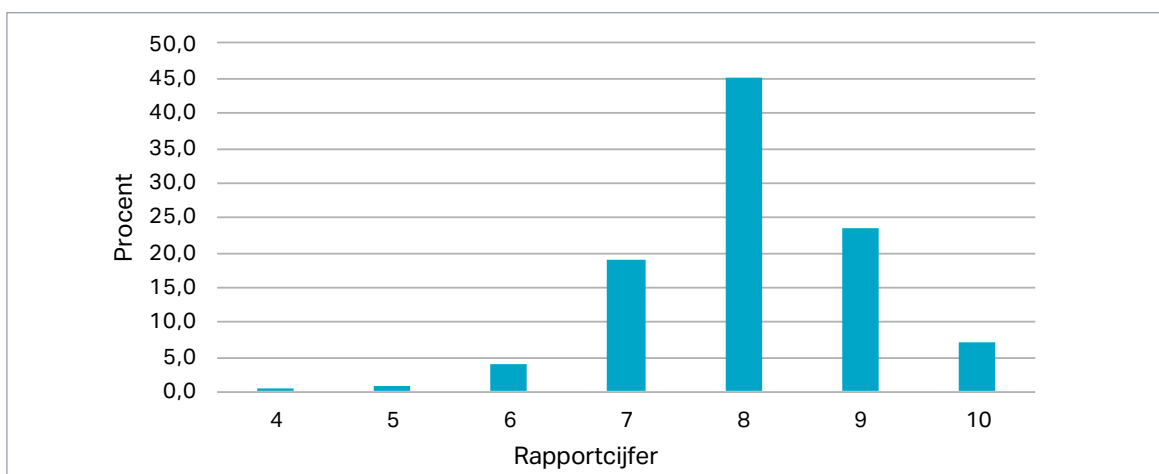
Onderstaande paragrafen beschrijven de resultaten van de top-up vragen die zijn gesteld aan de 393 respondenten die deelnamen aan het veldonderzoek. Deze vragen zijn mede op initiatief van de gemeente Den Haag tot stand gekomen en volgen uit het thema Wonen. Deze vragen zijn achtereenvolgens:

- Welk cijfer geeft u uw woning?
 - Wat vindt u het fijnst aan uw woning?
 - Wat vindt u het minst fijn aan uw woning?
- Bent u op de hoogte van de mogelijkheden om uw woning aan te passen zodat u in uw woning kunt blijven wonen als u ouder wordt?
 - Welke aanpassingen zijn gewenst?
 - Hoe en waar hebt u deze informatie gevonden en voldoet deze?
 - Hoe zou u op de hoogte gebracht willen worden?
- Denk u wel eens aan verhuizen?
 - Waarom wel/niet?
 - Als u zou moeten verhuizen, zijn er dan woonvormen die u aanspreken?
- Hebt u (aanvullende) ideeën over wat de gemeente zou kunnen doen om als senior in de wijk actief en betrokken te blijven in tijden van corona?
- Zijn er zaken die u wilt delen met ons inzake de seniorvriendelijkheid van Den Haag?

Bij de interpretatie van de resultaten is het belangrijk op te merken dat na de ja/nee-vraag veelal een open vraag volgde. Deze antwoorden zijn thematisch gecodeerd, namelijk van zogenaamd open coderen naar axiaal en selectief coderen. Bij het open coderen zijn de antwoorden van respondenten open gelabeld. Bij het axiaal coderen zijn codes samengevoegd waar nodig en tot slot is gekeken naar hoe de gegevens kernachtig konden worden beschreven of weergegeven (selectief coderen). Door het volgen van deze procedure kunnen ook de open antwoorden worden weergegeven als aantallen. Wanneer respondenten meer dan één antwoord gaven, zijn hun quotes onder beide labels geplaatst. Ter illustratie: wanneer respondenten aangaven blij te zijn met zowel hun tuin als de grootte van hun woning is deze quote gelabeld bij "tuin" en bij het label "ruim" (als in: een ruime woning).

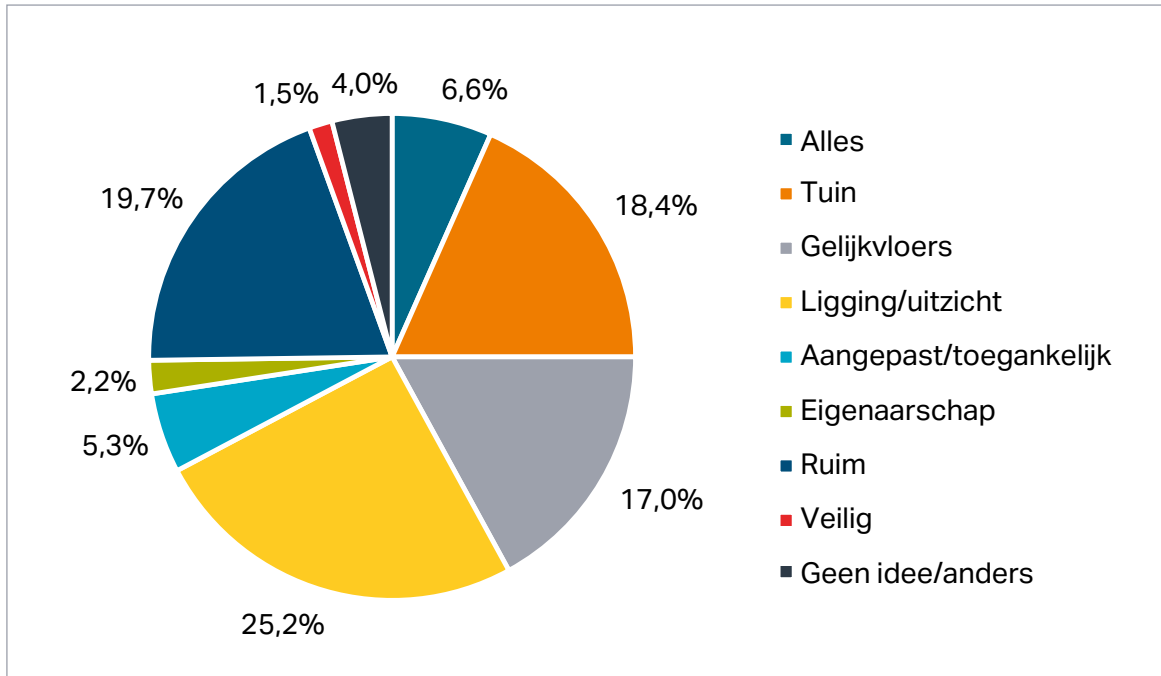
5.1.1 Welk cijfer geeft u uw woning?

De respondenten (n=393) beoordeelden hun woning gemiddeld met een 8 (standaarddeviatie: 0,992). Hierbij beoordeelde 76% van de mensen hun woning met een 8 of hoger. Zo'n 19% van de mensen beoordeelde hun woning met het cijfer 7 en 4% met het cijfer 6. Slechts 4 mensen (0,6%) beoordeelden hun woning als onvoldoende (het cijfer 5 of lager).



Figuur 6: Welk cijfer geeft u uw woning?

5.1.2 Wat vindt u het fijnst aan uw woning?

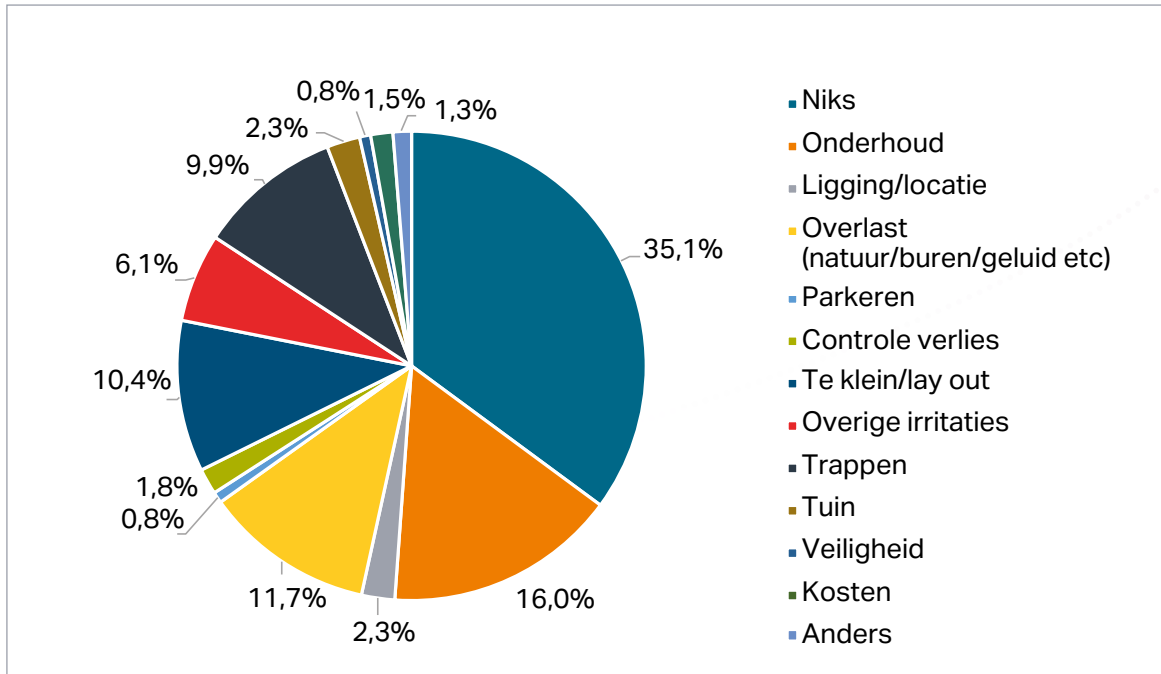


Figuur 7: Wat vindt u het fijnst aan uw woning?

Veel mensen gaven aan blij te zijn met hun tuin of buiten (18,4%). *"Mijn tuin. Ik ben helemaal gek op mijn tuin, heel veel bloemetjes, ik kan lekker lezen"*. Daarnaast waarden zij het wanneer hun woning gelijkvloers is (17,0%). *"Het is een etage, dus alles is gelijkvloers, geen trappen en geen drempels. Bij gebrek hebben we ook de lift"*. Ook werd de ligging en uitzicht veel genoemd (25,2%) en dat zij voldoende ruimte hebben in de woning (19,7%). *"Er is voldoende ruimte, de ligging is erg goed, de lucht (behalve in de zomer) is goed bij zee. De winkels zijn makkelijk te bereiken te voet of auto"*.

Overige zaken die benoemd werden waren: 'alles' (6,6%) dat een algehele tevredenheid met de eigen woning aangeeft, dat de woning aangepast en toegankelijk is voor hen (5,3%), dat zij eigenaar zijn van de woning (2,2%), het veilig voelt (1,5%) en overige zaken (4,0%).

5.1.3 Wat vindt u het minst fijnst aan uw woning?



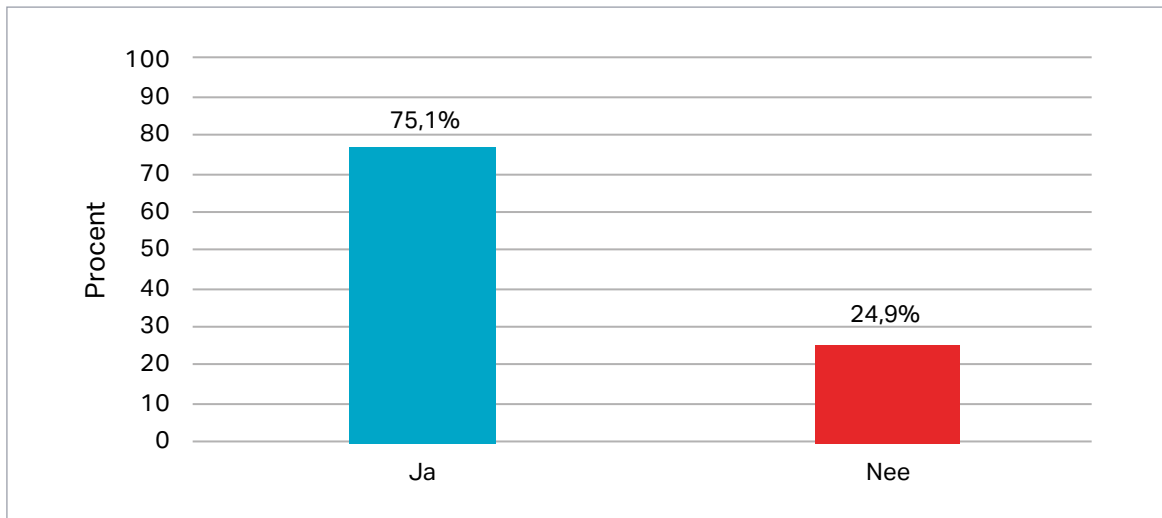
Figuur 8: Wat vindt u het minst fijn aan uw woning?

Een groot deel van de mensen gaf aan tevreden te zijn met hun woning (35,1%). Zo'n 16,0% van de mensen benoemde het gebrek aan onderhoud als een probleem, vaak werd de isolatie genoemd en/of het gebrek aan dubbelglas. "Dat het 's winters zo koud is. Het is een koudevoetenhuis". Overlast van de omgeving of burens werd ook genoemd (11,7%). Meestal heeft deze overlast te maken met geluid. "Donderend lawaai van kerels in zwarte kleding op motoren zonder geluiddempers"; "Er is geluidsoverlast van de straat en sommige burens". Zo'n 10,4% van de mensen vond de indeling niet naar wens of de woning te klein en 9,9% had thuis een trap waar dit (in de toekomst) een probleem is. "De trap [is een probleem], omdat hij smal is en draait en ik moeilijker naar boven kan.

Overige zaken die benoemd werden zijn: de ligging en locatie (2,3%), het niet kunnen parkeren (0,8%), het ontbreken van invloed of zij er kunnen blijven wonen (controleverlies, 1,8%), geen of een te grote tuin (2,3%), gevoel van onveiligheid (0,8%), hoge kosten (1,5%) en overige irritaties (6,1%) zoals een langzame lift of het moeten zemen van de ramen.

5.1.4 Bent u op de hoogte van mogelijkheden voor het aanpassen van de woning?

Van de 393 respondenten was driekwart (75,1%) op de hoogte welke mogelijkheden er zijn om de woning aan te passen.



Figuur 9: Op de hoogte mogelijkheden aanpassen woning

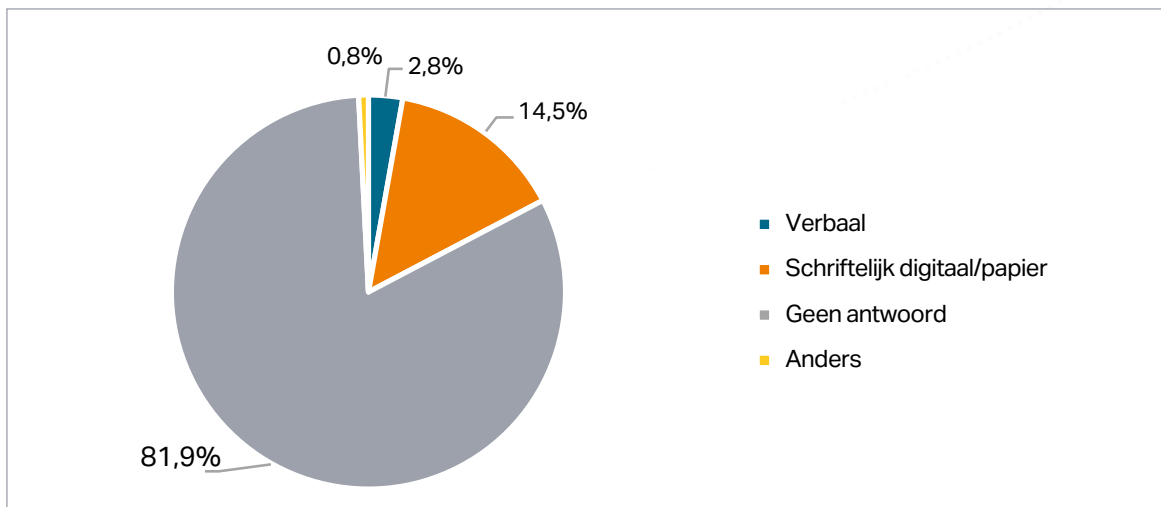
5.1.5 Hoe en waar hebt u deze informatie gevonden, voldeed deze en hoe zou u op de hoogte gebracht willen worden?

Op deze vragen volgde een grote verscheidenheid aan antwoorden. Sommige mensen hebben geen idee meer hoe zij aan de informatie gekomen zijn. Anderen hebben van de mogelijkheden vernomen het via hun netwerk "Dat weet ik van de buren, de mensen uit het gebouw" of via de communicatiekanalen zoals de website van de gemeente, de krant, het Wmo-loket of via de ouderenbond. "Dat vind ik in bladeren van ouderen, de POCB, de ouderenbond. Advertenties van kranten eventueel". Anderen gaan naar de gemeente toe: "Het gemeentehuis is de aangewezen plek en daar wijzen ze je wel verder".

“ Via wijkverpleging en persoonlijk contact kun je de mogelijkheden bij de mensen krijgen. Eerst de relatie, dan de informatie. ”

5.1.6 Hoe wilt u op de hoogte gebracht worden?

Op de vraag hoe zij het liefst op de hoogte gebracht willen worden, werd vooral de schriftelijke vorm benoemd. Hierin bestond wel enige variatie zoals via het internet of digitaal: *“dat zoek ik allemaal zelf op internet”* waar anderen het liever via de post, de krant, een folder of nieuwsbrief wilden ontvangen. Er waren ook respondenten die zulke informatie omtrent aanpassingen liever verteld krijgen: *“telefonisch/mondelinge voorlichtingsbijeenkomst”*. Wanneer wij coderen op “schriftelijk digitaal/papier” of “verbaal” zien we dat 14,5% het schriftelijk wilde, en 2,8% het mondeling verteld wilde krijgen. Een grote groep van 89,9% van de mensen heeft deze vraag echter niet beantwoord.

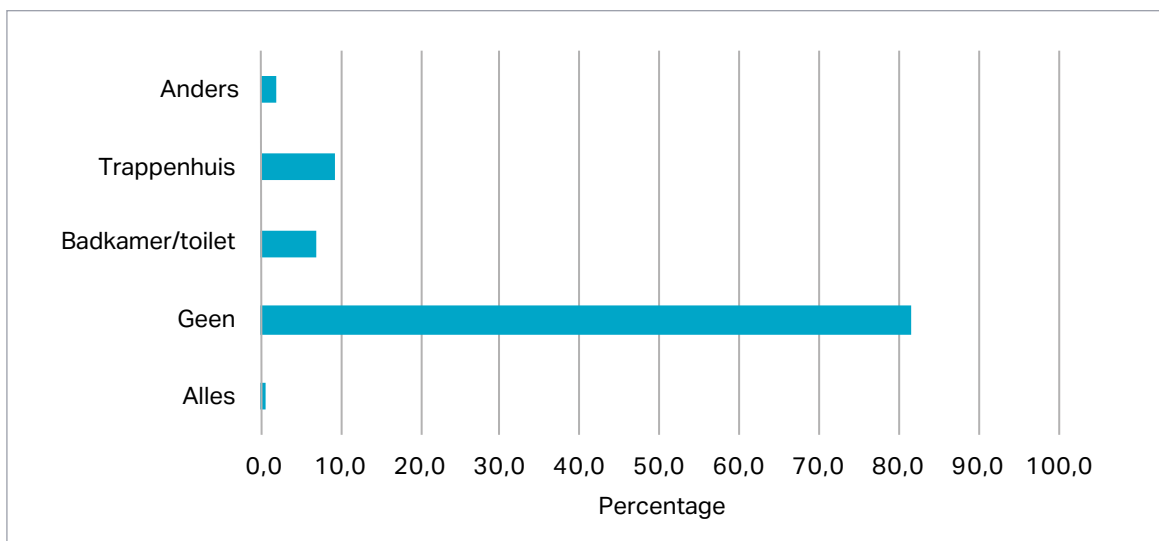


Figuur 10: Hoe zou u op de hoogte gebracht willen worden?

“ Er is wel veel: wijkkrantje (als die er nog is), de bieb, op je telefoon kun je zoeken, maar soms begrijp je de informatie niet, is het moeilijk geschreven. ”

5.1.7 Welke aanpassingen zijn gewenst in uw woning?

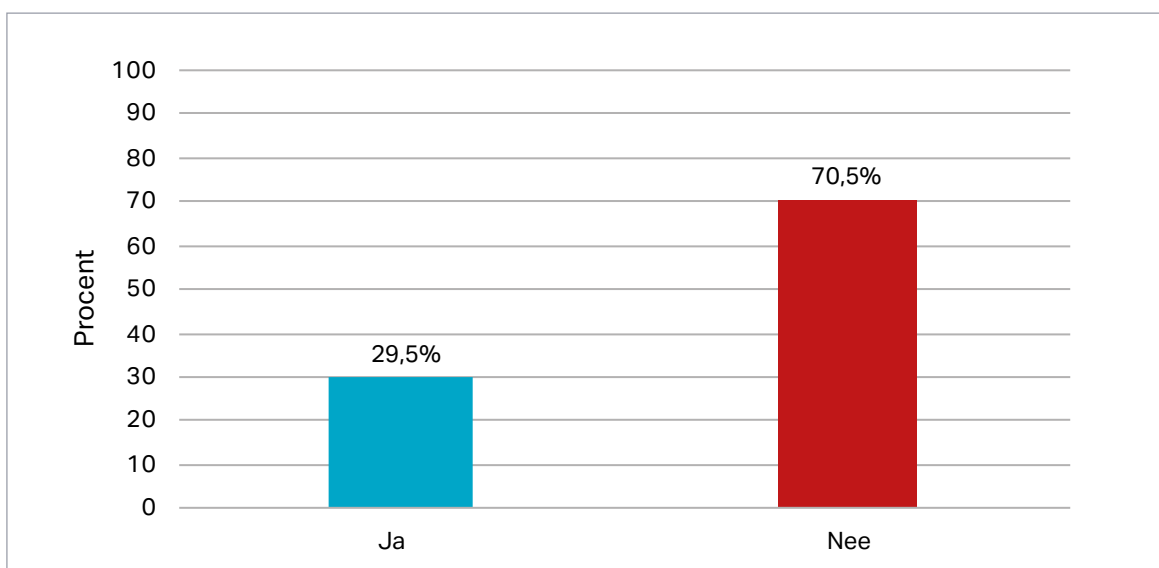
De quotes van mensen op deze vraag zijn geclusterd naar de ruimte (zowel verblijfsruimte als transportruimte) in de woning. De meeste mensen hadden geen behoefte aan aanpassingen aan hun woning of hadden al een woning die aangepast is (81,6%). *“Wij hebben op het ogenblik geen aanpassingen, we hebben een hoge wc en inloopdouche”*. Daarna volgden aanpassingen van het trappenhuis (9,2%) en de badkamer of toilet (6,9%) bij het noemen van eventuele wensen. *“Zo’n lift stoel waar je mee met de trap omhoog kan”* en *“Eventueel een beugel in de badkamer waaraan je je kunt vasthouden”*. Een enkeling gaf aan dat alles aangepast diende te worden.



Figuur 11: Welke woningaanpassingen zijn gewenst?

5.1.8 Denkt u wel eens aan verhuizen?

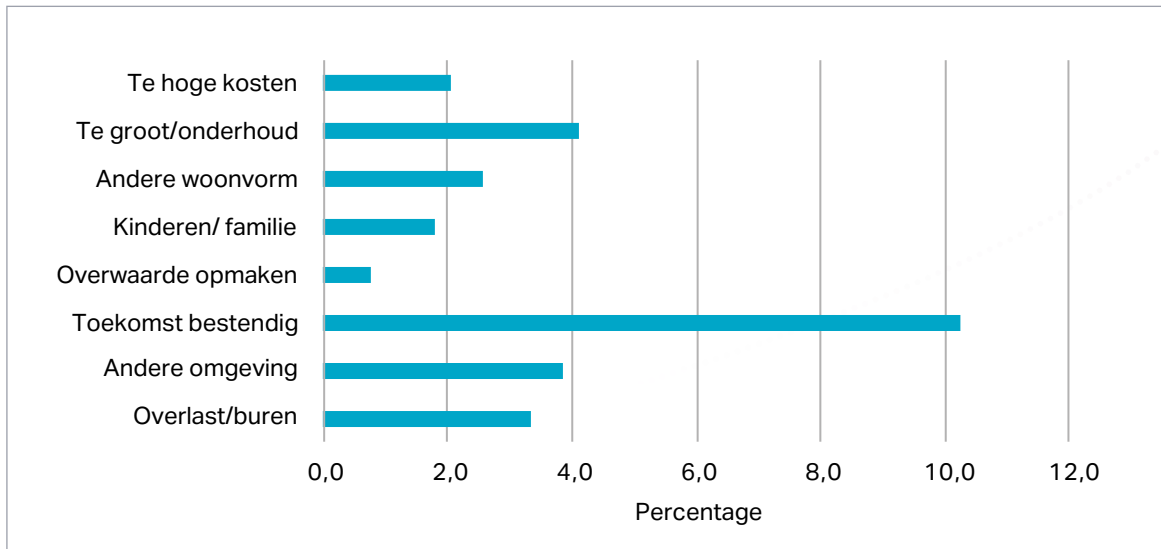
Van de 393 respondenten dacht 29,5% wel eens aan verhuizen. Een overgrote meerderheid dacht daar niet over na.



Figuur 12: Denkt u wel eens aan verhuizen?

5.1.9 Redenen om te willen verhuizen

Bij de 29,5% van de respondenten die aangeven wel eens aan verhuizen te denken is gevraagd waarom.

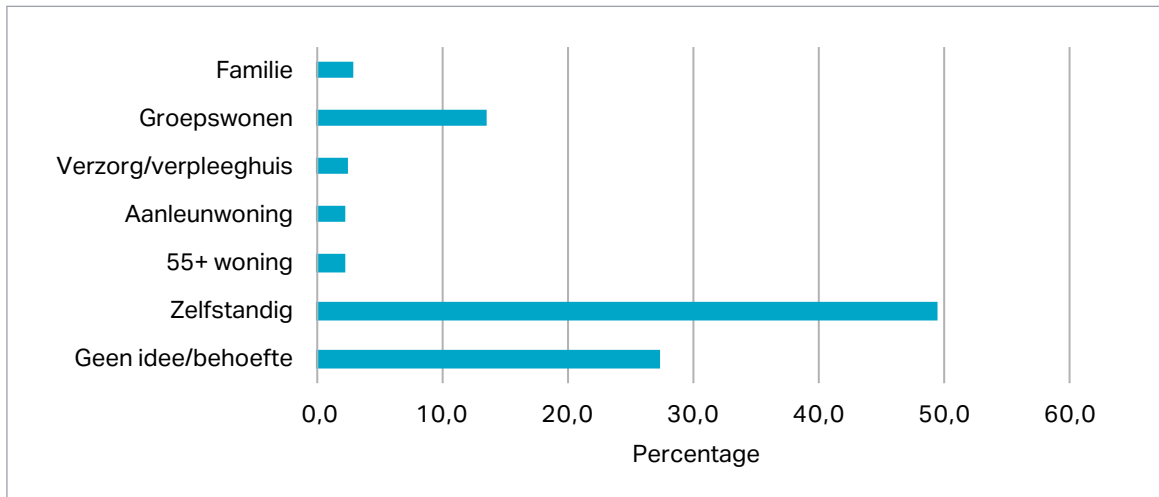


Figuur 13: Redenen om te willen verhuizen

Van deze 29,5% gaven de meeste respondenten (10,3%) aan een toekomstbestendige woning te overwegen. *"Mijn gezondheid gaat natuurlijk achteruit, ik ben alleen en ik zou dan te zijner tijd iets moeten vinden met verzorging"*. Daarnaast overweegt slechts 3,3% van de respondenten te verhuizen vanwege overlast van de buurt of buren of te willen verhuizen naar een andere omgeving (landelijk, 3,8%). Slechts 4,1% vindt hun huidige woning te groot met te veel onderhoud *"Het huis is te groot voor twee mensen"*, en maar 1,8% wil verhuizen om kleiner te gaan wonen en daarmee de overwaarde van hun huidige woning vrijspelen om uit te geven: *"Omdat het huidige huis ook deel van pensioenvoorziening is en bij verkoop, en verhuizing naar kleiner, meer liquide middelen beschikbaar komen"*. Van de respondenten wil 1,8% (dichter) bij de kinderen wonen, en 2,6% zou willen verhuizen om naar een andere woonvorm over te gaan (groepswonen of verpleeghuis). Van de respondenten overweegt 2,1% te verhuizen om de hoge kosten. Al met al zijn de motieven om te verhuizen verschillend, en slechts op een beperkt aantal respondenten van toepassing.

5.1.10 Als u zou moeten verhuizen, zijn er dan woonvormen die u aanspreken?

Aan alle (n=393) respondenten is gevraagd welke woonvormen hen aanspreken.



Figuur 14: Welke woonvorm spreekt u aan als u MOET verhuizen?

Verreweg de meeste respondenten willen zelfstandig blijven wonen (49,4%). Van de respondenten heeft 27,4% nooit nagedacht of geen behoefte aan verhuizen naar een andere woonvorm. Zo'n 13,6% van de mensen zou groepswonen wel interessant vinden. *"Mij spreekt groepswonen wel aan, maar nu wonen 2 dochters met hun gezin binnen 150 meter"*. De andere woonvormen werden minder benoemd: verzorgingshuis of verpleeghuis (2,4%), aanleunwoning (2,2%) of de 55+-woning (2,2%) of het wonen bij familie (2,9%). De optie van het verzorgingshuis is niet langer van toepassing gezien de landelijke uitfasering.

“ Mij spreekt groepswonen wel aan, maar nu wonen 2 dochters met hun gezin binnen 150 meter. ”

5.1.11 Actief en betrokken blijven in tijden van corona

Aan de 393 Haagse ouderen is gevraagd wat zij zouden kunnen doen om in de wijk actief en betrokken te blijven tijdens de coronapandemie. Voor velen is het een lastige en uitdagende tijd, die bij sommigen ook gepaard gaat met angst. Toch is er veel dat ouderen actief zelf ondernemen.

Veel ouderen benadrukken de adviezen die voor het RIVM zijn gegeven, zoals het in acht nemen van hygiënemaatregelen, zoals het wassen van handen, en het bewaren van anderhalve meter afstand, het vermijden van drukke situaties en het openbaar vervoer, en zelfs het niet bijwonen van bijeenkomsten en het zoveel mogelijk thuisblijven. Ook het dragen van mondkapjes wordt genoemd als aanvullende maatregel. Ook is er bij sommigen onduidelijkheid over de regels. Een gezonde leefstijl betrachten is een veelgehoorde oplossing.

"Proberen zo fit mogelijk te zijn en weerstand op te bouwen. Ik leef gezond, ik rook niet, ik drink niet."

Er is aandacht voor opletten op jezelf en goed voor jezelf zorgen. Er wordt gehoopt dat medemensen daar ook op letten, en ook de regels behorend bij de anderhalvemeter-samenleving beter respecteren. Veel respondenten zien de opvolging van maatregelen verslappen en verzoeken om meer handhaving, zoals door zichtbare wijkagenten. Niet iedereen ziet in de gemeente de instantie van waaruit de oplossingen dienen te komen, toch zijn er tips over de rol van gemeente, waaronder het maken van een digitale nieuwsbrief.

"De gemeente zou meer hulp moeten bieden aan mensen van mijn leeftijd. Hoe ik moet omgaan met mijn computer zoals ZOOM en hoe ik contact houd met de buitenwereld. De technologie stijgt mij boven het hoofd uit."

"De gemeente zou bijvoorbeeld kunnen informeren (telefonisch) of ouderen het nog redden. Als iemand niet verzorgd wordt dan is het niet bekend hoe het met diegene gaat. Op een gegeven moment kon je als ouder in tijden van corona niet aan contant geld komen en dat betekende dat mensen die ouderen hielpen niet contant betaald konden worden. Boodschappen in huis was op dat moment het grootste probleem."

"De gemeente moet misschien aanwijzingen geven over het ontsmetten van liften en parkeerautomaten en dergelijke."

"Ik denk dat de gemeente genoeg doet. Het ligt bij de mensen zelf hoe ze dat oppakken. De veiligheidsvoorschriften in acht nemen, geregeld handen wassen en afstand houden. Meer kan je niet doen denk ik."

"Ik hou mij aan een zeer strikte quarantaine, want ik behoor tot de zwaarste risicogroep. Ik heb geregeld met een vriend van mij dat hij mij elke ochtend om 9 uur belt, ik noem het zo om te kijken of ik nog leef. Je kunt moeilijk van een gemeente verwachten dat ze dat doen. Wel bij eenzame mensen en mensen die alleen wonen zijn er mensen die een paar dagen geen contact hebben. Dan zou een gemeente een ouderenbeleid kunnen voeren om te kijken wat wel of niet mogelijk is. Dat de gemeente een soort alarmcentrale zou hebben, dat mensen op een knopje kunnen drukken voor noodsituaties. Dat die mensen ook bereid zijn aan die centrale hun sleutel in te leveren."

"Misschien gratis conditietesten aanbieden."

"Minder betutteling. Ik heb mij gehouden aan de regels. Ik heb het niet ervaren als crisis."

Veel ouderen blijven door de corona-uitbraak thuis. Voor boodschappen, een wandeling of wat fietsen, maar ook het verlenen van mantelzorg komen zij nog buiten. Sommige ouderen maken gebruik van een boodschappendienst. Het hebben van een hobby binnenshuis helpt velen om de dag door te komen, waaronder traditionele hobby's als handenarbeid, maar ook het doen van digitale spelletjes of tuinieren.

"Ik ben heel erg op mezelf, ik maak niet van veel dingen gebruik. Ik maak mijn eigen muziek, ik puzzel, ik doe aan handenarbeid, ik vermaak me wel, ik hou me bezig, ik tuinier, ik doe alles waar ik zin in heb. Wat dat betreft heb ik geen enkele beperking."

"Het is moeilijk, het wordt nu wat ruimer, maar we zijn nu vooral thuis. Maar ik ga vooral naar buiten, het park in. Verder ben ik gewoon thuis bezig."

Het actief benaderen, aanspreken of bellen van burens, bekenden, eenzame mensen of ouderen die dreigen te vereenzamen (al dan niet in de eigen wijk) hoort daar ook bij. Belcirkels of het inrichten van een WhatsAppgroep kan daarbij helpen. Het bezoeken van een buurthuis of buurtkamer kan op loopafstand gerealiseerd worden, mits de buurthuizen open zijn. Veel oplossingen worden door ouderen gezocht in de eigen buurt en het leggen van contacten. Mensen beseffen veelal dat zij tot een risicogroep behoren en hebben beperkt toegang tot activiteiten buiten de deur omdat veel gelegenheden beperkt open zijn.

"Buiten zijn veel ouderen. Ga er heen en maak een praatje. Ga op de mensen af. Je kunt ze in ieder geval bellen."

"Wat me wel stoort is dat de bibliotheken ook totaal gesloten waren. Ze konden het creatiever oplossen en doordenken."

"De gemeente moet waakzaam zijn op ouderen die door de corona vereenzamen. Dit kan door bezoek van een maatschappelijk werker aan huis."

"Misschien zou [de gemeente] een appje kunnen rondsturen wanneer er weer een opleving is van het virus en in welke deel van de stad/regio."

"Ik mag niet naar buiten omdat ik te kwetsbaar ben. Er komt af en toe een vriend met een mondkapje om koffie te drinken."

"Mijn leven is wel veranderd. [...]. Ik heb geen afleiding meer. Alles is op slot voor ons."

Veel ouderen zijn actief als vrijwilliger (sport) of maken samen muziek (koor, orkest) of doen aan kunstzinnige uitingen. Ontmoetingen kunnen, het liefst in een ruim gebouw met inachtneming van de anderhalve meter afstand. Er zijn hier en daar zorgen over het moeten betalen voor het kunnen deelnemen aan activiteiten.

“De gemeente zou kerkgebouwen beschikbaar kunnen stellen om muziek in te maken in plaats van ze af te breken, zeker met het oog op de anderhalve meter samenleving.”

“[De gemeente kan] misschien dingen organiseren zoals koffieochtenden of een bingomiddag. Ik heb er zelf geen behoefte aan, maar ik kan mij voorstellen dat er mensen zijn die er behoefte aan hebben of iets met muziek organiseren.”

“Onze flat heeft een Coronacommissie opgericht om elkaar wat bij te staan, boodschappen doen en als er wat is, wat je voor elkaar kan betekenen.”

“Persoonlijk ben ik mijn vrijwilligerswerk digitaal gaan doen. Ik ben nog steeds in quarantaine in verband met kwetsbaarheid.”

Sommigen hebben als vrijwilliger meegewerkt ouderen te voorzien van informatie, van desinfectiemateriaal en mondkapjes. Dit is niet voor iedereen van toepassing, aangezien sommige ouderen de handen vol hebben aan de zorg voor zichzelf of een naaste. Tot slot zijn er ook ouderen voor wie het leven gewoon doorgaat.

“Wij hebben de afgelopen maanden geen problemen gehad. Vonden de rust buiten erg aangenaam.”

5.1.12 Zijn er zaken die u wilt delen met ons inzake de seniorvriendelijkheid van Den Haag?

Aan de 393 Haagse ouderen is gevraagd wat zij wilden delen inzake de seniorvriendelijkheid van de gemeente Den Haag. Hieronder volgt een greep uit de antwoorden.

Sommige ouderen vragen aandacht voor voldoende geschikte woonvormen voor ouderen, met name voor hen die zorgbehoevend zijn. Ook wordt er aangegeven dat wijken wat gemêleerder blijven, en dat ouderen in contact blijven met jongeren. Aandacht voor mantelzorgers en ouderen die dreigen te vereenzamen worden beide genoemd. Ook is er een specifiek verzoek tot het vaker het oor te luister te laten leggen bij ouderen en daadwerkelijk hun ideeën mee te nemen in besluitvorming.

“Het realiseren van goede en betaalbare appartementen voor ouderen, zodat ze hun te grote eengezinswoning achter kunnen laten.”

“Vrouwen zoeken elkaar makkelijker op en mannen veel minder. Mannen hebben allerlei hobby's en treffen elkaar niet. Er is weinig in buurthuizen aan te treffen het is vooral gericht op vrouwen dingen.”

“Ondanks de goede wil van de gemeente blijft eenzaamheid een punt dat constant aandacht vereist.”

“Ouderen veel meer betrekken bij de zorg, wat wel of niet mogelijk is, maar ook met bouwplannen van ouderenwoningen of groepswonen, op welke manier ze zelfstandig kunnen blijven wonen, vervoer.”

Er is behoefte aan betere busverbindingen waarbij er minder overgestapt hoeft te worden om van A naar B te komen. Verhoogde perrons voor de bussen vinden mensen een verbetering. Er is tevens behoefte aan betere openbare toiletvoorzieningen, eventueel betaald en bemand. Er is behoefte aan meer speciale parkeerplaatsen voor ouderen en mindervaliden, in het bijzonder in het centrum. De binnenstad is volgens sommigen rolstoelovriendelijk en in het algemeen zijn er in Den Haag te veel obstakels op straat. De stoepen zijn ongelijk (ook op andere plekken in de stad), te smal en deuren gaan niet altijd vanzelf open. Op sommige plekken is een gebrek aan fietspaden, of is er te weinig capaciteit voor fietsers. Er zijn klachten geuit over het niet mogen meenemen van kleine honden in de taxi, met als argument dat mensen allergisch zijn. Ook is er een behoefte aan specifieke informatie over taxivervoer voor ouderen en vervoer op maat. Wellicht kan de gemeente de inwoners periodiek digitaal of op papier attenderen over dienstverlening van en in de gemeente.

"Er zou nog wel eens gekeken mogen worden naar het lager tarief voor ouderen wat betreft het openbaar vervoer."

"Meer openbare toiletten en veel meer bankjes waar ik even op kan rusten tijdens een korte wandeling."

"Goede stoepen en fietspaden om met scootmobiel te kunnen rijden."

Er wordt door sommigen opgemerkt dat men betere handhaving wenst, met name op overlast van fietsen (fietsen op trottoirs), overhangende heggen en honden (poep, loslopen). In het algemeen doet Den Haag heel veel zaken goed, maar de politie is volgens enkelen te onzichtbaar en er wordt amper gehandhaafd in het verkeer. Ook dient er aandacht te zijn voor overlast door meeuwen.

"Graag meer blauw op straat, al was het maar om het steeds omvangrijker contingent fietsers dat het trottoir als fietspad gebruikt en dat met steeds hogere snelheid, tot de orde te roepen. Desnoods middels bekeuringen. Ik heb regelmatig 'near misses' met die onverlaten."

"Zorgen dat de heggen en struiken van tuinen niet over de stoep hangen."

Sommigen geven aan dat zij de opgelopen jaren niets hebben gemerkt van seniorvriendelijkheid van de gemeente. Er dient meer gedaan en geluisterd te worden.

"Den Haag is minder seniorvriendelijk dan zij probeert uit te stralen!"

"Het feit dat ik geen geld kan halen, dat er geen geldautomaten in de buurt zijn die ik kan bereiken. Ik zou er een oplossing voor willen hebben, want ik ben niet de enige die er een probleem mee heeft."

Tegelijkertijd zijn er mensen die het bestaan van de vragenlijst over de positie en beleving van de ouderen in deze stad zien als een teken dat Den Haag wel actief bezig is met de seniorvriendelijkheid. Den Haag is in de ogen van sommigen erg ruimhartig voor voorzieningen op het gebied van de Wmo en ouderen in het algemeen.

"Ik vind het geweldig dat de gemeente zich daarover zo druk maakt. Ik stel dat zeer op prijs."

"Heel vriendelijk. Ik ben altijd gewaardeerd en gerespecteerd. Ik heb geen klachten. Het is prettig wonen in Den Haag."

5.2 Bevindingen vragen seniorvriendelijk Den Haag

Onderstaande paragrafen beschrijven de resultaten van het veldonderzoek dat met behulp van de vragenlijst Age-Friendly Cities and Communities Questionnaire (AFCCQ) is afgenomen onder een representatieve groep van 393 inwoners⁵ van de gemeente Den Haag. De AFCCQ meet de belevingswereld van ouderen op de acht domeinen van de Wereldgezondheidsorganisatie, plus een relevant negende domein van iemands financiële situatie.

Bij de interpretatie van de resultaten is het belangrijk op te merken dat er is gevraagd naar de ervaringen rondom de seniorvriendelijkheid van de gemeente, die zijn geuit op een schaal variërend van geheel mee oneens tot geheel mee eens. Dit leidt tot een cijfer dat bij een negatieve score uitdrukt dat mensen het overwegend oneens waren met de vragen, en bij een positieve score uitdrukt dat mensen het overwegend eens waren met de vragen. Omdat we hebben gevraagd naar de ervaringen rondom de seniorvriendelijkheid, kunnen negatieve scores ruwweg worden vertaald als ontevredenheid, en positieve scores op hun beurt als tevredenheid van de ouderen met (deelaspecten van) de seniorvriendelijkheid.

Naast de gemiddelde score per domein, zijn ook de standaarddeviaties weergegeven. De standaarddeviaties zijn een rekenkundige maat voor de spreiding van de getallen rondom het gemiddelde. Als er weinig spreiding is (kleine standaarddeviatie), dan liggen de getallen allemaal dicht bij elkaar. Er zijn dan weinig verschillen tussen hoe mensen de vraag of het domein gescoord hebben. Bij een hoge standaarddeviatie zijn de verschillen tussen mensen juist groot.

De numerieke scores per domein kunnen niet onderling vergeleken worden met de scores op andere domeinen, zoals bijvoorbeeld Huisvesting met Transport, omdat de ranges van de scores per domein verschillen vanwege het aantal vragen dat in een specifiek domein is opgenomen.

⁵ De resultaten van het onderzoek onder 393 ouderen zijn representatief voor de seniorvriendelijkheid van de gemeente Den Haag als geheel. Echter bij vervolganalyses waar het subgroepen betreft (vanaf paragraaf 5.2.2.), zoals de deelresultaten voor de verschillende stadsdelen, gebruik van zorg aan huis of een mobiliteitshulpmiddel, iemands financiële situatie, etc., zijn de resultaten indicatief.

5.2.1 Resultaten op gemeenteniveau

De gemeente Den Haag scoort op zeven van de negen categorieën van de AFCCQ een "tevreden" als score. Voor het domein *Buitenruimte en gebouwen* scoort de gemeente een matig positieve score (neutraal tot enigszins tevreden). Op gemeenteniveau is hier ruimte voor verbetering. Voor het domein *Huisvesting* scoort de gemeente een bovengemiddeld tevreden als oordeel.

Deze scores zijn een gemiddelde van alle deelnemers die aan het onderzoek hebben meegedaan en zeggen dus alleen iets over de gemeente Den Haag in zijn geheel.

In deze cijfers zijn niet de percepties van verschillende subgroepen van Haagse ouderen uitgewerkt. Hierdoor zijn bij subgroepen wel degelijk hogere dan wel lagere scores mogelijk.

De huidige totaalscore van 16.9 (op een schaal van -46 tot +46) toont aan dat de Haagse ouderen over het algemeen tevreden zijn met de seniorvriendelijkheid van hun gemeente.

Tabel 11: Totaalscores van de Gemeente Den Haag per domein

Domein AFCCQ	Gemiddelde	SD	N	Bereik
1. Huisvesting	2.4	1.06	393	-4 tot 4
2. Sociale participatie	2.6	2.46	393	-8 tot 8
3. Respect en sociale inclusie	1.6	1.59	393	-4 tot 4
4. Burgerschap en werkgelegenheid	1.4	1.34	393	-4 tot 4
5. Communicatie en informatie	1.4	1.32	393	-4 tot 4
6. Sociale en gezondheidsvoorzieningen	2.7	2.79	393	-10 tot 10
7. Buitenruimte en gebouwen	0.9	1.41	393	-4 tot 4
8. Transport	1.7	1.50	393	-4 tot 4
9. Financiën	1.9	1.26	393	-4 tot 4
AFCCQ Totaal	16.9	8.87	393	-46 tot 46

< -35.1	-23.1 – -35.0	-11.5 – -23.0	-11.4 - 0.0	0.0 - 11.4	11.5 - 23.0	23.1 - 35.0	> 35.1
---------	---------------	---------------	-------------	------------	-------------	-------------	--------

5.2.2 Resultaten per stadsdeel

Als we bij de resultaten inzoomen op de deelscores per stadsdeel, dan is te zien dat alle deelscores in het positieve gebied scoren (groene scores). Sommige stadsdelen scoren wat hoger dan andere. Zo scoort Leidschenveen-Ypenburg op meerdere domeinen wat lager, Loosduinen, Haagse Hout en in iets mindere mate ook Scheveningen en Laak, wat hoger. Het Haagse Hout scoort gemiddeld het hoogst (18.4), en Leidschenveen-Ypenburg het laagst (14.7) (op een schaal van -46 tot +46). Al deze scores vallen allemaal in dezelfde categorie van scores (ofwel tevreden), behalve die voor Leidschenveen-Ypenburg die een voldoende scoort (neutraal tot enigszins tevreden).

Tabel 12: Totaalscore per stadsdeel

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	17.3	9.00	68	-46 tot 46
Escamp	16.6	9.10	74	-46 tot 46
Segbroek	16.8	7.09	61	-46 tot 46
Scheveningen	17.5	8.30	69	-46 tot 46
Centrum	15.1	10.53	39	-46 tot 46
Laak	16.5	7.87	24	-46 tot 46
Haagse Hout	18.4	10.13	48	-46 tot 46
Leidschenveen-Ypenburg	14.7	10.02	10	-46 tot 46
Totaal	16.9	8.87	393	-46 tot 46

< -35.1	-23.1 – -35.0	-11.5 – -23.0	-11.4 - 0.0	0.0 - 11.4	11.5 - 23.0	23.1 - 35.0	> 35.1
---------	---------------	---------------	-------------	------------	-------------	-------------	--------

Als men kijkt naar de verschillende domeinen van de AFCCQ, dan scoort *Huisvesting* relatief hoog, terwijl de domeinen *Sociale en Gezondheidsvoorzieningen* en *Buitenruimte en gebouwen* in meerdere stadsdelen relatief laag scoren. Er is dus per stadsdeel ruimte voor verbetering. In de volgende tabellen zijn per domein de resultaten van de verschillende stadsdelen weergegeven.

Op het domein *Huisvesting* scoren alle stadsdelen bovengemiddeld tevreden. Er zijn geen scores die duiden op neutraal tot tevredenheid of zeer-tevreden.

Tabel 13: Huisvesting (H)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	2.2	1.03	68	-4 tot 4
Escamp	2.3	0.91	74	-4 tot 4
Segbroek	2.4	1.21	61	-4 tot 4
Scheveningen	2.4	1.23	69	-4 tot 4
Centrum	2.3	1.03	39	-4 tot 4
Laak	2.2	0.77	24	-4 tot 4
Haagse Hout	2.5	1.00	48	-4 tot 4
Leidschenveen-Ypenburg	3.0	1.05	10	-4 tot 4
Totaal	2.4	1.06	393	-4 tot 4

< -3.1	-2.1 – -3.0	-1.1 – -2.0	-1.0 - 0.0	0.1 – 1.0	1.1 - 2.0	2.1 - 3.0	> 3.1
--------	-------------	-------------	------------	-----------	-----------	-----------	-------

Op het domein *Sociale participatie* scoren alle stadsdelen tevreden met uitzondering van het stadsdeel Leidschenveen-Ypenburg, dat een neutraal tot tevreden scoort.

Tabel 14: Sociale participatie (SP)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	2.6	2.68	68	-8 tot 8
Escamp	2.5	2.43	74	-8 tot 8
Segbroek	2.8	2.15	61	-8 tot 8
Scheveningen	2.9	2.14	69	-8 tot 8
Centrum	2.7	2.69	39	-8 tot 8
Laak	2.7	2.43	24	-8 tot 8
Haagse Hout	2.7	2.68	48	-8 tot 8
Leidschenveen-Ypenburg	1.2	2.93	10	-8 tot 8
Totaal	2.6	2.46	393	-8 tot 8

< -6.1	-4.1 – -6.0	-2.1 – -4.0	-2.0 - 0.0	0.1 – 2.0	2.1 – 4.0	4.1 - 6.0	>6.1
--------	-------------	-------------	------------	-----------	-----------	-----------	------

Op het domein *Respect en Sociale Inclusie* scoren alle stadsdelen tevreden, behalve Haagse Hout en Leidschenveen-Ypenburg, die beide bovengemiddeld tevreden scoren.

Tabel 15: Respect en sociale inclusie (RSI)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	1.5	1.70	68	-4 tot 4
Escamp	1.5	1.66	74	-4 tot 4
Segbroek	1.7	1.28	61	-4 tot 4
Scheveningen	1.6	1.56	69	-4 tot 4
Centrum	1.6	1.82	39	-4 tot 4
Laak	1.5	1.41	24	-4 tot 4
Haagse Hout	2.1	1.64	48	-4 tot 4
Leidschenveen-Ypenburg	2.2	1.47	10	-4 tot 4
Totaal	1.6	1.59	393	-4 tot 4

< -3.1	-2.1 – -3.0	-1.1 – -2.0	-1.0 - 0.0	0.1 – 1.0	1.1 - 2.0	2.1 - 3.0	>3.1
--------	-------------	-------------	------------	-----------	-----------	-----------	------

Op het domein *Burgerschap en werkgelegenheid* scoren alle stadsdelen tevreden. Er zijn ten opzichte van elkaar geen afwijkende scores gevonden.

Tabel 16: Burgerschap en werkgelegenheid (BPW)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	1.4	1.50	68	-4 tot 4
Escamp	1.3	1.42	74	-4 tot 4
Segbroek	1.3	1.18	61	-4 tot 4
Scheveningen	1.5	1.50	69	-4 tot 4
Centrum	1.4	1.42	39	-4 tot 4
Laak	1.5	1.17	24	-4 tot 4
Haagse Hout	1.5	1.28	48	-4 tot 4
Leidschenveen-Ypenburg	1.6	1.34	10	-4 tot 4
Totaal	1.4	1.34	393	-4 tot 4

< -3.1	-2.1 - -3.0	-1.1 - -2.0	-1.0 - 0.0	0.1 - 1.0	1.1 - 2.0	2.1 - 3.0	> 3.1
--------	-------------	-------------	------------	-----------	-----------	-----------	-------

Op het domein *Communicatie en informatie* scoren alle stadsdelen tevreden. Er zijn ten opzichte van elkaar geen afwijkende scores gevonden.

Tabel 17: Communicatie en informatie (CI)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	1.3	1.32	68	-4 tot 4
Escamp	1.3	1.42	74	-4 tot 4
Segbroek	1.3	1.24	61	-4 tot 4
Scheveningen	1.5	1.21	69	-4 tot 4
Centrum	1.2	1.41	39	-4 tot 4
Laak	1.3	0.96	24	-4 tot 4
Haagse Hout	1.4	1.52	48	-4 tot 4
Leidschenveen-Ypenburg	1.3	1.33	10	-4 tot 4
Totaal	1.4	1.32	393	-4 tot 4

< -3.1	-2.1 - -3.0	-1.1 - -2.0	-1.0 - 0.0	0.1 - 1.0	1.1 - 2.0	2.1 - 3.0	> 3.1
--------	-------------	-------------	------------	-----------	-----------	-----------	-------

Op het domein *Sociale en gezondheidsvoorzieningen* scoren alle stadsdelen neutraal tot tevreden, of een trede hoger: tevreden. De laagste scores worden behaald voor de stadsdelen Leidschenveen-Ypenburg en Centrum, de hoogste voor Loosduinen en Haagse Hout.

Tabel 18: Sociale en gezondheidsvoorzieningen (SGV)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	3.0	2.84	68	-10 tot 10
Escamp	2.8	2.63	74	-10 tot 10
Segbroek	2.5	2.54	61	-10 tot 10
Scheveningen	2.7	2.55	69	-10 tot 10
Centrum	1.8	3.56	39	-10 tot 10
Laak	2.8	2.86	24	-10 tot 10
Haagse Hout	3.0	2.85	48	-10 tot 10
Leidschenveen-Ypenburg	1.1	2.42	10	-10 tot 10
Totaal	2.7	2.79	393	-10 tot 10

<-7.6	-5.1--7.5	-2.6--5.0	-2.5-0.0	0.1-2.5	2.6-5.0	5.1-7.5	>7.6
-------	-----------	-----------	----------	---------	---------	---------	------

Op het domein *Buitenruimte en gebouwen* scoren drie stadsdelen tevreden. De vijf andere stadsdelen scoren neutraal tot tevreden. De hoogste score vinden we voor Loosduinen en Haagse Hout, de laagste voor Leidschenveen-Ypenburg.

Tabel 19: Buitenruimte en gebouwen (BRG)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	1.2	1.35	68	-4 tot 4
Escamp	1.0	1.39	74	-4 tot 4
Segbroek	0.7	1.41	61	-4 tot 4
Scheveningen	0.7	1.43	69	-4 tot 4
Centrum	0.9	1.68	39	-4 tot 4
Laak	1.1	1.07	24	-4 tot 4
Haagse Hout	1.2	1.37	48	-4 tot 4
Leidschenveen-Ypenburg	0.6	1.34	10	-4 tot 4
Totaal	0.9	1.41	393	-4 tot 4

<-3.1	-2.1--3.0	-1.1--2.0	-1.0-0.0	0.1-1.0	1.1-2.0	2.1-3.0	>3.1
-------	-----------	-----------	----------	---------	---------	---------	------

Op het domein *Transport* scoren alle stadsdelen tevreden, met een hoogste score voor Loosduinen.

Tabel 20: Transport (T)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	1.8	1.56	68	-4 tot 4
Escamp	1.7	1.48	74	-4 tot 4
Segbroek	1.7	1.32	61	-4 tot 4
Scheveningen	1.7	1.47	69	-4 tot 4
Centrum	1.4	1.51	39	-4 tot 4
Laak	1.6	1.00	24	-4 tot 4
Haagse Hout	1.5	1.85	48	-4 tot 4
Leidschenveen-Ypenburg	1.7	1.82	10	-4 tot 4
Totaal	1.7	1.26	393	-4 tot 4

< -3.1	-2.1 - -3.0	-1.1 - -2.0	-1.0 - 0.0	0.1 - 1.0	1.1 - 2.0	2.1 - 3.0	>3.1
--------	-------------	-------------	------------	-----------	-----------	-----------	------

Op het domein *Financiën* scoren alle stadsdelen "voldoende", met een bovengemiddeld voldoende voor Scheveningen en Haagse Hout. Hierbij zijn scores gebaseerd op uitspraken omtrent het voldoende zijn van het inkomen om zonder problemen rond te komen en om in de basisbehoeften te kunnen voorzien.

Tabel 21: Financiën (F)

Stadsdeel	Gemiddelde	SD	N	Bereik
Loosduinen	1.9	1.22	68	-4 tot 4
Escamp	1.7	1.31	74	-4 tot 4
Segbroek	2.0	1.10	61	-4 tot 4
Scheveningen	2.2	1.06	69	-4 tot 4
Centrum	1.4	1.71	39	-4 tot 4
Laak	1.4	1.28	24	-4 tot 4
Haagse Hout	2.2	1.14	48	-4 tot 4
Leidschenveen-Ypenburg	2.0	0.94	10	-4 tot 4
Totaal	1.9	1.26	393	-4 tot 4

< -3.1	-2.1 - -3.0	-1.1 - -2.0	-1.0 - 0.0	0.1 - 1.0	1.1 - 2.0	2.1 - 3.0	>3.1
--------	-------------	-------------	------------	-----------	-----------	-----------	------

In onderstaande tabel wordt een overzicht gegeven van alle totaalscores en domeinscores per stadsdeel. Zoals opgemerkt aan het begin van deze paragraaf, scoren sommige stadsdelen wat hoger dan andere. Zo scoort Leidschenveen-Ypenburg wat vaker lager, en zijn de scores voor Haagse Hout wat hoger. Er is per stadsdeel ruimte voor verdere verbetering, veelal op bepaalde deeldomeinen die per stadsdeel verschillen.

Tabel 22: Scores per stadsdeel: totaalscore en deelscores per domein

Stadsdeel	Gem.	H	SP	RSI	BPW	CI	SGV	BRG	T	F
Loosduinen	17.3	+++	++	++	++	++	++	++	++	++
Escamp	16.6	+++	++	++	++	++	++	+	++	++
Segbroek	16.8	+++	++	++	++	++	+	+	++	++
Scheveningen	17.5	+++	++	++	++	++	++	+	++	+++
Centrum	15.1	+++	++	++	++	++	+	+	++	++
Laak	16.5	+++	++	++	++	++	++	++	++	++
Haagse Hout	18.4	+++	++	+++	++	++	++	++	++	+++
Leidschenveen-Ypenburg	14.7	+++	+	+++	++	++	+	+	++	++
Den Haag	16.9	+++	++	++	++	++	++	+	++	++

< -35.1	-23.1 - -35.0	-11.5 - -23.0	-11.4 - 0.0	0.0 - 11.4	11.5 - 23.0	23.1 - 35.0	> 35.1
---------	---------------	---------------	-------------	------------	-------------	-------------	--------

5.3 Bevindingen op basis van de afzonderlijke vragen van de enquête

Het proces van het maken van de gevalideerde AFCCQ-vragenlijst bestond uit een fase waarin een uitgebreide lijst met vragen is afgenomen onder de 393 respondenten. Deze lijst bestond uit 74 vragen. Hiervan zijn 23 vragen valide bevonden en daardoor opgenomen in de uiteindelijke AFCCQ. Dat wil niet zeggen dat de overige vragen niet van betekenis zijn, daarom zijn de resultaten van de overige vragen, voor zover relevant, hieronder weergegeven op gemeenteniveau. Dit biedt de mogelijkheid om de bevindingen die hierboven zijn weergegeven op gemeente- en stadsdeelniveau verder te nuanceren en mogelijke aangrijpingspunten voor actie of beleid op het spoor te komen.

Deze vragen zijn door de respondenten beantwoord op een 5-punts Likertschaal (geheel mee oneens, oneens, niet mee oneens noch mee eens, eens, geheel mee eens), waarvan de gemiddelde scores wederom in een kleurcode kunnen worden uitgedrukt. Deze kleurcode is hieronder weergegeven. Het bereik van de scores loopt van -2 tot +2.

-2.0 - -1.1	-1.0 - 0.0	0.1 - 1.0	1.1 - 2.0
-------------	------------	-----------	-----------

In de tabellen hieronder zijn opvallende scores dikgedrukt weergegeven. Daarbij gaat het om gemiddelde scores van 0.5 of lager of om een standaarddeviatie boven de 1.0 wat mogelijk duidt op grote verschillen tussen wijken.

In Annex 2 wordt in Tabel 2.1. een overzicht gegeven van de scores op alle 74 vragen. Tabel 2.2 geeft de scores per stadsdeel weer voor die vragen waar op stadsniveau een relatief lage score voor is gevonden.

5.3.1 Huisvesting

In de eerste plaats bevestigt een analyse van de afzonderlijke vragen het positieve beeld met betrekking tot de situatie op het gebied van huisvesting. Zo wordt positief gescoord op de toegankelijkheid van de woning, de veiligheid en het onderhoud van de woning, de betaalbaarheid van de woonlasten, de aanwezigheid en bereikbaarheid van voorzieningen als winkels, restaurants, huisarts en openbaar vervoer in de directe woonomgeving. Ook voelen respondenten zich over het algemeen veilig in de eigen buurt.

Tabel 23: Huisvesting, deelvragen

Huisvesting	Gemiddelde	SD
Mijn woning is veilig, schoon en goed te onderhouden.	1.2	0.71
Mijn woonlasten (huur/hypotheek) kan ik goed betalen.	1.1	0.72
Dichtbij mijn huis zijn voorzieningen zoals winkels, restaurants, openbaar vervoer en huisarts.	1.2	0.73
Ik kan voorzieningen in mijn buurt, zoals winkels, restaurants, openbaar vervoer en huisarts zonder problemen bereiken.	1.2	0.74
Ik voel mij veilig in mijn buurt.	1.0	1.03

5.3.2 Sociale participatie

Ook de verschillende aspecten van sociale participatie scoren over het algemeen positief. Zo scoren het aanbod op het terrein van vrijetijdsbesteding, de mogelijkheid om mensen te ontmoeten en mee te doen aan activiteiten, het aantal keren dat men vrienden of familie spreekt, de verhoudingen in de buurt en de bereikbaarheid en betaalbaarheid van activiteiten en de informatie over activiteiten en evenementen allen positief. De enige vraag die in alle stadsdelen beduidend lager scoort heeft betrekking op de (onvoldoende) aandacht voor mensen die dreigen te vereenzamen.

Tabel 24: Sociale participatie, deelvragen

Sociale participatie	Gemiddelde	SD
Ik vind dat in mijn stad voldoende wordt omgekeken naar mensen die dreigen te vereenzamen.	0.1	0.86

5.3.3 Respect en sociale inclusie

Respondenten geven aan weinig te maken te krijgen met vervelende opmerkingen of discriminatie vanwege hun leeftijd. Wel is voor een aanzienlijk deel van de respondenten niet bekend waar men terecht kan voor hulp of met een klacht in het geval men te maken krijgt met leeftijdsdiscriminatie.

Tabel 25: Respect en sociale inclusie, deelvragen

Sociale participatie	Gemiddelde	SD
In het geval van leeftijdsdiscriminatie weet ik waar ik terecht kan voor hulp of een klacht.	0.2	1.00

5.3.4 Burgerschap en werkgelegenheid

Ook het domein van Burgerschap en werkgelegenheid scoort in de AFCCQ positief. Respondenten geven aan voldoende mogelijkheden te hebben om ook met jongere generaties om te gaan en voelen zich een gewaardeerd lid van de samenleving.

De scores op een aantal afzonderlijke vragen zijn aanzienlijk lager. Voor zes vragen geldt dat zij in alle stadsdelen in een lage score hebben. Daarbij gaat het met name om vragen die betrekking hebben op het geïnformeerd en betrokken worden bij wat er in de buurt gebeurt, het gehoord worden bij inspraak en besluitvorming en de mate waarin gemeentelijke plannen die betrekking hebben op ouderen ook daadwerkelijk met ouderen tot stand zijn gekomen.

De mogelijkheden tot het verrichten van betaalde arbeid dat aansluit bij de eigen vaardigheden en interesses worden als onvoldoende beoordeeld.

De mogelijkheden om vrijwilligerswerk te doen dat aansluit bij de eigen vaardigheden en interesses worden daarentegen wel positief beoordeeld. Wat niet wegneemt dat slechts een beperkt aantal respondenten aangeeft regelmatig actief te zijn als vrijwilliger.

Tabel 26: Burgerschap en werkgelegenheid, deelvragen

Burgerschap en werkgelegenheid	Gemiddelde	SD
Ik word voldoende gehoord bij inspraak en besluitvorming.	0.2	0.88
Ik ben voldoende betrokken bij zaken die spelen in mijn buurt.	0.3	0.86
Ik heb het idee dat gemeentelijke plannen OVER ouderen, ook MET ouderen tot stand zijn gekomen.	0.1	0.89
Ik heb eenvoudig toegang tot informatie over mijn buurt en ik kan mijn mening geven bij besluitvorming.	0.3	0.89
Indien ik dat zou willen, zijn er voldoende mogelijkheden om betaald werk te doen dat aansluit bij mijn vaardigheden en interesses.	- 0.2	0.94
Ik ben regelmatig actief als vrijwilliger	0.0	1.21

5.3.5 Communicatie en informatie

Respondenten tonen zich tevreden met de informatie die zij ontvangen met betrekking tot activiteiten voor ouderen in hun buurt of die van belang is voor hun gezondheid. Ook de leesbaarheid en het taalgebruik van de informatie die zij van gemeente of andere maatschappelijke organisaties ontvangen stemt tevreden.

Wat lager scoort is de tevredenheid met de wijze waarop er naar hen geluisterd wordt in het geval van een klacht en hoe zij te woord worden gestaan wanneer zij contact opnemen met de gemeente of een andere maatschappelijke instantie.

Tabel 27: Communicatie en informatie, deelvragen

Communicatie en informatie	Gemiddelde	SD
Als ik bel naar de gemeente of andere maatschappelijke instantie word ik goed te woord gestaan.	0.5	0.77
Als ik een klacht heb, wordt er voldoende naar mij geluisterd.	0.3	0.79

5.3.6 Technologie

Twee aanvullende vragen met betrekking tot het gebruik van technologie laten zien dat nog de nodige huiver bestaat en niet iedereen even goed uit de voeten kan met digitale dienstverlening.

Tabel 28: Technologie, deelvragen

Technologie	Gemiddelde	SD
Ik zou het toejuichen als de dokter mij op afstand zou kunnen controleren en spreken in een digitaal consult.	0.0	1.04
Ik kan voldoende overweg met de digitale dienstverlening door de gemeente, bank en het openbaar vervoer.	0.5	1.02

5.3.7 Sociale en gezondheidsvoorzieningen

Over het algemeen tonen respondenten zich tevreden met het aanbod en de kwaliteit van zorg- en welzijnsvoorzieningen in hun stad, de bereikbaarheid van deze voorzieningen alsmede de informatie die zij daarover hebben.

Daar tegenover staan relatief lage scores wanneer het gaat om de huishoudelijke zorg die men ontvangt, de ondersteuning die men ontvangt in het geval men mantelzorg verleent en de zorg en hulp die men ontvangt in het geval van ziekte of beperking. Ook de communicatie over crisissituaties de stad is een punt van aandacht.

Tabel 29: Sociale en gezondheidsvoorzieningen, deelvragen

Sociale en gezondheidsvoorzieningen	Gemiddelde	SD
Als ik mantelzorg verleen, ontvang ik voldoende steun.	0.1	0.69
De huishoudelijke hulp die ik ontvang is voldoende.	0.2	0.91
Als ik ziek ben, krijg ik de zorg en hulp die ik nodig heb	0.5	0.76
Communicatie over crisissituaties in mijn stad houdt onvoldoende rekening met ouderen.	0.2	0.77

“ Als je alleenstaand bent en je wordt ziek, heb je niemand. “Alle 75-plussers zouden een alarmbel moeten krijgen, via de huisarts.” ”

5.3.8 Buitenruimte en gebouwen

De buitenruimte en gebouwen is een domein dat, hoewel nog steeds positief, lager scoort dan de overige domeinen. Kijken we naar de afzonderlijke vragen dan zien we dat deze lagere score met name te maken heeft met de volgende factoren: onvoldoende toiletten die schoon en goed toegankelijk zijn, de toegankelijkheid van de buurt en de winkels in de buurt voor wie gebruik maakt van een rollator of rolstoel, en in iets mindere mate met de kwaliteit van de openbare ruimte, de aanwezigheid van zitplaatsen en bankjes en de veiligheid van voetgangersoversteekplaatsen.

De toegankelijkheid van openbare gebouwen, de veiligheid van straat en buurt, de nabijheid van winkels en het gemak waarmee men zich te voet in de buurt kan verplaatsen, worden daarentegen duidelijk positief gewaardeerd.

Tabel 30: Buitenruimte en gebouwen, deelvragen

Buitenruimte en gebouwen	Gemiddelde	SD
In mijn buurt zijn voldoende openbare toiletten die schoon en goed toegankelijk zijn.	- 0.9	0.84
De openbare ruimte in mijn buurt (park, straat, plein) is schoon en aangenaam om te verblijven.	0.5	0.90
Voetgangersoversteekplaatsen in mijn buurt zijn veilig.	0.5	0.89
Mijn buurt is voldoende toegankelijk voor rollator of rolstoel	0.5	0.83
De winkels in mijn buurt zijn voldoende toegankelijk met rollator of rolstoel	0.5	0.74

5.3.9 Transport

Het openbaar vervoer in de stad wordt over het algemeen positief gewaardeerd: het sluit aan bij wat men nodig heeft en is betaalbaar, bus- en tramhaltes zijn goed te bereiken en ook het instappen in tram of bus gaat gemakkelijk. Ook kan het merendeel van de respondenten zich zonder problemen verplaatsen in de buurt.

Twee aspecten worden minder positief beoordeeld: de mogelijkheid om dicht bij huis te kunnen parkeren en het aantal invalidenparkeerplaatsen in de stad.

Tabel 31: Transport, deelvragen

Transport	Gemiddelde	SD
Ik kan mijn auto altijd dichtbij huis kwijt.	0.5	0.98
Er zijn voldoende invalidenparkeerplaatsen in mijn stad	0.1	0.67

5.3.10 Financiën

Met betrekking tot de financiële situatie geeft de meerderheid van de respondenten aan goed rond te kunnen komen van hun inkomen en zonder problemen in hun basisbehoeften te kunnen voorzien. Voor zo'n 14 procent van de ondervraagden is dit echter niet het geval.

Waar men terecht kan in het geval men niet rond kan komen is voor een groot deel van de ondervraagden niet helder.

Tabel 32: Financiën, deelvragen

Financiën	Gemiddelde	SD
Ik kan ergens terecht indien ik niet rond kan komen (boodschappen, spullen, apparatuur).	0.2	0.75

In de volgende paragrafen wordt verder ingezoomd op enkele subgroepen binnen de totale groep Haagse ouderen van wie de scores afwijken van die van de totale groep van respondenten. Deze afwijkende scores kunnen aanleiding geven voor interventies op maat of specifiek gericht op een bepaalde doelgroep.

5.4 Resultaten op het niveau van verschillende subgroepen (AFCCQ)

De ouderen in de gemeente Den Haag zijn geen homogene groep als het gaat om demografische gegevens. Daarom is op stadsniveau nader ingegaan op de scores van diverse subgroepen in de gemeente. Deze analyses zijn niet op stadsdeelniveau gemaakt vanwege de grootte van de onderzoekspopulatie (n=393), waardoor op stadsdeelniveau de groepen te klein zouden zijn voor een valide analyse.

Bij de analyse van de subgroepen is gekeken naar:

- opleidingsniveau;
- leeftijdscategorie;
- land van geboorte (onderverdeeld in drie groepen: Nederland – Suriname en de voormalige Nederlandse-Antillen - overige landen);
- type woning: koopwoning, sociale huurwoning of particuliere huurwoning;
- samenstelling huishouden: alleenstaand of samenwonend;
- het ontvangen van zorg aan huis;
- het hebben van een chronische ziekte of aandoening;
- het gebruik van een rollator of rolstoel.

Tevens is gekeken naar de scores op de acht deeldomeinen van de WHO, van die respondenten die bij het negende domein van financiën negatief scoorden. Op basis van de internationale literatuur wordt aangenomen dat deze factor de perceptie van seniorvriendelijkheid van de gemeente en de eigen wijk kan beïnvloeden.

Met betrekking tot de bovengenoemde groepen zijn er enkele opvallende, statistisch significante verschillen gevonden. Opleidingsniveau, leeftijd, geboorteland, type woning, samenstelling huishouden blijken niet van invloed op hoe deze groep respondenten de seniorvriendelijkheid van Den Haag ervaren. Het ontvangen van zorg, het hebben van een chronische ziekte of aandoening, het gebruik maken van rolstoel of rollator en de financiële situatie blijken echter wel van invloed op hoe ouderen de seniorvriendelijkheid van de stad Den Haag ervaren. Vandaar dat deze hieronder wat verder zijn uitgewerkt.

5.4.1 Zorg aan huis

Voor de groep van ouderen die zorg aan huis ontvangen ontstaat een gevarieerd beeld, waarbij op enkele domeinen opvallende verschillen optreden wanneer we hun scores vergelijken met die van de groep van respondenten die geen zorg aan huis ontvangen. In het oog springen met name de positieve scores van deze groep op het domein van *Sociale en gezondheidsvoorzieningen* en *Buitenruimte en gebouwen*, en de beduidend lagere score op het domein *Transport*.

Tabel 33: Zorg aan huis

Domein AFCCQ	Krijgt u zorg aan huis: Ja (N=105)	Krijgt u zorg aan huis: Nee (N = 288)
1. Huisvesting	2.2	2.5
2. Sociale participatie	2.4	2.8
3. Respect en sociale inclusie	1.7	1.7
4. Burgerschap en werkgelegenheid	1.2	1.5
5. Communicatie en informatie	1.4	1.4
6. Sociale en gezondheidsvoorzieningen	3.3	2.5
7. Buitenruimte en gebouwen	1.1	0.9
8. Transport	1.0	2.0
9. Financiën	2.0	1.9
AFCCQ Totaal	16.3	17.2

Wat dus opvalt is dat ouderen die zorg ontvangen beduidend positiever zijn over de sociale en gezondheidsvoorzieningen dan de ouderen die geen zorg ontvangen. Tegelijkertijd lijkt transport een onderwerp dat vanuit het perspectief van deze groep verdere aandacht vraagt.

5.4.2 Chronische ziekte of aandoening

Voor ouderen met een chronische ziekte of aandoeningen geldt een vergelijkbaar beeld. Hier zien we, wanneer we de gemiddelde scores vergelijken met die van de groep van respondenten die geen chronische ziekte of aandoening hebben, een lagere score voor met name *Sociale participatie* en *Transport* en een iets hogere waarde voor de *Buitenruimte en gebouwen*. Ook de eigen financiële situatie wordt minder positief beoordeeld.

Tabel 34: Chronische ziekte of aandoening

Domein AFCCQ	Chronische ziekte of aandoening: Ja (N=192)	Chronische ziekte of aandoening: Nee (N = 201)
1. Huisvesting	2.3	2.5
2. Sociale participatie	2.4	3.0
3. Respect en sociale inclusie	1.6	1.8
4. Burgerschap en werkgelegenheid	1.3	1.6
5. Communicatie en informatie	1.3	1.5
6. Sociale en gezondheidsvoorzieningen	2.7	2.7
7. Buitenruimte en gebouwen	1.1	0.9
8. Transport	1.5	1.9
9. Financiën	1.8	2.1
AFCCQ Totaal	15.8	18.1

5.4.3 Gebruik van rollator of rolstoel

Eenzelfde vergelijking voor de gebruikers van een rollator of rolstoel laat op vrijwel alle domeinen een lagere score zien, waarbij met name de beduidend lagere scores voor *Sociale participatie* en *Transport* in het oog springen. Op deze terreinen lijkt de stad dus minder seniorvriendelijk voor wie gebruik maakt van een rollator of rolstoel. Ook hier wordt de eigen financiële situatie als minder positief beoordeeld.

Daarnaast valt, ook hier, de positieve waardering op voor de *Sociale en gezondheidsvoorzieningen* en in iets mindere mate voor de *Buitenruimte en gebouwen*.

Tabel 35: Gebruik van rolstoel of rollator

Domein AFCCQ	Maakt u gebruik van een rollator of rolstoel: Ja (N = 61)	Maakt u gebruik van een rollator of rolstoel: Nee (N = 332)
1. Huisvesting	2.2	2.4
2. Sociale participatie	1.9	2.8
3. Respect en sociale inclusie	1.4	1.8
4. Burgerschap en werkgelegenheid	1.2	1.5
5. Communicatie en informatie	1.2	1.4
6. Sociale en gezondheidsvoorzieningen	3.2	2.6
7. Buitenruimte en gebouwen	1.3	0.9
8. Transport	0.3	1.9
9. Financiën	1.6	2.0
AFCCQ Totaal	14.3	17.5

5.4.4 Financiële situatie

De grootste verschillen treden echter op wanneer we een onderscheid maken tussen de groep die negatief scoort op de vragen over hun financiële situatie en de groep die hier positief op scoort. De vergelijking laat zien dat de eerste groep, met uitzondering van huisvesting, op alle domeinen beduidend lager scoort dan de tweede groep. De financiële situatie is dus in sterke mate van invloed op de wijze waarop deze groep de seniorvriendelijkheid van hun stad en wijk ervaart.

Tabel 36: Financiële situatie

Domein AFCCQ	Financiële situatie < 0.0 (N = 56)	Financiële situatie > 1.0 (N = 337)
1. Huisvesting	2.2	2.4
2. Sociale participatie	1.2	2.9
3. Respect en sociale inclusie	0.9	1.8
4. Burgerschap en werkgelegenheid	0.8	1.5
5. Communicatie en informatie	0.9	1.5
6. Sociale en gezondheidsvoorzieningen	0.9	3.0
7. Buitenruimte en gebouwen	0.6	1.0
8. Transport	1.2	1.8
9. Financiën	-0.4	2.3
AFCCQ Totaal	8.2	18.4



6

SAMENVATTING RAPPORTAGE STADSATELIERS

Voor de Monitor Seniorvriendelijk Den Haag zijn de uitspraken van ouderen naar de vijf onderscheiden levensdomeinen (Petzhold, Huis van Identiteit, zie paragraaf 3.2) geplaatst in de negen domeinen van Age-Friendly Cities and Communities die ook in de gevalideerde vragenlijst (AFCCQ) worden gebruikt. De Samenkracht levensdomeinen zijn geformuleerd vanuit het perspectief van de bewoner, de oudere. De domeinen van Seniorvriendelijke stad zijn meer gedefinieerd vanuit voorzieningen, die al dan niet goed beoordeeld kunnen worden. In de Stadsateliers Seniorvriendelijk Den Haag praten ouderen vanuit hun eigen perspectief en hebben het meer over zichzelf en hun eigen rol, dan over de voorzieningen.

Sleutelwoorden 'wat is belangrijk bij ouder worden':

- Blijven leren, bij blijven
- Zelf initiatief nemen
- Ieder in zijn waarde laten, niet over ons beslissen
- Respect, vertrouwen
- Gelijkgestemdheid of een gezamenlijk doel
- Sociale cohesie
- Saamhorigheid
- Aandacht
- Veiligheid
- Onderling respect
- Je thuis voelen
- Iets kunnen doen, vrijwilligerswerk

Hoewel er verbeteringen mogelijk zijn in bepaalde levensgebieden, wijzen de ouderen die deelnamen aan de stadsateliers daarvoor lang niet altijd naar de overheid of instanties. Veel verbeteringen zoeken zij in hun eigen leef sfeer, samen met anderen. Ouderen passen zich aan en leven met de gegeven situatie. Zij voelen zich wel steeds meer in een bepaalde hoek gezet, tegenover andere generaties. Ouderen worden naar hun gevoel onterecht over één kam geschoren, zoals: zijn kwetsbaar, houden grote huizen bezet, eten de pensioenpot leeg, hebben zorg nodig. Dit is in grote tegenstelling met hoe ouderen zichzelf (willen) zien. Zij willen niet dat er over en voor hen gepraat wordt.

Genoemde mogelijke verbeteringen in de onderscheiden domeinen:

Huisvesting

- Help ouderen met verhuizen door een wooncoach in te schakelen die helpt van inventarisatie woonwensen, zoektocht naar een huis en financiering tot en met het op- en uitruimen van het oude huis.
- Meer levensloopbestendige woningen, appartementen met lift en balkon.
- Organiseer het stadsgesprek over al dan niet gemengd wonen jong-oud; ouderen zien voor- en nadelen.
- Meer hofjes voor starters en ouderen.
- Betaalbare appartementen bouwen in de wijk.
- Stimuleren van onderlinge zorg van ouderen en jongeren in buurten.
- In de groepswonen projecten zouden ook jongeren moeten kunnen wonen.
- Nieuwe woonvormen stimuleren, waarbij ontmoeting en onderling contact basisuitgangspunt is.

Sociale participatie

- Ondersteun mensen in het elkaar stimuleren om mee te blijven doen.
- Ondersteun initiatieven van buurtapps waarmee men elkaar op de hoogte kan houden.
- Bezuinig niet op de subsidies van amateur-cultuurclubs.
- Wat je wilt doen, staat of valt met je fysieke conditie. Stimuleer ouderen om samen aan hun conditie te werken.

Respect en sociale inclusie

- De generatiekloof lijkt toe te nemen. Faciliteer bewoners om met elkaar in gesprek te gaan over hun overeenkomsten en verschillen. Juist ook jong en oud.
- Koppel via de school een oudere aan een kind plus ouder. Aan de hand van thema's (bijvoorbeeld buiten spelen) is er dan een uitwisseling van verhalen en waarden en normen 'hoe hoort het toen en nu, hoe doen we het, hoe zijn we het gewend'.
- Generaties leven nu veelal gescheiden, hebben zo hun eigen dingen. De kijk op ouderen vanuit jongeren is negatief. Ouderen zijn vaak optimistischer over het leven dan jongeren. Faciliteer dat generaties met elkaar in gesprek blijven, elkaar zien en in hun waarde laten.

Burgerschap en werkgelegenheid

- Laat ouderen zelf ook zien dat zij goed en waardevol bezig zijn, zorg dat zij dit niet bagatelliseren.
- Kijk wat er onder de huidige corona maatregelen mogelijk is om nog wel te doen.
- De welzijnsmatch voor vrijwilligerswerk laten appelleren aan je talenten, verwachtingen en intelligentie, in plaats van uit te gaan van wat er moet gebeuren (de taak).

Communicatie en informatie

- Ontwikkel (ook) een papieren stadsgids, een ouderenwijzer met eenvoudige taal.
- Zorg dat er voldoende ouderenconsulenten zijn bij huisartsen.
- Faciliteer digitalisering bij ouderen en dat ouderen samen het omgaan met internet etc. leren (leren, blijven, ondersteuning in eigen kring).

Sociale en gezondheidsvoorzieningen

- Ondersteun lokale initiatieven en plekken waar mensen samen kunnen komen, ook nu in coronatijd. Juist ook op onopvallende plekken, bijv. in winkels.
- Een periodieke check-up bij de huisarts zou een deel op prijs stellen, ook om hen voor te bereiden op mogelijk komende kwalen.

Buitenruimten en gebouwen

- Zorg dat de wijkagenten ook meer met ouderen in gesprek gaan.

Transport

- Zorg dat de regiotaxi's en AV070 ook uitgerust zijn om mensen met rollators mee te nemen, dat is soms niet mogelijk vanwege de brandstoftanks in de kofferbak.
- Zorg dat mensen hun hond mee kunnen nemen. En hond is belangrijk, brengt veel positieve contacten.

Financiën

- Richt financiën spreekuren in voor ouderen.

6.1 Wat vinden ouderen belangrijk?

6.1.1 Het verhaal uit Escamp/Loosduinen (Schroeder Kerketuinen)

In Escamp/Loosduinen vinden de ouderen in de stadsateliers met name sociale contacten belangrijk. Om (eigen) eenzaamheid tegen te gaan, maar vooral ook om iets bij te kunnen dragen. Zo doet iemand onderzoek naar connecties tussen mensen, vanuit de eigen Indonesische roots. Ook kleine dingen en activiteiten kunnen een gevoel van een waardig leven geven. Het is op een bepaald moment wel lastig om waardig te blijven leven, nu men pas laat naar een verpleeghuis gaat en mantelzorg bijna niet meer mogelijk is, bijvoorbeeld door een partner die dat meer aankan. Waardig leven in de wijk betekent vooral ook elkaar in zijn waarde laten, ook al gedraagt men zich wat afwijkend of ziet men er wat anders uit dan anderen. Ook 'Paradijsvogels' zijn interessant.

Waarden: "Compassie, Voorzieningen, Sociale contacten, Prettig Wonen, Fijn thuis zijn"

"We willen ergens voor gaan, bijvoorbeeld in de wijkvereniging of de cliëntenraad van een zorgcentrum. Of door argumenten te blijven aandragen, waarom ontmoeting zo belangrijk is."

"Het gevoel iets bij te kunnen dragen. Als je thuis zit vereenzaam je. Iets kunnen doen, contact met anderen hebben, dat is belangrijk voor mij."

"Waardig leven is fundamenteel. Ieder vanuit zijn of haar eigen roots en hoe je in het leven staat. Ik ontdek het met mijn demente moeder. Ik doe onderzoek naar connecties tussen mensen, vanuit mijn Indonesische roots."

"Ik heb mijn creativiteit ontdekt hier. We maken samen mooie dingen met spulletjes uit de kringloopwinkel. Het is heel leuk en verrassend, bijvoorbeeld een tas van langspeelplaten, enveloppen van bladen uit boeken. Het geeft voldoening en zelfvertrouwen."

"Waardigheid en menselijk contact. Mensen, dus ook (demente) ouderen in hun waarde laten, ook al leven ze in een andere wereld en vanuit wat ze vroeger gewend waren (mijn Indische moeder gaf een appel als beloning aan de thuishulp als was het een bediende)."

"Ouderen gaan nu pas laat naar het verpleeghuis en mantelzorg is er vaak nauwelijks. Hoe moet je je waardigheid behouden?"

6.1.2 Het verhaal uit Escamp (Bibliotheek)

Bewoners van Escamp stadsatelier vinden het bij ouder worden vooral belangrijk om actief te blijven. Dat doen zij bijvoorbeeld door in de volkstuin te werken, in een koor te zingen, in de kerk actief te zijn of ander vrijwilligerswerk te doen bij diverse goede doelen en stichtingen. Dit geeft bewoners een gevoel van waardevol zijn en meedoen.

Wat is belangrijk bij ouder worden? Welk symbool hoort daar voor jou bij?

"Ik kies een Zonnewijzer. Ik heb een volkstuin en op het tuincomplex staat een zonnewijzer. Ik ben dagelijks in de tuin en geniet ervan. Ik verbouw er zelf ook eten, dat geeft veel voldoening. Ik zit ook in het 'Grijze Koppen Orkest'. Zingen is gezond en het is ook gezellig. Verder ben ik actief in de kerk."

"Ik kies een Spiraal. Een spiraal kan een neergaande beweging maken, maar ook een opgaande. Ik kies voor dat laatste. Ik doe mee, bijvoorbeeld met mijn inzet voor 'Delen achter de duinen', armoedebestrijding. Ook ben ik actief in de stichting Escamp voor vrouwen, die zich inzet voor het versterken van de sociale en economische positie van vrouwen. Als een spiraal draag ik bij aan belangenbehartiging, 'van binnen naar buiten'."

"Ik kies voor de Vis, omdat ik van Scheveningen kom. Ik ben verpleegkundige en ben actief bezig met kinderen, kleinkinderen, mensen bezoeken, busje rijden. Zolang je bezig bent is het goed. Daar knap je van op."

“Een goed, veilig huis is belangrijk. Ik ben graag actief, vrijwilligerswerk bij Humanitas en Buddynetwerk.”

“Ik heb de zee gemist, toen we niet weg konden vanwege corona. Ik heb altijd graag gewerkt, onder meer in de ouderenzorg. En nu in vrijwilligerswerk en kerkenwerk. Ik ben ambassadeur bij iZi Ervaarwoning. Daar geven we informatie en rondleidingen aan ouderen en andere geïnteresseerden over technologie bij zelfstandig wonen. Het is leuk, leerzaam, zinvol.”

6.1.3 Het verhaal uit Haagse Hout (Bibliotheek)

Ook ouderen uit Haagse Hout vinden dat je zelf iets moet ondernemen om mee te blijven doen. Ze zijn betrokken, tonen belangstelling en hebben behoefte aan contact. Ze vinden dat er niet voor anderen gedacht moet worden, maar dat het vanuit de mensen zelf moet komen, anders is het geen oplossing voor de lange termijn. Ze zijn heel openhartig over ernstige ziekte en tegenslag en de wijze waarop de daarmee omgaan. Een positieve instelling helpt.

“Betrokkenheid, ergens bij horen.”

“Je laten zien, belangstelling tonen.”

“Mogelijkheden bieden, zelf laten ontdekken.”

“Persoonlijke ontwikkeling.”

“Emotie, behoefte aan contact.”

“Als je zelf niks doet, gebeurt er niks.”

Zingen in het Mariakoor, lopen met de Roadrunners, taalles geven, mooie voorbeelden van dingen die je samendoet. In de tuin bezig zijn kan ook alleen heel goed.

“Het moet vanuit de mensen komen, niet voor een ander denken.”

“Ik heb zelfstudie gedaan naar mijn ziekte en ben er zelf bovenop gekomen. Ik kon bijna niet meer lopen, nu loop in hard in een groep. Mensen zullen mijn verhaal niet geloven.”

6.1.4 Het verhaal uit Laakkwartier (Bibliotheek)

In Laakkwartier voelen ouderen zich van betekenis. Ze bieden bijvoorbeeld mantelzorg en hoewel dat soms moeilijk is, haalt men er ook veel voldoening uit. Wel zijn bewoners hier kritischer, lang niet iedereen is positief ingesteld. Zo vinden sommige bewoners het lastig als er dingen veranderen, of om zich ertoe te zetten om iets nieuws te leren met de computer. Het is belangrijk om niet alleen commentaar te hebben, maar dit om te buigen naar hoe dit hen kan helpen.

“Zorg verlenen. Ik zorg voor mijn vader van 103. Je moet dat zelf wel willen. Onze relatie is goed en ik krijg er ook wat voor terug. Ik wil het daarom graag doen, het is tweerichtingsverkeer. We zijn met z'n vieren, ieder doet wat. Dat is belangrijk.”

“We proberen in Laak een logeershuis te krijgen, om mantelzorgers soms even te ontlasten (respijtorg). Het is een burgerinitiatief, we zijn in gesprek met de gemeente, STEK, de Haagse Hogeschool en de Rotary. Het is heel moeilijk, we moeten vol blijven houden.”

“Eerst kwam ik veel in De Stiel, maar nu hoeft dat voor mij niet meer. Ik heb er geen zin meer in. Mensen maken zich druk, hebben veel stress, bijvoorbeeld over werken met de computer. Het kost ontzettend veel motiveren en praten, voordat mensen rustig worden en willen gaan leren.”

“Er speelt altijd veel in verenigingen en clubs, veel commentaar onderling, mensen kunnen weinig van elkaar hebben. Mensen in hun waarde laten is belangrijk.”

“Als je ouder bent heb je niet vanzelf structuur in de dag. Je hebt relatief weinig afleiding. Het is belangrijk om vanuit jezelf te denken, wat kan ik doen. Wie kan op mij een beroep doen?”

6.1.5 Het verhaal uit Leidschenveen (Bibliotheek)

Bewoners uit Leidschenveen laten zich niet ‘oud praten’. Ze proberen veranderingen als mogelijkheden te blijven zien en doelen te blijven stellen. Ze vinden toegankelijkheid van de wijk belangrijk, evenals hun woongenot.

“Veranderingen zien als mogelijkheden, leren is waardevol.”

“Je niet oud laten praten, actief blijven, nieuwe wegen zoeken.”

“Ergens voor gaan, jezelf een doel stellen, bijvoorbeeld je liefde voor boeken, samen zijn en samen praten.”

Waarden: Bereikbaarheid, Netheid, Toegankelijkheid, Wijk voor alle leeftijden, Cultuur, Woongenot.

6.1.6 Het verhaal uit Loosduinen (Bibliotheek)

Bewoners uit Loosduinen realiseren zich dat ze op moeten passen om niet ‘weg te zakken’. Ze vinden ook dat ze zelf de verantwoordelijkheid hebben om dat te voorkomen. Tegelijkertijd kan dat soms lastig zijn met achteruitgaande functies. Toch zijn ze actief, bijvoorbeeld in het zwembad en bij de toneelvereniging. Maar eenzaamheid ligt op de loer. Wonen in Loosduinen is prima.

“Bij blijven. Ik heb een interessant leven gehad, als je niet uitkijkt zak je weg.”

“We doen van alles: zwemles geven, water fitness in clubverband, toneelvereniging, daar is wel héél veel op bezuinigd, gastheer in de Grote Kerk, ik heb zelf een spoorlijn als hobby.”

“Waardig leven en achteruitgang functies, dat gaat vaak moeilijk samen. Achteruitgang in functies is onvermijdelijk, bijvoorbeeld je gehoor. Maar ook het updaten van je computer, wie helpt me daarbij?”

“Ik heb veel gereisd, nu loop ik veel met mijn hondje in de buurt. Dat is ook goed.”

“Interesse, belangstelling hebben is belangrijk. Ik praat graag, ben wel bang voor eenzaamheid, die ligt op de loer.”

6.1.7 Het verhaal uit Scheveningen (Bibliotheek)

De Scheveningers zijn trots op hun omgeving en misschien daardoor ook wel heel actief daarbinnen. Ze vinden het belangrijk om waardig te blijven leven en doelen te stellen. Scheveningers vinden dat je assertief moet zijn en zelf de verantwoordelijkheid moet nemen om mee te blijven doen. Zorgen zijn er om financiën (pensioenen) en de woonomgeving (drukke).

“Het is belangrijk om ergens voor te gaan! Zo was ik heel actief betrokken bij het badhuisproject, samen met Groene Kruis thuiszorg en met KSA (Kerkelijk Sociale Arbeid). Het was heel zinvol én gezellig.”

“Ik vind ‘waardig leven’ belangrijk. We hebben in Scheveningen meerdere woonzorg voorzieningen, zoals Thuishaven/Nieuwe Haven en De Windes. Wij wonen in de voormalige directiewoning van De Thuishaven. Het is fijn wonen, midden in Scheveningen.”

"Ik woon in De Winde, na een jaar zoeken."

"Blijven doen wat je deed en je niet oud laten praten, is voor mij belangrijk. Ik ga graag kamperen. Het word je aangepraat dat je op latere leeftijd dingen niet mee zou kunnen of moeten doen."

"Soms heb ik nergens puf in, dan is het fijn als er een stimulans is van anderen."

"Je moet nogal assertief zijn, om niet afhankelijk te worden van anderen. Je bent zelf verantwoordelijk. Dit geldt ook voor de relatie met mijn kinderen. Jij leert ze spreken, zij leren jou zwijgen."

"In de corona tijd heb ik genoten van de rust in Scheveningen."

"Ik vind het belangrijk om 'bij te blijven', me te blijven ontwikkelen. Ik ben Neerlandica en vind het heerlijk om bij te blijven met nieuwe woorden en media, bijvoorbeeld de podcast. Ik zit in de redactie van het Remonstrants blad en help mensen met de taaltoets. We hebben prachtige boeken die meer gelezen zouden moeten worden, zoals 'Van Oude Mensen de Dingen die Voorbij gaan'. Het verrijkt je leven."

"Ik vind 'zorg verlenen' belangrijk bij ouder worden. Zorg is belangrijk en is ook voortreffelijk in Den Haag."

"Voor mij is 'mogelijkheden bieden' belangrijk bij ouderen worden. Leren zoeken wat bij jou past en actief blijven. Denken vanuit mogelijkheden."

"De discussie over pensioenen geven mij zorgen. Ik weet nu niet meer waar ik aan toe ben, of ik mijn situatie financieel gezien goed genoeg heb geregeld."

"Een schone straat, buurt, wijk, vind ik belangrijk, zodat je trots kunt zijn op waar je woont."

6.1.8 Het verhaal uit Segbroek/Centrum (Schroeder Loosduinsekade)

Bewoners uit Segbroek/Centrum zien met name verbeterpunten in bereikbaarheid en contacten in hun omgeving. Zo is het belangrijk dat winkels met een rolstoel toegankelijk zijn en dat deze bereikbaar zijn met openbaar vervoer. Dat is niet altijd het geval. Daarnaast hebben ze behoefte aan contacten, bijvoorbeeld in buurthuizen of door samen in een hofje te wonen. Het is belangrijk dat men elkaar uit de eenzaamheid houdt.

"Bewegen is fijn, gezellig, gezond: gym, volksdansen."

"Met een rolstoel ergens naar binnen kunnen. Dat kan nu niet. In winkels zijn de paden vaak te smal."

"Bereikbaarheid winkels met openbaar vervoer is vaak een probleem."

"Contacten kunnen onderhouden is belangrijk, maar buurthuizen zijn vaak dicht. Hier is open huis, je voelt je welkom. Samen delen, maken wat ervan te maken is."

"Niet eenzaam zijn is een kunst. Ik wil hulp bieden maar voel me vaak niet begrepen."

"Samen in een hofje wonen, dat lijkt me wel wat."

"Toegang tot informatie is belangrijk, weten wat er is, bijvoorbeeld in de bibliotheek."

6.1.9 Het verhaal uit Transvaal (Bibliotheek)

Bewoners uit Transvaal halen voldoening uit contact met anderen. Ze vinden dan ook dat men daar zelf achteraan moet en niet moet wachten totdat iemand contact met jou opneemt. Dat is een belangrijke factor om eenzaamheid te voorkomen. Ook sporten, computeren en omgang met (klein)kinderen geeft een gevoel van voldoening.

“Ontwikkelen, je hoeft dan niet aan een ander te hangen. Je hebt dan vrijheid, ook van de kinderen. Dat is fijn voor allebei. Balans met je (klein)kinderen.”

“Bezig zijn op de computer en ook sporten, je conditie van lichaam en geest op peil houden.”

“Verbondenheid met anderen, hoe ouder ik word, hoe socialer ik word.”

“Haal je geluk uit contacten met mensen.”

“Omgaan met anderen, daar krijg ik energie van.”

“Vroeger heb ik in een verpleeghuis gewerkt, ik heb daar veel eenzaamheid gezien.”

“Je moet vroeg leren contacten te maken, dat helpt om niet eenzaam te worden.”

“Niet wachten tot mensen jou bellen, je moet het zélf doen! En dat al vroeg leren. Als je het niet gewend bent, zie je de goede weg niet meer.”

“Geen tijd om anderen te bellen? Draai het om, als je anderen belt, word je zelf blijer.”

6.1.10 Het verhaal uit Wateringse Veld (Bibliotheek)

Bewoners van Wateringse Veld vinden bijblijven belangrijk. Niet alleen over wat er in de wereld gebeurt, maar juist ook wat er in de wijk gebeurt en te doen is. Op die manier kun je zelf ook beter participeren. Door corona is het soms lastig om te blijven doen wat men deed, maar het heeft bijvoorbeeld ook een skype groep opgeleverd, waardoor men gemakkelijker verbonden blijft. Men vindt het belangrijk om ergens bij te horen, vooral om eenzaamheid te voorkomen. Vervoer is hier wel een zorg, het bereiken van voorzieningen. Ook informatie vinden als je het nodig hebt is een punt van zorg,

“Blijven doen wat je deed. Nu met corona is dat niet zo gemakkelijk. Ik probeer in beweging te blijven, ook met mijn hoofd, anders word je sneller oud.”

“Ik ben vrijwilliger bij iZi Ervaarwoning. Dat is een woning waar mensen kunnen komen kijken wat er is aan technologische hulpmiddelen om fijn zelfstandig te blijven. We leiden mensen rond en geven voorlichting. Ook geef ik mensen les om te werken met hun mobiel en tablet. Ik vind het leuk, het is leerzaam en gezellig, het geeft voldoening.”

“Ik vind ‘bij blijven’ belangrijk, je niet afsluiten voor je omgeving. Ik volg via radio en tv het nieuws in de wereld, meer nog als het nieuws in mijn directe omgeving. Dat moet ik eigenlijk ook doen, is wel belangrijk, dan weet je wat er te doen is.”

“Bij blijven over nieuws in je wijk is lastiger omdat de Posthoorn er niet meer is en heel veel informatie nu digitaal verspreid wordt. Daar denk je niet aan om te op te zoeken. Het plaatselijk nieuws komt onvoldoende door.”

"We hebben een skype groep, dat hebben we geleerd in de coronatijd. We hebben ook een buurtapp. Je moet opletten dat die niet 'vervuilt' met allerlei onzin berichtjes, want als er dan echt iets is, lezen mensen het niet meer."

"Ik vind het gevoel belangrijk iets bij te kunnen dragen."

"Ik ben fotograaf, dat is individueel werk. Omdat ik ook ergens bij wilde horen, heb ik werk gezocht waarbij ik veel contacten heb."

"Ergens bij horen is belangrijk, en je verhaal kwijt kunnen. Eenzaamheid ligt op de loer."

"Fietsen waar het kan! Goede veilige fietspaden is heel belangrijk!"

6.2 Welke verbeteringen zijn mogelijk?

6.2.1 Huisvesting

Huisvesting is een lastig onderwerp. Er leeft een beeld dat veel ouderen nog in te grote huizen wonen, terwijl ze plaats 'moeten maken' voor jongere generaties. Zo simpel ligt het vaak niet. Voor ouderen is het vaak moeilijk om te verhuizen, omdat hun woonlasten vaak hoger worden, omdat ze hun vertrouwde omgeving moeten verlaten of omdat het gewoon veel gedoe is.

Een deel van de ouderen zien voordelen in gemengd met andere leeftijdsgroepen wonen, anderen willen juist liever in de buurt van andere ouderen wonen. Wel lijken beide groepen het erover eens dat er een bepaalde mate van rust moet zijn, gezinnen met jonge kinderen zijn daarom niet ideaal.

Daarnaast is er behoefte aan meer levensloopbestendige woningen voor lagere budgetten.

In Duinoord bijv. wonen veel ouderen in grote huizen. Ze willen niet weg, omdat ze in de buurt hun sociale contacten hebben. Ook lukt het vaak niet om een andere woning te vinden, omdat die zoveel duurder zijn.

"Mijn huis is mijn thuis, waar ik woon, je moet veel moed hebben om te verhuizen."

"Er zijn nauwelijks appartementen in het centrum van de wijk Leidschenveen. Dat is jammer, dan moet je ergens anders heen en raak je je sociale contacten kwijt."

"Bouw levensloopbestendig voor gemengde generaties."

"Ouderen moeten maar hun huis uit om plaats te maken voor gezinnen, hoor je vaak. Ik vind dat moeilijk. Ouderen wonen vaak al heel lang waar ze wonen. Als ze verhuizen worden hun woonkosten vaak veel hoger. Hoe los je dat op?"

"Het opruimen van het huis is ook een enorme klus, waar ik heel erg tegenop heb gezien. Uiteindelijk heb ik het met mijn zus gedaan. Ook de administratie rondom de verhuizing is heel veel en spannend."

6.2.2 Sociale Participatie

Men is zeer bereid om sociaal te participeren en ook om anderen daarbij te helpen. Ze doen dat door middel van bijvoorbeeld muziek, in het park, vrijwilligerswerk of in de kerk. Ook buurtapps kunnen helpen bij sociale participatie.

“Het onderlinge contact in de buurt is weinig. Soms raakt je bevriend als je ergens toevallig hebt aangebeld omdat je iets moet afgeven. Dat is dan wel heel leuk.”

“Zelfvertrouwen kun je stimuleren door mensen mee te nemen, te laten zien ‘oh het is niet eng’, of door op een neutrale plek af te spreken voor een wandeling.”

“Muziek (koempoelan, accordeon spelen), de dag van de muzikant en stadsdichter, daar knap ik van op. Naar het park, dieren om me heen, familie bij elkaar, samen kaarten, kunstboeken: samen creatief zijn met kunst, daar word ik blij van. Creativiteit oproepen bij jezelf en elkaar is leuk.”

“Sommige mensen hebben geen contacten, dat is vooral in coronatijd wel heel erg.”

“Samen met anderen iets doen, bijvoorbeeld samen fietsen (clubverband) of lopen, bewegen, Nederland in Beweging meedoen.”

6.2.3 Respect en Sociale Inclusie

Bewoners zien de wijk veranderen qua bewoners. Hoewel men dat graag zou accepteren en ook wel nieuwsgierig is naar de nieuwe generaties en andere culturen, is de drempel daarvoor toch hoog. Dat ligt volgens de bewoners vooral aan dat “onbekend onbemind maakt”. Wel erkennen zij dat er best verschillen mogen zijn en dat mensen elkaar moeten respecteren. Toch ziet men dat lang niet overal gebeuren, er zijn ook dingen die echt achteruit zijn gegaan. Men maakt zich zorgen om het klimaat, vreedzaam samenleven en mensen die zich niet aan de (verkeers) regels houden. Ook worden kinderen nu vrijer opgevoed, waardoor men soms een bepaalde mate van respect mist en “hoe het hoort”. Ouderen zouden graag meer de verbinding opzoeken met jonge gezinnen, enerzijds om hen wat meer traditionele waarden bij te brengen (niet te), anderzijds om zelf ook te leren en nieuwe contacten te leggen. Digitalisering kan daarbij een belangrijke rol spelen.

“Je inzetten voor en met anderen is heel fijn, het geeft een goed gevoel van eigenwaarde.”

“We moeten mensen niet over één kam scheren. Laat ieder in zijn/haar waarde.”

“Levensbeschouwingen veranderen in de tijd, regels en gewoonten veranderen, daar ga je langzaam in mee.”

“Het is erg dat er wordt neergekeken op migranten, zo van ‘de wijk gaat achteruit’. Weinig acceptatie van anders zijn, komt voort uit een gevoel van onveiligheid. Wat je niet kent, daar ben je bang voor. Staar je niet blind op verschillen. Omgekeerd geldt dat ook.”

“Verhalen vertellen, jong en oud, over en weer, dat geeft inspiratie. Initiatief ‘Het Haags Verhaal’ is ook een goed voorbeeld, verhalen delen met mensen uit andere wijken, van andere ‘eilanden’ in de stad.”

“Kerkelijke gemeenschappen hebben een goede rol, er is liefde, je kunt geloofspunten samen delen. Helaas is acceptatie van andere geloofsgemeenschappen er niet altijd.”

"Ik vind het fijn om met jongeren om te gaan, dat is leuk, je voelt je jonger. Als je alleen je eigen leeftijd opzoekt ben je te beperkt bezig. Je moet gewoon niet zo op alles letten!"

"Digitalisering is een hoofdthema voor nu, zeker voor ouderen. Als je mee wil blijven doen, moet je blijven leren, anders val je erbuiten straks."

6.2.4 Burgerschap en Werkgelegenheid

Bewoners vinden het belangrijk dat zij zich nuttig voelen en nemen daarvoor graag zelf initiatief, mits de gezondheid het toelaat uiteraard. Anderzijds vinden ze ook dat je niet meer te veel moet willen, het moet wel leuk blijven. Men wordt blij van de kleine dingen, zoals het plukken van bloemen, een ochtendwandeling of kleding kijken in de stad. Corona is daarin zeer beperkend en daar wordt men wel somber en verdrietig van. Het hebben of maken van sociale netwerken om je heen is heel belangrijk bij ouder worden. Als je de mensen in je buurt niet meer kent, is dat moeilijk.

"Je moet niet denken 'het is niks' terwijl je geweldige dingen doet."

"Je moet zelf initiatief nemen. Als je verwacht dat de ander naar jou toe komt, kan het lang duren. Het is fijn als we omzien naar elkaar, dat is ook stimulerend voor de ander."

"Ik vind het heerlijk om 's morgens bloemen te plukken."

"Zoeken naar het domein dat je leuk vindt, dan komt het werk later wel. Appelleren aan je intelligentie."

"Wat je wilt doen, staat of valt met je fysieke conditie."

6.2.5 Communicatie en Informatie

Er zijn vaak veel voorzieningen, maar men weet deze niet altijd even goed te vinden. De wijkverpleegkundige is een belangrijke schakel, maar niet voor alles. Voor thema's als arbeid en pensioen bijvoorbeeld, weet men niet goed waar men terecht kan. Bovendien gaan de digitale ontwikkelingen snel, die zijn niet goed bij te houden door de oudere generaties, waardoor zij achter raken. Daarnaast bevat de informatie die wel voorhanden is vaak moeilijke woorden, waardoor het lastig te begrijpen is.

"Via wijkverpleging en persoonlijk contact kun je de mogelijkheden bij de mensen krijgen. Eerst de relatie, dan de informatie."

"Er is binnen groepen veel sociale druk, bijv. rokende jonge mannen, maar ook overgewicht bij ouderen. Daar zou je iets aan moeten kunnen doen."

"Er is veel onwetendheid over voorzieningen op gebied van arbeid, ontslag, pensioen, scheiding. Mensen weten de weg niet."

"Er is wel veel: wijkkrantje (als die er nog is), de bieb, op je telefoon kun je zoeken, maar soms begrijp je de informatie niet, is het moeilijk geschreven."

6.2.6 Sociale- en Gezondheidsvoorzieningen

Hoewel men zich vaak redelijk gezond voelt, weten veel ouderen dat zij niet heel gezond zijn. Ze noemen dat ze bovengemiddeld te zwaar zijn, te veel alcohol drinken of een lichamelijke aandoening zoals diabetes hebben. Sommige ouderen zien dit als een probleem en gaan op zoek naar hoe zij gezonder kunnen leven, bijv. via hun fysiotherapeut of huisarts. Anderen vinden dit niet zo'n probleem en genieten nog zolang het leven duurt. Zeker wanneer mensen ineens een medische aandoening krijgen, zoals een gebroken heup, artrose of een hartinfarct. Zij moeten dan ineens hun leven gaan aanpassen, waar ze vaak niet goed op voorbereid zijn. Daar zou een rol kunnen liggen voor voorlichting of een periodieke check-up van de huisarts.

Klagen over de afnemende gezondheid doet men bij voorkeur niet, liever praten zij in brede zin over hoe het leven gaat. Bewoners zijn positief, binnen de kaders die zij zien, zoals het toenemen van gebreken.

Er is behoefte aan zogenaemde "snuffelplekken"; plaatsen waar men gewoon even kan zijn en waar niks hoeft of gebeurt. Voor dit soort plekken waar mensen samen kunnen komen, zouden ouderen graag zien dat de gemeente meer helpt om deze in stand te houden.

Verbeteringen:

Buurthuizen zoveel mogelijk open houden, ook in coronatijd.

Onderlinge huisbezoeken organiseren en bekend maken, zoals ANBO en Humanitas doen.

Meer vrijwilligers om samen ergens naar toe te gaan, samen over de hoge drempel stappen.

In de huisartsopleiding zou mee aandacht moeten zijn voor de sociale gevolgen van een ziekte of aandoening.

Het is nu een woud, waar je maar je weg in moet vinden.

"Thuis afgehaald zou ook een Thuis Bezorgd variant moeten hebben, voor mensen die moeilijk van huis weg kunnen. Je kunt veel mogelijkheden in een wijk met elkaar verbinden als je oplet en wet wat er allemaal is. Een buurtapp kan helpen, maar persoonlijk is beter."

We moeten veel van die 'snuffelplekken' hebben, in de wijken. Waar mensen gewoon even kunnen zijn, zonder activiteiten of iets."

"Als mensen vragen 'hoe gaat het' zeg ik al gauw 'goed', maar ik heb eigenlijk altijd pijn. Dat went niet. Soms moet ik even stilstaan van de pijn en dan weer door. Het belemmert me, maar ik wil niet stil blijven staan. Mijn natuurgenezers, gymnastiek en zelfvertrouwen houden me op de been!"

"Veel ouderen hebben diabetes en overgewicht en ondernemen zelf weinig actie. Ik snap het wel, ik gun mezelf ook mijn pleziertje."

"Het is je eigen verantwoordelijkheid, maar het is heel moeilijk om verzet te plegen tegen alle verleidingen. Bijvoorbeeld alcohol. Veel ouderen drinken te veel."

"Ik heb mijn heup gebroken, pinnen in mijn been, dat gaf een mentale omslag. Ik ben mijn huis opnieuw gaan waarderen en heb een scootmobiel gehuurd. Ik heb erg moeten zoeken, hoe kom je erop wat je nodig hebt, wat je kunt gebruiken? De huisarts heeft ook niet geïnformeerd of het thuis wel goed met me ging. Van een ouderenconsulent of zo had ik nog nooit gehoord, dat hoor ik hier nu pas."

6.2.7 Buitenruimten en Gebouwen

Hoe men de directe omgeving ervaart is wisselend. Met name in Scheveningen woont men met plezier, maar ergert men zich aan de drukte van toeristen en kinderen die in de zomer tot laat nog buiten herrie en rommel maken.

In de meeste wijken voelt men zich gelukkig, veilig en groet men elkaar op straat. Het is belangrijk om je te bekommeren om elkaar.

Verbeteringen: Toegankelijkheid winkels. Integratie, faciliteren dat mensen elkaar leren kennen, elkaar verhalen vertellen. Groepen niet geïsoleerd zien. Je bekommeren over anderen.

“Ik vind het erg dat kinderen tot negen of tien uur ‘s avonds buiten zijn en lopen te schreeuwen. Als je er wat van zegt worden de ouders boos. Er is geen correctie, ook niet onderling naar elkaar toe. Het zou goed zijn als er lessen komen over ‘rekening houden met elkaar.’”

“We groeten elkaar op straat.”

6.2.8 Transport

Afhankelijk van hoe mobiel men is, zijn de meningen over transport verdeeld. Wanneer men zelf nog auto kan rijden, zijn beperkingen van de regiotaxi niet zo relevant. Wel vindt men als bestuurder dat het parkeerbeleid beter kan en dat het centrum slecht te bereiken is met de auto.

Over het openbaar vervoer ziet men nog een hoop verbeterpunten, met name richting Scheveningen en in Benoordenhout.

Op straat voelt men zich relatief veilig, maar men durft anderen ook niet aan te spreken op gedrag dat niet door de beugel kan. Bijvoorbeeld als anderen geen 1,5 meter aanhouden op straat. Hoewel er vrijwel nooit echt iets gebeurt, roept het soms wel gevoelens van bedreiging op. Daar is naar hun mening echter weinig aan te doen.

“Sommige mensen willen niet in een scootmobiel; uiteindelijk kunnen ze zich eroverheen zetten en zeggen dan ‘dat had ik veel eerder moeten doen.’”

“Ik rij zelf auto. Het parkeerbeleid in Den Haag is niet eerlijk. Je betaalt eigenlijk dubbel. Het Centrum is met de auto slecht te bereiken.”

“Het openbaar vervoer in Scheveningen is schande”, vooral de lijnen 18 en 23. Noord West Den Haag wordt slecht ontsloten. Scootmobiels zijn vaak een gevaar op de weg, vaak door het gedrag van de rijder, soms door het overige verkeer op dezelfde baan.

Het is aan te raden om fietsers op de rijbaan te laten of op meer plaatsen 2-richtingsverkeer fietspaden aan te leggen. Hierdoor wordt het straatbeeld voor oudere voetgangers rustiger.”

“Er gebeurt niet echt iets, wel rare opmerkingen, die bedreigend kunnen voelen. Daar kan de gemeente niks aan doen.”

6.2.9 Financiën

Men maakt zich vaak zorgen over financiën. Zorgpremies worden hoger en pensioenen zijn onzeker. Bovendien is er een taboe om 'de hand op te houden'. Tegelijkertijd loert het gevaar van eenzaamheid, want leven in armoede is nog altijd beschamend. Men kan bijna nergens meer terecht omdat veel banken hun kantoren hebben gesloten en veel digitaal is geworden. Ouderen met verkorte AOW leven in armoede als ze de weg naar de regelingen zoals bijzondere bijstand niet kennen.

Verbeterpunt: banken zouden spreekuren moeten houden in wijkcentra en bibliotheken.

“Er is veel stille armoede, mensen zijn niet op de hoogte van financiële regelingen en mogelijkheden. De informatie moet persoonlijk, van mond tot mond. Dan brengen mensen het onderling verder.”

“Veel ouderen vinden het moeilijk om 'de hand op te houden', ze schamen zich ervoor. Als je weinig geld hebt ligt eenzaamheid op de loer.”

“Ik voel de sociale druk om te verhuizen als je te groot woont. Maar in de eigen wijk is vaak geen geschikte woning te vinden. In Laak worden wel appartementen gebouwd, maar die zijn duur.”

“Waar kun je nog heen met de financiële zaken? Veel banken zijn dicht, pinapparaten weg. Zelfs het stadsdeelkantoor is nog dicht.”

“Ik maak me zorgen over mijn financiële situatie. De zorgpremie en de eigen bijdrage is pittig!”

OUDEREN MET VERKORTE AOW
LEVEN IN ARMOEDE ALS ZE DE
WEG NAAR DE REGELINGEN
ZOALS BIJZONDERE BIJSTAND
NIET KENNEN.



7

SAMENVATTING GEMEENTELIJKE OUDERENMONITOR

De gemeente Den Haag vindt het belangrijk om regelmatig over de meest actuele informatie over Haagse ouderen te beschikken. Ook diverse instellingen en organisaties in de stad tonen hiervoor belangstelling. Om deze reden wordt periodiek een Ouderenmonitor opgesteld.

Deze samenvatting is van de zesde Ouderenmonitor in de reeks. De vraag die in deze monitor centraal staat is: *'Wat is de situatie van Haagse ouderen op dit moment en hoe is deze in vergelijking met voorgaande jaren?'*

De Gemeentelijke Ouderenmonitor 2020 wordt in zijn geheel gepubliceerd via de website van de gemeente Den Haag.

7.1 Demografische kenmerken

De afgelopen vijf jaar is het aantal Haagse 65-plussers gestaag toegenomen. In de komende jaren zal het aantal 65-plussers blijven toenemen. Deze groei is relatief groter dan de groei van de totale Haagse bevolking, waardoor de vergrijzing zal toenemen.

Vooraf het aantal ouderen in de leeftijd van 65-74 jaar is de afgelopen jaren toegenomen en met name de groep 70 tot en met 74-jarigen. Het aantal 75-plussers is ook gegroeid, maar minder hard. De verwachting voor de komende jaren is dat het aantal 75-plussers sneller zal groeien dan het aantal 65-74-jarigen.

Zowel het aantal mannen als het aantal vrouwen van 65 jaar en ouder is de afgelopen jaren toegenomen. Het aantal mannen groeit harder dan het aantal vrouwen. Hierdoor neemt het aandeel mannen binnen de groep ouderen toe. Deze ontwikkeling zal zich de komende jaren verder voortzetten. Het aantal vrouwen zal echter groter blijven dan het aantal mannen.

In 2020 heeft een derde van de Haagse 65-plussers een migratie achtergrond. Het aantal ouderen met een migratie achtergrond steeg de afgelopen sterker dan het aantal ouderen met een Nederlandse achtergrond. De verwachting voor de komende jaren is dat het aandeel 65-plussers met een migratie achtergrond verder zal toenemen tot ruim 36% in 2025.

De grootste groepen migrantenouderen zijn ouderen van Surinaamse afkomst, Indonesische afkomst en ouderen uit de categorie 'overige westerse landen'. De drie grootste herkomstlanden binnen de categorie 'overige westerse landen' zijn Duitsland, Groot-Brittannië en België.

In de afgelopen jaren is de groep migrantenouderen uit de categorie 'overige niet-westerse landen' het meest gestegen. Ongeveer een kwart van de ouderen in deze categorie in 2020 heeft een herkomst uit China of Hongkong. Verder is de samenstelling van deze categorie erg divers, van ouderen met een herkomst uit Zuid-Amerika, Azië en Afrika.

Met de groei van het aantal 65-plussers, groeit ook het aantal huishoudens met aan het hoofd een 65-plusser. De meerderheid (bijna 60%) van deze huishoudens zijn eenpersoonshuishoudens. Ook in de komende jaren zal dit de grootste groep blijven.

Door de jaren heen zien we weinig veranderingen in de spreiding van Haagse ouderen over de stad. In Laak en Leidschenveen-Ypenburg wonen de minste ouderen. Deze stadsdelen zijn ook het minst vergrijsd; 9% van alle inwoners is 65 jaar of ouder. In Leidschenveen-Ypenburg is de vergrijzing in de afgelopen jaren wel toegenomen. In Escamp wonen de meeste ouderen, gevolgd door Loosduinen. Loosduinen is, samen met Haagse Hout, het meest vergrijsd. In deze stadsdelen zijn de ouderen relatief gezien ook het oudst.

7.2 Gezondheid

Haagse ouderen van 65 jaar en ouder, die zelfstandig wonen, zijn in het algemeen redelijk tevreden over hun eigen gezondheid en geven deze het rapportcijfer 6,9. Over bepaalde aspecten van hun gezondheid zijn zij minder tevreden.

Qua lichamelijke gezondheid zien we dat 65-plussers vaker te maken hebben met een (lichamelijke) beperking en/of chronische aandoening dan gemiddeld onder alle inwoners van Den Haag.

Voor wat betreft sociale gezondheid zien we dat 65-plussers vaker het gevoel hebben dat zij zelf niet voldoende regie hebben over hun leven dan gemiddeld onder alle inwoners van Den Haag.

Als het om leefstijl gaat, 'scoren' ouderen op bepaalde aspecten beter en op andere aspecten minder goed dan gemiddeld onder alle inwoners van Den Haag. Zo sporten ouderen minder vaak, maar voldoen zij wel vaker aan de combinorm voor voldoende beweging. Ook eten zij beter (qua fruit en ontbijt), maar hebben wat vaker te maken met overgewicht. Daarnaast is het aandeel ouderen dat (momenteel) rookt lager. Maar het aandeel dat ooit gerookt heeft, is hoger dan gemiddeld onder alle inwoners van Den Haag. Ouderen zijn overigens minder snel geneigd om hun eigen gezondheid te willen verbeteren.

7.3 Huisvesting

In 2020 wonen ruim 4.300 ouderen niet-zelfstandig, oftewel intramuraal. Dit is een klein aandeel van alle 65-plussers, namelijk 5,4%.

Driekwart van de zelfstandig wonende Haagse 65-plussers woont in een meergezinswoning (flat, appartement, etc.). Een kwart woont in een eengezinswoning (hoekwoning, rijtjeshuis of tussenwoning). Ouderen wijken wat dit betreft niet veel af van het Haagse gemiddelde. Wel wonen ouderen wat vaker in een woning van een woningcorporatie dan gemiddeld. Van de Haagse ouderen woont 16% in een woning die speciaal bestemd is voor ouderen. Dat aandeel is onder 75-plussers duidelijk hoger dan onder 65-74-jarigen.

Haagse 65-plussers zijn in het algemeen tevreden over hun woning en geven deze een 7,7. Zij zijn vaker tevreden over hun woning, qua indeling, sfeer, grootte en onderhoud, dan gemiddeld onder alle inwoners van Den Haag. Ouderen wonen vaak al langere tijd in hun woning; de helft woont langer dan 20 jaar in de huidige woning. Bijna 80% wil beslist niet verhuizen in de komende twee jaar. De verhuisgeneigdheid is onder ouderen ook duidelijk lager dan gemiddeld onder alle inwoners van Den Haag. 65-plussers die eventueel wel willen verhuizen, geven als belangrijkste reden aan dat zij dit zouden doen voor hun gezondheid of de behoefte aan zorg.

7.4 Publieke ruimte

Haagse ouderen lijken in het algemeen redelijk tevreden met hun woonomgeving en geven deze het rapportcijfer 7,3.

Twee derde van de Haagse 65-plussers vindt dat de buurt waarin zij wonen het afgelopen jaar niet vooruit, maar ook niet achteruit is gegaan. Een vijfde geeft echter aan dat de buurt achteruit is gegaan. 65-plussers geven duidelijk minder vaak aan dat de buurt erop vooruit is gegaan dan alle inwoners van Den Haag bij elkaar. Qua voorzieningenaanbod in de buurt zijn ouderen vooral tevreden over de winkels voor dagelijkse boodschappen en het openbaar vervoer. Over de parkeergelegenheid zijn 65-plussers minder tevreden. Een vijfde van de 65-plussers voelt zich weleens onveilig in de eigen buurt. Ouderen voelen zich in het algemeen minder onveilig in hun eigen buurt dan de gemiddelde Hagenaar maar geven wel vaker aan hun deur 's avonds niet open te doen.

Buiten de eigen buurt voelen ouderen, net zoals de gemiddelde Hagenaar, zich niet altijd veilig op plekken waar jongeren rondhangen. Door de jaren heen lijkt het onveiligheidsgevoel onder ouderen te zijn afgenomen.

7.5 Mobiliteit

Gemiddeld verplaatsen Haagse ouderen zich per persoon per dag 2 keer. Met een verplaatsing bedoelen we een beweging van een beginpunt naar een eindpunt. Haagse 65-plussers verplaatsen zich minder vaak dan de gemiddelde Hagenaar. Binnen de groep 65-plussers lijkt het erop dat geldt; hoe ouder, hoe minder verplaatsingen men maakt.

Haagse ouderen verplaatsen zich vooral per auto (als bestuurder), te voet of per fiets. De belangrijkste reden voor Haagse ouderen om zich te verplaatsen is het doen van boodschappen en/of om te winkelen. Daarnaast hebben verplaatsingen vaak een sociaal doel, zoals een visite.

Ouderen zijn redelijk tevreden over de mobiliteitsvoorzieningen in de buurt; met het openbaar vervoer en met het onderhoud van wegen en fietspaden.

Er zijn in Den Haag een aantal (gesubsidieerde) voorzieningen die ervoor zorgen dat ouderen langer mobiel blijven. Zo zijn er wijkbussen die ouderen kunnen gebruiken om naar bepaalde voorzieningen te gaan en is er een boodschappenbegeleidingsdienst die ouderen helpt bij het doen van de dagelijkse boodschappen. Daarnaast kunnen ouderen bij de gemeente terecht voor individuele en collectieve voorzieningen voor vervoer vanuit de Wmo, zoals een scootmobiel, een rolstoel of vervoer met een Taxibus.

7.6 Burgerschap

Als we kijken naar de maatschappelijke rol of burgerschap, zien we dat een klein deel van Haagse 65-plussers, werkt (7%). Een derde van de 65-plussers zet zich in voor vrijwilligerswerk en 30% is mantelzorger.

Van alle 65-plussers, die mantelzorger zijn, verleent een overgrote meerderheid intensieve mantelzorg (88%). Dit wil zeggen dat zij meer dan drie maanden per jaar en/of meer dan acht uur per week mantelzorg verlenen. Hoewel de verleende mantelzorg vaak intensief is, geeft de ruime meerderheid aan dat het wel te combineren is met primaire dagelijkse bezigheden (79%). Zij geven dit vaker aan dan gemiddeld, onder alle inwoners van Den Haag. De helft van de mantelzorgers van 65-plus geeft dan ook aan dat zij zich niet of nauwelijks tot enigszins belast voelen. Zo'n 18% van de 65-plussers die mantelzorg verlenen voelt zich tamelijk zwaar tot overbelast.

Voor wat betreft burenhulp blijkt uit eerder onderzoek (in 2015) dat 79% van de 65-plussers hun burens helpt (of geholpen wordt door de burens). Vaak gaat het daarbij om het aannemen van pakketjes. Iets meer dan de helft van de ouderen geeft aan dat zij tijdens vakanties voor elkaars tuin, planten en huisdieren zorgen. Een vijfde van de 65-plussers geeft aan dat zij elkaar helpen met het doen van boodschappen. Elkaar verzorgen bij ziekte, samen koken of eten en oppassen op kinderen wordt minder vaak gedaan.

7.7 Respect en sociale integratie

Ruim de helft van de Haagse 65-plussers voelt zich thuis in de buurt waarin zij wonen, vindt dat de mensen in hun buurt op een prettige manier met elkaar omgaan en zijn tevreden met de bevolkingssamenstelling in de buurt. 41% vindt echter (ook) dat mensen in hun buurt elkaar nauwelijks kennen. Zelf heeft een derde van de 65-plussers veel contact in de buurt. Het lijkt erop dat het aandeel ouderen dat tevreden is met de bevolkingssamenstelling van hun buurt ieder jaar iets afneemt.

OOK ALS JE
 OUDER WORDT,
 IS HET FIJN ALS
 JE ZOWEL GEVER
 ALS ONTVANGER
 KUNT ZIJN. WE
 HEBBEN SOMS
 DE NEIGING
 OM OUDEREN
 VOORAL TE ZIEN
 ALS ONTVANGERS
 VAN ZORG EN
 DIENSTEN.

In het algemeen worden ouderen, naar eigen zeggen, met voldoende respect behandeld. Ongeveer 14% van de Haagse 65-plussers geeft aan wel eens respectloos te worden behandeld op straat, 11% in het openbaar vervoer, 10% door personeel in winkels en bedrijven en 8% door overheidsinstanties. Door bekenden, zoals de partner, familie en vrienden, worden ouderen het minst vaak respectloos behandeld.

Ruim de helft van de 65-plussers (52%) is matig tot zeer ernstig eenzaam. Het aandeel eenzamen onder ouderen is vergelijkbaar met het gemiddelde voor heel Den Haag. Het aandeel ouderen dat ernstig tot zeer ernstig eenzaam is, is echter lager dan gemiddeld. Een klein deel van de Haagse 65-plussers (7%) voelt zich sociaal uitgesloten. Dit aandeel is iets minder groot dan onder alle inwoners van Den Haag.

7.8 Sociale participatie

Ouderen waarderen de sociale kwaliteit van hun buurt doorgaans positief. Ook de leefbaarheid in de buurt waarderen zij veelal positief. Zowel de sociale als de fysieke kwaliteit van de woonbuurt zouden dan ook geen belemmering moeten zijn voor 65-plussers om te participeren.

Daarnaast zijn er in Den Haag meerdere voorzieningen die vanuit de gemeente gesubsidieerd worden waar activiteiten worden georganiseerd en waar ouderen elkaar kunnen ontmoeten. Zo zijn er buurthuizen en Buurthuizen van de Toekomst, locaties van Haags Ontmoeten, buurtkamers en zijn er vele gesubsidieerde ouderensociëteiten. Ook de verschillende maaltijdvoorzieningen kunnen we in dit rijtje meenemen. Van een deel van deze voorzieningen kan in principe iedere Hagenaar gebruik maken, zoals de buurthuizen. Andere voorzieningen, zoals de ouderensociëteiten, zijn uitsluitend bedoeld voor ouderen.

Of ouderen kunnen participeren hangt voor een deel ook af of ze over voldoende financiële middelen beschikken. Ruim de helft van de Haagse ouderen (51%) heeft een laag inkomen; een netto huishoudinkomen van 2.000 euro of minder per maand. 65-plussers hebben doorgaans een lager inkomen dan gemiddeld, onder alle inwoners van Den Haag. Ruim een kwart (27%) van de Haagse ouderen geeft aan

dat hun financiële positie het laatste jaar is verslechterd. Het aandeel ouderen dat aangeeft erop vooruitgegaan te zijn, is duidelijk lager dan gemiddeld.

14% van de 65-plussers moet door geldgebrek wel eens bezuinigen op zaken als eten en kleding of moet wachten met het betalen van rekeningen. Het aandeel 65-plussers met schulden is duidelijk lager dan gemiddeld, onder alle inwoners van Den Haag.

7.9 Communicatie en informatie

Om als oudere zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen wonen is het van belang dat er goede voorzieningen voor ouderen zijn. Even belangrijk daarbij is dat ouderen weten dat deze voorzieningen er zijn en bij wie zij voor hulp kunnen aankloppen.

Haagse ouderen hebben meerdere bronnen tot hun beschikking om geïnformeerd te blijven over voorzieningen en activiteiten. Internet, huis-aan-huisbladen en wijkkranten, maar ook familie, vrienden, kennissen en burens kunnen een bron van informatie zijn. Daarnaast zijn er verschillende (gesubsidieerde) voorzieningen in Den Haag die gericht zijn op het geven van informatie en advies.

Zo is er op ieder stadsdeelkantoor een Advies- en informatiebalie of een Informatie en Hulp punt ingericht of kan met terecht bij de Sociaal Raadslieden van de gemeente. Verspreid over de stad zijn er bibliotheken en kunnen ouderen terecht bij ouderenconsulenten en ouderenadviseurs of bij de Servicepunten (XL).

Veel informatie is via internet te vinden. 86% van de Haagse 65-plussers (75%) maakt gebruik van internet, waarbij 75-plussers duidelijk minder vaak gebruik maken van internet dan 65-74-jarigen. Het internetgebruik onder Haagse ouderen is minder dan gemiddeld onder de gehele Haagse bevolking.

7.10 Gemeenschap en gezondheidszorg

Goede gezondheidszorg en voorzieningen zijn noodzakelijk om gezond en zelfstandig te kunnen blijven wonen.

Veel ouderen krijgen ondersteuning als het gaat om hun gezondheid. Zo maken 65-plussers vaker dan gemiddeld (van alle inwoners van Den Haag) gebruik van de huisarts en medisch specialisten. Ook hebben zij vaker contact met de thuiszorg.

Ruim een derde van de Haagse 65-plussers (34%) krijgt hulp in de huishouding en 9% krijgt hulp bij de persoonlijke verzorging. 75-plussers krijgen vaker hulp dan 65-74-jarigen. Een deel van deze hulp wordt door professionals gegeven, maar ook wordt een deel door informele hulp gegeven, bijvoorbeeld door de partner, familie, kennissen en/of vrijwilligers.

Ruim één op de tien Haagse 65-plussers (11%) ontvangt mantelzorg. Dit wil zeggen dat zij regelmatig op vrijwillige basis hulp krijgen van iemand in hun omgeving vanwege een ziekte en/of (lichamelijke) beperking. Onder 65-74-jarigen is het aandeel dat mantelzorg ontvangt kleiner dan onder 75-plussers.



ANNEX

ANNEX A. LEDEN KENNISPLATFORM SENIORVRIENDELIJK DEN HAAG

Joost van Hoof – De Haagse Hogeschool, Lectoraat Urban Ageing, voorzitter

Corry Baggerman – Senioren Collectief Haaglanden

Dorien Beukema – Gemeente Den Haag, DSO

Betty Boomsma - Xtra

Aletta Dieben – Gemeente Den Haag

Ad van Dijk – GGD Haaglanden

Nina van Haren – Gemeente Den Haag

Loes Hulsebosch – Hulsebosch Advies, coördinator

Josien de Klerk – Universiteit Leiden

Suzan van der Pas – Hogeschool Leiden, Werkplaats Sociaal Domein

Willeke van Staalduinen – AFEdeMy

Anita van der Velden – Gemeente Den Haag, OCW

Paul ter Wee – GGD Haaglanden

Henny Weerman – Stedelijke Ouderen Commissie

ANNEX B. RAPPORTAGE ENQUÊTE PER VRAAG

Tabel A 2.1. Overzicht scores per vraag

Onderstaande tabel geeft de gemiddelde scores weer op alle gestelde vragen. Opvallende scores zijn dikgedrukt. Dit betekent ofwel dat zij een gemiddelde hadden lager of gelijk aan 0.5 of dat zij een standaarddeviatie hadden van 1.0 of hoger.

	-2.0 – -1.1	-1.0 - 0.0	0.1 – 1.0	1.1 – 2.0	
Vragen	Gemiddelde				SD
Huisvesting					
Mijn woning is veilig, schoon en goed te onderhouden.			1.2	0.71	
Mijn woonlasten (huur/hypotheek) kan ik goed betalen.			1.1	0.72	
Dichtbij mijn huis zijn voorzieningen zoals winkels, restaurants, openbaar vervoer en huisarts.			1.2	0.73	
Ik kan voorzieningen in mijn buurt, zoals winkels, restaurants, openbaar vervoer en huisarts zonder problemen bereiken.			1.1	0.74	
Mijn huis heeft de voorzieningen en aanpassingen die ik nodig heb			0.9	0.84	
Mijn woning is toegankelijk voor mij			1.2	0.56	
Mijn woning is toegankelijk voor mensen die mij willen bezoeken			1.2	0.64	
Ik voel mij veilig in mijn buurt.			1.0	1.03	
Sociale participatie					
Voor mij zijn er voldoende sociale, culturele of educatieve activiteiten of andere vormen van vrijetijdsbesteding in mijn buurt.			0.7	0.81	
Voor mij zijn voldoende sportactiviteiten (alleen of in een groep) in mijn stad beschikbaar.			0.7	0.73	
In mijn buurt zijn voldoende gelegenheden om mensen te ontmoeten			0.8	0.67	
In mijn buurt zijn voldoende plekken om mensen te ontmoeten en mee te doen aan activiteiten.			0.7	0.73	
Het aantal keren per week dat ik vrienden of familie zie of spreek is voldoende.			0.9	0.73	
De verhouding/omgang van de mensen in de buurt is goed.			0.9	0.67	
Voorzieningen in mijn buurt zijn goed bereikbaar.			0.9	0.68	
Activiteiten en evenementen worden georganiseerd op voor mij bereikbare plaatsen			0.7	0.77	
Activiteiten en evenementen zijn voor mij betaalbaar.			0.7	0.75	
De informatie over activiteiten en evenementen vind ik voldoende en ook geschikt voor mij			0.6	0.79	
Ik vind het aanbod van activiteiten voldoende afwisselend			0.6	0.76	
Ik vind dat in mijn stad voldoende wordt omgekeken naar mensen die dreigen te vereenzamen.			0.1	0.86	

Vragen	Gemiddelde	SD
Respect en Sociale inclusie		
Ik krijg wel eens vervelende of negatieve opmerkingen vanwege mijn leeftijd	0.9	0.88
Ik krijg wel eens te maken met discriminatie vanwege mijn leeftijd	0.8	0.85
In het geval van leeftijdsdiscriminatie weet ik waar ik terecht kan voor hulp of een klacht.	0.2	1.00
Burgerschap en werkgelegenheid		
Ik heb voldoende mogelijkheden om met jongere generaties om te gaan	0.7	0.82
Ik voel mij een gewaardeerd lid van de samenleving	0.7	0.74
Indien ik dat zou willen, zijn er voldoende mogelijkheden om betaald werk te doen dat aansluit bij mijn vaardigheden en interesses.	- 0.2	0.94
Indien ik dat zou willen, zijn er voldoende mogelijkheden om vrijwilligerswerk te doen dat aansluit bij mijn interesses en mogelijkheden.	0.7	0.88
Ik word voldoende gehoord bij inspraak en besluitvorming.	0.2	0.88
Ik ben voldoende betrokken bij zaken die spelen in mijn buurt.	0.3	0.86
Ik heb het idee dat gemeentelijke plannen OVER ouderen, ook MET ouderen tot stand zijn gekomen.	0.1	0.89
Ik ben goed geïnformeerd over wat er in de buurt gebeurt.	0.6	0.78
Ik ben regelmatig actief als vrijwilliger	- 0.0	1.21
Ik voel mij een gewaardeerd lid van de lokale gemeenschap	0.5	0.79
Ik heb eenvoudig toegang tot informatie over mijn buurt en ik kan mijn mening geven bij besluitvorming.	0.3	0.89
Communicatie en informatie		
Er is voldoende informatie beschikbaar over activiteiten voor ouderen in mijn buurt.	0.6	0.81
Gedrukte en digitale informatie van de gemeente en andere maatschappelijke instanties zijn goed leesbaar qua lettertype en grootte	0.7	0.71
Gedrukte en digitale informatie van de gemeente en andere maatschappelijke instanties zijn geschreven in begrijpelijke taal	0.6	0.79
Als ik bel naar de gemeente of andere maatschappelijke instantie word ik goed te woord gestaan.	0.5	0.77
Als ik een klacht heb, wordt er voldoende naar mij geluisterd.	0.3	0.79
Ik heb eenvoudig toegang tot informatie en tot voorzieningen die van belang zijn voor mijn gezondheid.	0.8	0.66
Sociale en gezondheidsvoorzieningen		
De kwaliteit van de zorg in mijn stad is voldoende.	0.7	0.78
Als ik mantelzorg verleen, ontvang ik voldoende steun.	0.1	0.69
De huishoudelijke hulp die ik ontvang is voldoende.	0.2	0.91
Het aanbod van zorg en welzijn in mijn stad is voldoende voor mij	0.6	0.72
Als ik ziek ben, krijg ik de zorg en hulp die ik nodig heb	0.5	0.76
Indien nodig kan ik zorg en welzijn telefonisch en fysiek gemakkelijk bereiken	0.6	0.72
Ik heb voldoende informatie over zorg en welzijn in mijn buurt	0.6	0.76
Zorg en welzijnswerkers in mijn buurt zijn voldoende respectvol	0.5	0.68
Communicatie over crisissituaties in mijn stad houdt voldoende rekening met ouderen.	0.2	0.77

Vragen	Gemiddelde	SD
Buitenruimte en gebouwen		
Ik kan in mijn buurt makkelijk te voet van A naar B.	0.9	0.91
Voor mij zijn openbare gebouwen in mijn stad goed toegankelijk.	0.9	0.69
Mijn buurt en straat zijn veilig.	0.8	0.75
Winkels zijn dichtbij mijn huis.	0.9	0.76
In de parken en winkelcentra in mijn buurt zijn voldoende zitplaatsen en bankjes.	0.6	0.81
In mijn buurt zijn voldoende openbare toiletten die schoon en goed toegankelijk zijn.	- 0.9	0.84
De openbare ruimte in mijn buurt (park, straat, plein) is schoon en aangenaam om te verblijven.	0.5	0.90
Voetgangersoversteekplaatsen in mijn buurt zijn veilig.	0.5	0.89
Ik heb voldoende tijd om over te steken bij voetgangersoversteekplaatsen in mijn buurt.	0.6	0.88
Mijn buurt is voldoende toegankelijk voor rollator of rolstoel	0.5	0.83
De winkels in mijn buurt zijn voldoende toegankelijk met rollator of rolstoel	0.5	0.74
Transport		
Indien nodig kan ik speciaal aanvullend vervoer krijgen.	0.6	0.69
Ik kan mijn auto altijd dichtbij huis kwijt.	0.5	0.98
Ik kan gemakkelijk instappen in de bus of tram in mijn buurt	0.8	0.88
De bus- en tramhaltes in mijn buurt zijn gemakkelijk te bereiken en te gebruiken	0.9	0.73
Openbaar vervoer in mijn stad sluit aan bij wat ik nodig heb.	0.8	0.74
Openbaar vervoer in mijn stad is voor mij betaalbaar.	0.9	0.78
De bus- en tramchauffeurs in mijn stad houden voldoende rekening met mij.	0.6	0.72
Er zijn voldoende invalidenparkeerplaatsen in mijn stad.	0.1	0.67
Ik kan me zonder problemen in de buurt verplaatsen.	1.0	0.67
Technologie		
Ik zou het toejuichen als de dokter mij op afstand zou kunnen controleren en spreken in een digitaal consult.	0.0	1.04
Ik kan voldoende overweg met de digitale dienstverlening door de gemeente, bank en het openbaar vervoer.	0.5	1.02
Financiën		
Mijn inkomen is voldoende om zonder problemen in mijn basisbehoeften te voorzien	1.0	0.63
Ik kan goed rondkomen van mijn inkomen	0.9	0.68
Ik kan ergens terecht indien ik niet rond kan komen (boodschappen, spullen, apparatuur).	0.2	0.75

Tabel A.2.2. Bijzondere scores uitgewerkt naar stadsdeelniveau

Vragen met lage scores per stadsdeel		Totaal	Loosduinen	Escamp	Segbroek	Scheveningen	Centrum	Laak	Haagse Hout	Leidschenveen-Ypenburg
Sociale participatie										
19	Ik vind het aanbod van activiteiten voldoende afwisselend	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.6	0.7	0.5	0.3
20	Ik vind dat in mijn stad voldoende wordt omgekeken naar mensen die dreigen te vereenzamen.	0.1	0.2	0.1	0.1	0.0	-0.5	0.4	0.2	0.0
Respect en Sociale inclusie										
23	In het geval van leeftijdsdiscriminatie weet ik waar ik terecht kan voor hulp of een klacht.	0.2	0.0	0.2	0.2	0.2	0.0	0.6	0.2	-0.3
Burgerschap en werkgelegenheid										
24	Indien ik dat zou willen, zijn er voldoende mogelijkheden om betaald werk te doen dat aansluit bij mijn vaardigheden en interesses.	-0.2	-0.2	-0.3	0.0	-0.2	-0.3	-0.2	-0.3	-0.3
28	Ik word voldoende gehoord bij inspraak en besluitvorming.	0.2	0.1	0.1	0.3	0.2	0.1	0.5	0.3	-0.1
29	Ik ben voldoende betrokken bij zaken die spelen in mijn buurt.	0.3	0.4	0.2	0.2	0.5	0.2	0.3	0.3	0.3
30	Ik heb het idee dat gemeentelijke plannen OVER ouderen, ook MET ouderen tot stand zijn gekomen.	0.1	-0.1	0.1	0.0	-0.1	0.1	0.3	0.3	-0.4
32	Ik ben regelmatig actief als vrijwilliger	0.0	-0.2	-0.3	-0.2	0.0	-0.1	0.2	0.0	0.3
33	Ik voel mij een gewaardeerd lid van de lokale gemeenschap	0.5	0.5	0.5	0.4	0.5	0.6	0.4	0.6	0.5
34	Ik heb eenvoudig toegang tot informatie over mijn buurt en ik kan mijn mening geven bij besluitvorming.	0.3	0.3	0.2	0.2	0.4	0.5	0.3	0.4	0.0
Communicatie en informatie										
38	Als ik bel naar de gemeente of andere maatschappelijke instantie word ik goed te woord gestaan.	0.5	0.5	0.6	0.6	0.5	0.5	0.6	0.5	0.3
39	Als ik een klacht heb, wordt er voldoende naar mij geluisterd.	0.3	0.4	0.4	0.3	0.2	0.4	0.5	0.3	0.0

Vragen met lage scores per stadsdeel		Totaal	Loosduinen	Escamp	Segbroek	Scheveningen	Centrum	Laak	Haagse Hout	Leidschenveen-Ypenburg
Sociale en gezondheidsvoorzieningen										
42	Als ik mantelzorg verleen, ontvang ik voldoende steun.	0.1	0.2	0.1	0.1	0.1	0.1	0.1	0.3	0.1
43	De huishoudelijke hulp die ik ontvang is voldoende.	0.2	0.2	0.1	0.3	0.2	0.2	0.2	0.4	0.1
45	Als ik ziek ben, krijg ik de zorg en hulp die ik nodig heb	0.5	0.5	0.4	0.5	0.4	0.2	0.6	0.6	-0.1
48	Zorg- en welzijnswerkers in mijn buurt zijn voldoende respectvol	0.5	0.5	0.5	0.5	0.6	0.3	0.5	0.6	0.3
49	Communicatie over crisissituaties in mijn stad houdt voldoende rekening met ouderen.	0.2	0.3	0.1	0.2	0.1	0.1	0.2	0.3	0.2
Buitenruimte en gebouwen										
54	In de parken en winkelcentra in mijn buurt zijn voldoende zitplaatsen en bankjes.	0.6	0.7	0.6	0.5	0.5	0.6	0.3	1.0	0.1
55	In mijn buurt zijn voldoende openbare toiletten die schoon en goed toegankelijk zijn.	-0.9	-0.9	-0.8	-0.9	-0.9	-0.8	-0.5	-0.8	-0.8
56	De openbare ruimte in mijn buurt (park, straat, plein) is schoon en aangenaam om te verblijven.	0.5	0.7	0.3	0.5	0.5	0.5	0.4	0.9	0.8
57	Voetgangersoversteekplaatsen in mijn buurt zijn veilig.	0.5	0.6	0.6	0.5	0.3	0.3	0.5	0.8	0.5
59	Mijn buurt is voldoende toegankelijk voor rollator of rolstoel	0.5	0.5	0.5	0.3	0.4	0.4	0.6	0.6	0.4
60	De winkels in mijn buurt zijn voldoende toegankelijk met rollator of rolstoel	0.5	0.7	0.5	0.5	0.3	0.5	0.5	0.6	0.2
Transport										
62	Ik kan mijn auto altijd dichtbij huis kwijt.	0.5	0.7	0.4	0.4	0.4	0.2	0.5	0.5	1.4
68	Er zijn voldoende invalidenparkeer- plaatsen in mijn stad.	0.1	0.1	0.1	0.0	0.1	0.1	0.3	0.2	0.2
Technologie										
70	Ik zou het toejuichen als de dokter mij op afstand zou kunnen controleren en spreken in een digitaal consult.	0.0	-0.4	-0.1	-0.2	0.1	-0.1	0.1	0.1	0.0
71	Ik kan voldoende overweg met de digitale dienstverlening door de gemeente, bank en het openbaar vervoer.	0.5	0.6	0.6	0.4	0.4	0.7	0.3	0.5	0.8
Financiën										
74	Ik kan ergens terecht indien ik niet rond kan komen (boodschappen, spullen, apparatuur).	0.2	0.2	0.1	0.2	0.2	0.0	0.1	0.2	0.3

ANNEX C. CITATEN UIT DE STADSATELIERS PER DOMEIN

1 Huisvesting

"Geschikte huizen zijn er niet veel. Er zijn wel complexen waar ouderen bij elkaar wonen, maar dat vind ik niet goed. Liever gemêleerd, dan kun je elkaar helpen."

"Als je zelf ouder bent en in je portiek staan kinderwagens en er is lawaai van kinderen, dan is het wel fijner om in een ouderenstraat of -complex te wonen."

"Mijn huis is mijn thuis, waar ik woon, je moet veel moed hebben om te verhuizen."

"Een goed, veilig huis is belangrijk."

Soms is er niet een gebrek aan middelen, maar: "Ouderen bewaren hun centen liever voor hun kinderen."

Aanbeveling: Een wooncoach die je helpt met zoeken en regelen, meer hofjes voor starters en ouderen, betaalbare appartementen bouwen in de wijk, stimuleren van jong-oud onderlinge zorg. In de groepswonen projecten zouden ook jongeren moeten kunnen wonen.

"Er zijn nauwelijks appartementen in het centrum van de wijk Leidschenveen. Dat is jammer, dan moet je ergens anders heen en raak je je sociale contacten kwijt."

"Er zijn levensloopbestendige appartementen bij Leilinde, maar de lift is een probleem en er is bedroevend weinig saamhorigheid. Een actieve huismeester en handhaving zijn een must."

"Bouw levensloopbestendig voor gemengde generaties."

"Loosduinen is fijn om te wonen en waar ik woon (bij Saffier, een optopwoning) al helemaal."

"Ik woon fijn en al heel lang hier in de Beethovenstraat. Ik wandel veel met mijn dwergpoedel. 's Avonds zeg ik tegen hem: "Tot morgen of tot eeuwig". Als ik niet meer wakker wordt vind ik het ook niet erg."

"Het is jammer dat de rusthuizen voor ouderen er niet meer zijn. De ouderenzorg is wel goed, maar ouderen zijn nu wel heel erg op zichzelf teruggeworpen."

"Ouderen moeten maar hun huis uit om plaats te maken voor gezinnen, hoor je vaak. Ik vind dat moeilijk. Ouderen wonen vaak al heel lang waar ze wonen. Als ze verhuizen worden hun woonkosten vaak veel hoger. Hoe los je dat op?"

"55+ bij elkaar wonen of niet? Ik zeg gemêleerd jong en oud, dat is beter. Het gaat om het huis, dat moet goed zijn. En de kosten moeten niet hoger zijn als we nu hebben. Ook de kosten van de VVE. Een nieuwe hypotheek wil je niet, als je al 'vrij' woont."

"Wonen is een politiek onderwerp. Ik zeg: stop met bouwen voor de rijken. Bouw betaalbare woningen en stop met bouwen van heel dure woningen. En splits de urgentielijst in een lijst voor de 'huidige' urgenties en een lijst voor mensen (ouderen) die mogelijk plaats kunnen maken voor anderen (gezinnen)."

"Er is nu een plan om te gaan bouwen op de Puinduin in Kijkduin. Dat zou zonde zijn voor de natuur, maar ook kostbaar, vanwege de vervuilde grond die eronder zit."

"Nieuw Waldeck is een wijk waar veel bewoners vanuit de Schilderswijk zijn komen wonen. Veel verschillende culturen, verschillende waarden en normen."

"Ik heb drie jaar gedaan over mijn zoektocht om van een groot huis naar een geschikt appartement te gaan. Het is zo moeilijk. Allereerst het zoeken van een geschikt huis. Het is vaak duurder dan wat je nu hebt. Groepswonen, bijvoorbeeld Doornhoek aan de Doornstraat, is een mooie mogelijkheid, maar daar kom je bijna niet tussen. De Windes is een mooi nieuw woongebouw met voorzieningen. De omvorming van het kantorencomplex aan de Plesmanweg wordt ook heel mooi. Alleen zijn de winkels wel ver weg. Die kun je natuurlijk online gaan doen, maar zelf je boodschappen blijven doen is belangrijk."

"Het opruimen van het huis is ook een enorme klus, waar ik heel erg tegenop heb gezien. Uiteindelijk heb ik het met mijn zus gedaan. Ook de administratie rondom de verhuizing is heel veel en spannend."

"Een tip voor het opruimen van je huis als je verzamelingen hebt: kies dingen eruit van emotionele waarde, maak een doos met 'emo'-dingen. De rest geef je een goede bestemming."

"Ik wil graag gemengd wonen, jong en oud, dan is er meer onderlinge hulp. Maar liever niet met veel jonge kinderen."

"Wonen in een hofje zou fijn zijn."

"We groeten op straat, de aanvraag voor een Lief en Leed straatje loopt moeizaam."

"Onderhoud van particuliere huurhuizen; hoe krijg je dat voor elkaar?"

"Jongerenhuisvesting is er te weinig en onbetaalbaar."

2 Sociale Participatie

"Het onderlinge contact in de buurt is weinig. Soms raakt je bevriend als je ergens toevallig hebt aangebeld omdat je iets moet afgeven. Dat is dan wel heel leuk."

"Zelfvertrouwen, je moet sterk genoeg zijn om een relatie aan te gaan."

"Mensen kun je soms meenemen aan de arm."

"Zelfvertrouwen kun je stimuleren door mensen mee te nemen, te laten zien 'oh het is niet eng', of door op een neutrale plek af te spreken voor een wandeling."

"Soms denk je 'ze wil niet', maar dan kan ze het niet. Je ziet mensen dan opbloeien, dat is fijn. Vaak zijn mensen niet meer in staat om iets te doen. Dan kan ik hen motiveren als ze merken dat het wat oplevert als ze toch meedoen, oefenen."

"Muziek (koempoelan, accordeon spelen), de dag van de muzikant en stadsdichter, daar knap ik van op. Naar het park, dieren om me heen, familie bij elkaar, samen kaarten, kunstboeken: samen creatief zijn met kunst, daar word ik blij van. Creativiteit oproepen bij jezelf en elkaar is leuk."

"Ik ben graag actief, vrijwilligerswerk bij Humanitas en Buddynetwerk."

"Ik ben ambassadeur bij iZi Ervaarwoning. Daar geven we informatie en rondleidingen aan ouderen en andere geïnteresseerden over technologie bij zelfstandig wonen. Het is leuk, leerzaam, zinvol."

"Sommige mensen hebben geen contacten, dat is vooral in coronatijd wel heel erg."

"Samen met anderen iets doen, bijvoorbeeld samen fietsen (clubverband) of lopen, bewegen, Nederland in Beweging meedoen."

"Ouderen in de wijk, Vraag Elkaar, zijn mooie initiatieven, ze bieden bemiddeling bij het vinden van contacten."

"Passend, bij je eigen wensen."

"Buurtpreventieteam is open, vernieuwt leden, is aansprekend."

"Buurtapps helpen, bijvoorbeeld Next door."

3 Respect en Sociale Inclusie

"Ouderen willen geen invloed van hun kinderen. Ze willen niet bedisseld worden. Soms is overleg er niet, met alle goede bedoelingen."

"In Moerwijk ontbreekt sociale cohesie in de buurt. Er is een mentaliteitsverandering gaande, waardoor je je niet meer thuis voelt."

"Je inzetten voor en met anderen is heel fijn, het geeft een goed gevoel van eigenwaarde."

"Als je genegeerd wordt vanwege je levensbeschouwing, voelt dat als heel erg. Als dan blijkt dat de band toch belangrijker is en het contact kan blijven, is dat fantastisch."

"We moeten mensen niet over één kam scheren. Laat ieder in zijn/haar waarde."

"Respect is belangrijk, dat zit ook in kleine dingen. Je inleven in de ander, je oordeel even bewaren."

"Er is niet genoeg acceptatie van levensbeschouwing van mensen. Laat ieder in zijn/haar waarde."

"Levensbeschouwingen veranderen in de tijd, regels en gewoonten veranderen, daar ga je langzaam in mee."

"Het is erg dat er wordt neergekeken op migranten, zo van 'de wijk gaat achteruit'. Weinig acceptatie van anders zijn, komt voort uit een gevoel van onveiligheid. Wat je niet kent, daar ben je bang voor. Staar je niet blind op verschillen. Omgekeerd geldt dat ook."

"Ik wandel graag, het groenonderhoud kan hier en daar wel beter, maar we hebben ook heel veel prachtig groen."

"Veel mensen zijn op zichzelf."

"Er zijn nieuwe generaties in de buurt, en generaties denken verschillend over bepaalde zaken. Toch is het belangrijk dat je met elkaar gedeelde normen blijft ontwikkelen en je samen verantwoordelijk voelt voor de buurt."

"Inspiratie haal ik uit wandelen, natuur, bloemen, foto's van de kinderen, stilte in de natuur, vogels, bomen, cultuur, muziek, kunst, tuin. Isolatie van jezelf ligt op de loer, dus ook je inspiratie delen met anderen."

"Zin in het leven krijg ik door inspiratie en plezier te zoeken in bijvoorbeeld theater en museum. Theaters en verenigingen drijven op ouderen."

"Verhalen vertellen, jong en oud, over en weer, dat geeft inspiratie. Initiatief 'Het Haags Verhaal' is ook een goed voorbeeld, verhalen delen met mensen uit andere wijken, van andere 'eilanden' in de stad."

"We hebben prachtige natuur in de wijken en natuurlijk is de zee vlakbij."

"Het ligt heel erg aan je eigen houding hoe anderen je zien en bejegenen. Als je rechtop loopt en vriendelijk kijkt, ben je veiliger dan met een gebogen strompelige houding en angst in je ogen. Het is belangrijk om op je houding en conditie te letten."

"Ik heb bewust geen kinderen. Daar heb ik destijds veel negatieve reacties op gehad. Dan moest ik ook maar voor mezelf zorgen als ik oud was. Jammer dat mensen elkaar niet in hun waarde laten."

"Je past je aan, aan de normen en waarden van deze tijd, ook al zie je het anders. Sommige dingen moeten wel worden aangepakt, bijvoorbeeld fietsen op de stoep."

"Het ergert je wel, als mensen zich niet aan de regels houden."

"Het is iets van alle generaties. Mijn overgrootmoeder in Suriname zei al: van jullie komt niets terecht. Het is toch wel heel goed gekomen met me, vind ik."

"Ik maak me zorgen om klimaat, ongelijkheid, onderwijs. Mensen lezen niet meer."

"Ik mis respect voor anderen en ook voor materiële zaken, zoals bus huisjes."

"Wees tevreden, heb vrede, shalom, met je plaats in de wereld."

"Samen, oud en jong, verbindingen maken en het gemeenschappelijke zoeken."

"Houd Scheveningen apart."

"Het leven ligt soms dood door de macht van het denken. Dan denk ik "was ik maar dood"."

"Leren aanvaarden zoals het loopt."

"Mensen begrijpen me en ik kan iets doen voor de ander."

"Het is goed als mensen je helpen, er vertrouwen is en eerlijkheid."

"Er zijn voor de ander, gezond blijven, genieten van kleine dingen."

"Dood hoort erbij, denk ik weleens."

"Kerkelijke gemeenschappen hebben een goede rol, er is liefde, je kunt geloofspunten samen delen. Helaas is acceptatie van andere geloofsgemeenschappen er niet altijd."

"We zouden willen: meer gezelligheid, meer bloemen buiten, minder kattenkwaad, meer op straat spelen, minder boosheid op andere culturen, minder snel oordelen."

"Waardering is belangrijk."

"Ik heb een vriendelijk contact met de gemeente."

"Ik heb altijd hard gewerkt. Nu is de tijd om te genieten."

"Ik ben aangesloten bij Dew Mandir, die zich inzet voor Hindoes. Ik bid elke ochtend, ook thuis. Ik hou twee keer per jaar de vastentijd van negen dagen en op zondag ga ik naar de tempel. Hindoe zijn was vroeger verbonden met veel strenge regels, nu is dat minder. Het is moderner geworden en dat is goed."

"Elkaar helpen is leven."

"Ouderdom is gezellig, als je niet ziek bent tenminste, als je niet gaat piekeren."

"Het verlies van mijn man doet pijn, je moet jezelf ook rust gunnen."

"Ik vind het fijn om ouder te zijn, met de kinderen en de kleinkinderen. Je moet het geluk ook zien."

"Kinderen hebben geen manieren meer, het is best extreem wat je meemaakt. Het tutoyeren, daar wen je wel aan, maar er zou een strengere opvoeding moeten zijn, ook op school."

"Vrij zijn is op zich wel goed, maar kinderen worden verwend. Ouders compenseren hun tekort aan aandacht geven en hun digitale drukte naar de andere kant; met geld en teveel vrijheid voor hun kinderen".

Idee: sociale stages en op de lagere school omgangsregels leren. Of voor enige tijd via lagere school de koppeling van een oudere aan een kind plus ouder. Aan de hand van thema's (bijvoorbeeld buiten spelen) is er dan een uitwisseling van waarden en normen 'hoe hoort het, hoe doen we het, hoe zijn we het gewend'. Begeleiding is wel belangrijk en de oudere moet er niet 'opvoedkundig' in zitten. Doel is begrip aan beide kanten. Er is een hele range aan verschillen, maar dan kun je misschien naar de overeenkomsten gaan kijken, vertrouwen en verbinding maken.

"Na het overlijden van mijn man ben ik vanuit Brabant naar Den Haag verhuisd. Je moet toch weer de zin van het leven gaan zien en er iets aan doen."

"Een gemengde buurt met meerdere generaties is leuk, maar gezinnen moeten wel 'gewoon' doen. Als dat niet gaat wonen ouderen veiliger in ouderencomplexen."

"Generaties leven nu veelal gescheiden, hebben zo hun eigen dingen. De kijk op ouderen vanuit jongeren is negatief. Ouderen zijn vaak optimistischer over het leven dan jongeren."

"Ik vind het fijn om met jongeren om te gaan, dat is leuk, je voelt je jonger. Als je alleen je eigen leeftijd opzoekt ben je te beperkt bezig. Je moet gewoon niet zo op alles letten!"

"Vertrouwen dat het goed komt."

"Digitalisering is een hoofdthema voor nu, zeker voor ouderen. Als je mee wil blijven doen, moet je blijven leren, anders val je erbuiten straks."

4 Burgerschap en Werkgelegenheid

"Je wilt het idee hebben dat je nuttig bent. Het gevoel van nuttig zijn geeft voldoening."

"Je moet niet denken 'het is niks' terwijl je geweldige dingen doet."

"Niet overnemen, zelf laten doen, dat is belangrijk. Bijvoorbeeld enveloppen maken uit oude boeken, koffiezetten in het buurthuis, het idee dat je nodig bent geeft je plezier in de dag."

"Je moet zelf initiatief nemen. Als je verwacht dat de ander naar jou toe komt, kan het lang duren. Het is fijn als we omzien naar elkaar, dat is ook stimulerend voor de ander."

"Ik vind het belangrijk dat ik uitgerust wakker word. Soms stel ik me doelen voor de dag, de dag moet ook leuk zijn."

"Ik vind het heerlijk om 's morgens bloemen te plukken."

"Ik ga 's morgens een ochtendwandeling maken."

"Ik sta elke ochtend om zes uur op en ben graag onderzoekend bezig op mijn computer, dat houdt mijn geest scherp."

"Zoeken naar het domein dat je leuk vindt, dan komt het werk later wel. Appelleren aan je intelligentie."

"Ik ben bij een toneelvereniging en maak een stuk over computers, dat is heel leuk."

Belemmerend:

"De welzijnsmatch van vrijwilligerswerk. Je wordt gevraagd voor dingen die je niet leuk vindt. Het appelleert niet aan je verwachtingen en/of intelligentie."

"Corona is belemmerend."

"De wil om samen iets te doen is beperkt, dat is wel eens een domper."

"Belemmerend is als je je moet verbinden voor langere tijd."

"Ik ga graag naar buiten, winkelen in de stad, dan heb ik meer zin."

"Boodschappen doen, kleren kijken, dat soort dingen vind ik leuk. Zitten in een buurthuis, daar vind ik niks aan."

"Ik kijk veel tv, daardoor weet ik van alles. Kennis is leuk, ik kan me ontwikkelen."

"Na het overlijden van mijn man moest ik het leven weer oppakken, dat noem ik veerkracht, je móet het doen."

"Ik heb altijd veel te doen, het huishouden, fietsen, lopen."

"Er was een tijd dat ik vanwege corona echt het huis niet uit durfde. Nu kun je niet doen wat je zou willen. Vrijwilligerswerk en hobby's zijn gestopt. Daar word je emotioneel van, verdrietig. Je hebt nu een stok achter de deur nodig."

"Wat je wilt doen, staat of valt met je fysieke conditie."

"Mensen zitten nu veel alleen in hun eigen huis."

"Het is heel jammer dat de verzorgingshuizen zijn afgeschaft, dan had je nog mensen om je heen."

"Praten en een luisterend oor zijn heel belangrijk, bijvoorbeeld ook levensboeken schrijven."

"Nu de scholen dicht zijn, zitten veel kinderen de hele dag binnen. Ouders durven soms de kinderen niet alleen naar buiten te laten gaan. Dat is wel erg. Het is cultuur bepaald."

"Er zijn wel leuke activiteiten in de stad, maar hoe kom ik daar?"

5 Communicatie en Informatie

Er zijn vaak veel voorzieningen, maar men weet deze niet altijd even goed te vinden. De wijkverpleegkundige is een belangrijke schakel, maar niet voor alles. Voor thema's als arbeid en pensioen bijvoorbeeld, weet men niet goed waar men terecht kan. Bovendien gaan de digitale ontwikkelingen snel, die zijn niet goed bij te houden door de oudere generaties, waardoor zij achter raken. Daarnaast bevat de informatie die wel voorhanden is vaak moeilijke woorden, waardoor het lastig te begrijpen is.

"Er zijn heel veel voorzieningen op sociaal vlak, maar mensen weten het niet altijd te vinden".

"Via wijkverpleging en persoonlijk contact kun je de mogelijkheden bij de mensen krijgen. Eerst de relatie, dan de informatie."

"We missen de stadsgids, een handzaam boekje als naslagwerk".

"Veel mensen, ook ouderen, hebben slechte leefgewoonten. Er zou meer voorlichting over moeten zijn, maar ook leuke activiteiten, zoals kooklessen. Als je alleen bent ijvert het niet zo om gezond te eten en genoeg te bewegen."

"Er is binnen groepen veel sociale druk, bijv. rokende jonge mannen, maar ook overgewicht bij ouderen. Daar zou je iets aan moeten kunnen doen."

"We moeten geduld hebben, het duurt meerdere generaties voordat een leefstijl veranderd is".

"Ons kent ons: het is van alle tijden, alleen de thema's zijn anders."

"Er zou bij en door de werkgevers taallessen moeten worden gegeven, plus informatie over voorzieningen, pensioenen en dergelijke. Veel mensen weten niet hoe het is."

"Er is veel onwetendheid over voorzieningen op gebied van arbeid, ontslag, pensioen, scheiding. Mensen weten de weg niet."

"Belangrijk: taallessen, taalmaatjes (ook via Skype), juridisch loket dichtbij."

"De computerontwikkelingen gaan snel. Ik kan het niet bijhouden, dan raak je gehandicapt. Bij wie moet ik zijn?"

"Het gaat ook om vaardigheden en inzichten, bijvoorbeeld whatsapp individueel en groep, wat kan wel en wat is in een groep niet goed, bijv. onzin dingen."

"Er is wel veel: wijkkrantje (als die er nog is), de bieb, op je telefoon kun je zoeken, maar soms begrijp je de informatie niet, is het moeilijk geschreven."

6 Sociale- en Gezondheidsvoorzieningen

“Verbeteringen: Buurthuizen zoveel mogelijk open houden, ook in coronatijd.”

“Onderlinge huisbezoeken organiseren en bekend maken, zoals ANBO en Humanitas doen.”

Meer vrijwilligers om samen ergens naar toe te gaan, samen over de hoge drempel stappen.

“In de huisartsopleiding zou mee aandacht moeten zijn voor de sociale gevolgen van een ziekte of aandoening. Het is nu een woud, waar je maar je weg in moet vinden.”

“Den Haag heeft goede voorzieningen. Westeinde loste een probleempje in de zorg prima op. Middin mensen staan altijd voor je klaar en betrekken andere bewoners.”

“De gezondheidszorg is behoorlijk goed.”

“Goede voeding is belangrijk, de kosten ervan lopen snel op. Kleinschalig maaltijden in wijkcentra is fijn en ook thuisbezorgd via Van Harte. In coronatijd waren er veel initiatieven, die moeten we behouden.”

“Thuis afgehaald zou ook een Thuis Bezorgd variant moeten hebben, voor mensen die moeilijk van huis weg kunnen. Je kunt veel mogelijkheden in een wijk met elkaar verbinden als je oplet en wet wat er allemaal is. Een buurtapp kan helpen, maar persoonlijk is beter.”

“In tehuizen is een snel verloop, je hebt nauwelijks kans om nieuwe relaties aan te gaan. Als mensen overlijden worden ze niet gemist. Dat is erg.”

“In kringloopwinkels kun je even ‘gluren’, beetje snuffelen, je hoeft verder niks.

We moeten veel van die ‘snuffelplekken’ hebben, in de wijken. Waar mensen gewoon even kunnen zijn, zonder activiteiten of iets.”

“Samen doen is motiverend, je triggert elkaar om verder te gaan.”

“Haags Ontmoeten is goed, laagdrempelig en iedereen door elkaar in de ontmoeting. Dan leer je veel van elkaar.”

“Verwarde mensen lopen gewoon op straat, zoekend naar iets of iemand.”

“De meeste situaties zijn heel persoonlijk en passen niet in een hokje. Mensen weten niet waar ze heen kunnen voor hulp. Wijkverpleegkundigen zouden het moeten kunnen doen.”

“De zin in het leven loopt terug, met ondersteuning kom ik er wel.”

“Mensen om me heen vallen weg.”

“Als mensen niet de deur uit kunnen, kun je ook dingen bij hen thuis brengen die helpen, bijvoorbeeld een computer of een robotkat. Daar hoort dan ook les bij en overredingskracht, want mensen hebben angst, “kan ik toch niet”. Lesgeven met een schrift erbij, om alle dingen op te schrijven die je leert.”

“De gemeente zou beter kunnen helpen om belangrijke voorzieningen in stand te houden. Door een ontmoetingscentrum structureel te financieren, en meer te geven dan € 250,- voor koffie per jaar. Een professional die er altijd is en voor continuïteit zorgt, waardoor bewoners samen meer kunnen doen. Meer mensen direct stimuleren.”

“Een gezonde geest in een gezond lichaam is de basis. Ik heb zelf geëxperimenteerd op basis van zelfstudie en mijn gezondheid, mobiliteit, slaapritme is enorm verbeterd. Ik kon bijna niet meer lopen, nu loop ik elke dag vele kilometers. Geen alcohol en begrijpen hoe je lijf werkt.”

“Wie is geïnteresseerd in mijn verhaal?”

"Als mensen vragen 'hoe gaat het' zeg ik al gauw 'goed', maar ik heb eigenlijk altijd pijn. Dat went niet. Soms moet ik even stilstaan van de pijn en dan weer door. Het belemmert me, maar ik wil niet stil blijven staan. Mijn natuurgenezer, gymnastiek en zelfvertrouwen houden me op de been!"

"Ik volleybal, dat is gezellig en goed voor mijn conditie. Ik wil goed balans houden, fit blijven, ook door gezond te eten."

"Ik was erg ziek en moest in het ziekenhuis een heel traject doorlopen. Het was goed, ik was vol vertrouwen en gelukkig is het ook goed gekomen. De zorg dat het terugkomt is er nog wel, maar je gaat weer verder. Je wordt dan wel met je neus op de feiten gedrukt, maar het is belangrijk dat je daar niet in blijft hangen."

"Ik wil het op mijn manier doen. Mijn familie heeft me daar wel op aangekeken, maar uiteindelijk is de relatie weer goed gekomen. Ze respecteren hoe ik het wil doen."

"Ik geniet van mijn kinderen en kleinkinderen en vind het belangrijk dat zij mogelijkheden hebben voor ontplooiing."

"Veerkracht is heel belangrijk."

"Veel ouderen hebben diabetes en overgewicht en ondernemen zelf weinig actie. Ik snap het wel, ik gun mezelf ook mijn pleziertje."

"Suiker is verslavend. In de voedselproductie is veel winst te behalen. Maatregelen via btw zouden ook helpen. In je eentje zijn en in je eentje eten helpt ook niet mee."

"Het is je eigen verantwoordelijkheid, maar het is heel moeilijk om verzet te plegen tegen alle verleidingen. Bijvoorbeeld alcohol. Veel ouderen drinken te veel."

"Ik kreeg vlak na mijn pensionering een hartinfarct. Dat komt vaker voor, je hersenen kunnen de overgang niet verwerken. Daar zou meer voorlichting over gegeven moeten worden, actief blijven in die periode. Ik kreeg daarna Parkinsonisme, daar had ik ook nog nooit van gehoord."

"Belangrijk is: je geest blijven prikkelen, computerles blijven nemen om de veranderingen bij te kunnen houden, fietsen (veilige fietspaden!), veilig gedrag stimuleren (en zelf mensen erop aanspreken). Tip: spiegel op je fiets, antislip op je pedalen en een helm op als je op een e-bike fietst."

"Er zijn in Den Haag en ook in Laak veel mogelijkheden voor sociale ontmoetingen. Behalve De Stiel is er bijvoorbeeld het Vadercentrum. Maar ik ga ook wel buiten de wijk, bijvoorbeeld naar Het Klokhuis. In Laak wonen veel verschillende nationaliteiten. 51% Van de bewoners is laaggeletterd. Dan is het belangrijk dat de website (liefst in je eigen taal) kan worden voorgelezen."

"Het zou fijn zijn als er in alle gezondheidscentra en huisartspraktijken een ouderenverpleegkundige zou zijn."
"Stimulerend is regelmatig een vragenlijst te krijgen over seniorvriendelijk. Dat stimuleert, zet je aan het denken."

"Ik voel me gezond, maar ben het eigenlijk niet. Ik moet er rekening mee houden: voldoende bewegen en een goed eetpatroon."

"Ouderdom komt met gebreken: ogen, oren, hart, depressie na val. In coronatijd is er minder controle, word je meer op jezelf teruggeworpen."

"Als je ouder wordt moet je zelf én je omgeving accepteren dat je gezondheid achteruitgaat".

Ook al hebben mensen (chronische) ziekten en beperkingen:

"Ik geef mijn gezondheid een 7, omdat ik mobiel ben en naar buiten kan.
Ik geef mijn gezondheid een 8, omdat we samen zijn en niet eenzaam.
Ik geef mijn gezondheid een 7, omdat ik alles kan.
Ik geef mijn gezondheid een 9, omdat ik heel ziek was en er weer bovenop ben.
Ik geef mezelf een 10, omdat ik fit ben, leuk werk doe, collega's heb, een goed ritme heb."

"In het buurthuis van Schroeder vind je aandacht en een kop koffie met een koekje."
"Buren, bezigheden, mensen opzoeken buitenshuis."
"Een vriendin hebben is fijn."

"Ik heb me aangemeld voor vrijwilligerswerk, maar nooit meer iets gehoord. Aanmelding moet opvolging krijgen."

"Vragen om hulp, dat is een hoge drempel."
"Eenzaamheid door het wegvallen van contacten."

"Mensen nemen snel van je over, dat is niet fijn."
"Er zit onrust in mijn hoofd, maar dat moet je zelf verwerken. Een psycholoog of een vriendin die je vertrouwt kan helpen. Aandacht is belangrijk".
"Als ik me niet goed voel ga ik wandelen, ik noem het 'helend lopen'. Zwemmen in zee helpt ook."
"Ik vind het belangrijk dat ik er goed uitzie."

"Er zouden meer mensen in de zorg moeten werken en camera's die opletten. Er zijn te weinig mensen, mishandeling en diefstal in de verpleeghuizen wordt niet gezien. Mensen schamen zich ervoor om het te melden, ze blijven er mee lopen."

"Aanraking wat je niet wilt, noem ik misbruik. Er zouden meer vertrouwenspersonen moeten zijn waar mensen ook echt op kunnen vertrouwen."

"Meer vaste mensen in de zorg en mensen die hun cliënten serieus nemen en er de tijd voor hebben".

"Als je alleenstaand bent en je wordt ziek, heb je niemand."
"Alle 75-plussers zouden een alarmbel moeten krijgen, via de huisarts."

"Sport is belangrijk, samen met de fysio blijf ik in goede conditie."
"Ik doe mijn huishouden zoveel mogelijk zelf. Ik gebruik lichte apparaten, zodat ik het vol kan houden. Als ik het niet meer kan, is er thuishulp."

"Het is fijn om energiek en mobiel te zijn. Als het niet meer zo is vergeet je dat gauw. Ik heb diabetes, toch voel ik me energiek."
"Ik heb artrose en kan heel slecht zien. Ineens, het kwam van de ene dag op de andere. Je weet niet wat je hebt, ergens komt er inzicht dat het leven eindig is."

"Ik heb mijn heup gebroken, pinnen in mijn been, dat gaf een mentale omslag. Ik ben mijn huis opnieuw gaan waarderen en heb een scootmobiel gehuurd. Ik heb erg moeten zoeken, hoe kom je erop wat je nodig hebt, wat je kunt gebruiken? De huisarts heeft ook niet geïnformeerd of het thuis wel goed met me ging. Van een ouderenconsulent of zo had ik nog nooit gehoord, dat hoor ik hier nu pas."

7 Buitenruimten en Gebouwen

"De woonomgeving in Scheveningen is heerlijk. Wel heel druk. In de coronatijd durfde ik soms de deur niet uit, omdat er zoveel mensen vlak voor mijn deur langs lopen."

"Ik vind het erg dat kinderen tot negen of tien uur 's avonds buiten zijn en lopen te schreeuwen. Als je er wat van zegt worden de ouders boos. Er is geen correctie, ook niet onderling naar elkaar toe. Het zou goed zijn als er lessen komen over 'rekening houden met elkaar'."

"De wijkagent komt niet meer om even een praatje te maken. Het persoonlijke is ervan af. Mensen worden dan onverschillig, balkon wordt volgegooid met rommel, het is heel lastig."

"Op straat is er veel rommel en kinderen maken tot laat in de avond herrie. Ze zouden regels moeten krijgen."

"De Transvaal wijk waar ik woon is veilig."

"We groeten elkaar op straat."

“ De wijkagent komt niet meer om even een praatje te maken. Het persoonlijke is ervan af. Mensen worden dan onverschillig, balkon wordt volgegooid met rommel, het is heel lastig. ”

8 Transport

"AV070: Rollators kunnen vaak niet mee vanwege waterstoftanks. Dat is wel erg."

"Sommige mensen willen niet in een scootmobiel; uiteindelijk kunnen ze zich eroverheen zetten en zeggen dan 'dat had ik veel eerder moeten doen.'"

"Toegankelijkheid en goed frequent openbaar vervoer is heel belangrijk."

"Ik rij zelf auto. Het parkeerbeleid in Den Haag is niet eerlijk. Je betaalt eigenlijk dubbel. Het Centrum is met de auto slecht te bereiken."

"Ik vind niet dat je ouderen voor moet trekken. De Invalide Parkeerpas is goed, voor mensen die het nodig hebben. Je moet niet jongeren tegen je in het harnas jagen."

"Bij AV070 zou geen eigen bijdrage gevraagd moeten worden, die is nu 18 euro per jaar."

"De vervoersvoorzieningen zijn ingewikkeld geregeld met prijzen, waar ze wel en niet naar toe mogen en andere regels. Regiotaxi mag wel naar Zoetermeer, AV070 niet. Er is ook Begeleiden en Rijden met particulieren, maar ik voel me bezwaard hen te vragen."

"Ik ben minder mobiel vanwege mijn hond. Die mag niet mee met AV070."

"Het openbaar vervoer in Scheveningen is schande", vooral de lijnen 18 en 23. Noord West Den Haag wordt slecht ontsloten. Scootmobiel is vaak een gevaar op de weg, vaak door het gedrag van de rijder, soms door het overige verkeer op dezelfde baan.

Het is aan te raden om fietsers op de rijbaan te laten of op meer plaatsen 2-richtingsverkeer fietspaden aan te leggen. Hierdoor wordt het straatbeeld voor oudere voetgangers rustiger."

Over veiligheid op straat zijn veel dingen te zeggen:

"Je moet oppassen wat je zegt, je kunt een klap krijgen."

"Die 1,5 meter afstand houden veel mensen niet."

"Ik zoek het niet op. Ik ga 's middags naar activiteiten of ik ga vroeg in de avond met de auto."

"Er gebeurt niet echt iets, wel rare opmerkingen, die bedreigend kunnen voelen. Daar kan de gemeente niks aan doen."

9 Financiën

"Ik maak me zorgen over mijn pensioen. Stop met het niet indexeren van de pensioenen!"

"Geen zorgen over morgen."

"Er is veel stille armoede, mensen zijn niet op de hoogte van financiële regelingen en mogelijkheden. De informatie moet persoonlijk, van mond tot mond. Dan brengen mensen het onderling verder."

"Veel ouderen vinden het moeilijk om 'de hand op te houden', ze schamen zich ervoor. Als je weinig geld hebt ligt eenzaamheid op de loer."

"Ik voel de sociale druk om te verhuizen als je te groot woont. Maar in de eigen wijk is vaak geen geschikte woning te vinden. In Laak worden wel appartementen gebouwd, maar die zijn duur."

"Sociale zekerheid staat onder druk".

"Waar kun je nog heen met de financiële zaken? Veel banken zijn dicht, pinapparaten weg. Zelfs het stadsdeelkantoor is nog dicht."

"Zorgverzekering zou niet op commerciële basis moeten werken".

"Daar ben ik het niet mee eens. Ik heb gewerkt bij een zorgverzekeraar en heb ervaren dat het oude ziekenfonds discriminerend was en met 'klassen' werkte. Nu bepaalt de overheid wat in de basis vergoed wordt. Als je meer wilt, moet je aanvullend betalen."

"Het inkomen staat stil en alles wordt duurder."

"Ik maak me zorgen over mijn financiële situatie. De zorgpremie en de eigen bijdrage is pittig!"

“ Ik voel de sociale druk om te verhuizen als je te groot woont. Maar in de eigen wijk is vaak geen geschikte woning te vinden. In Laak worden wel appartementen gebouwd, maar die zijn duur. ”

GERAADPLEEGDE LITERATUUR

- AGE Platform Europe, AGE Barometer, 2019
- Centraal Bureau voor de Statistiek, Ontwikkeling inkomen en vermogen 65-plussers na '95, 2017. [online] <https://www.cbs.nl/nl-nl/nieuws/2017/10/ontwikkeling-inkomen-en-vermogen-65-plussers-na-95>, [bezocht 27 oktober 2020]
- Centraal Bureau voor de Statistiek, arbeidsdeelname ouderen tweede kwartaalbericht 2020
- Commissie Toekomst zorg thuiswonende ouderen, Oud en zelfstandig in 2030; Een reisadvies, 2020 [online] <https://www.rijksoverheid.nl/documenten/rapporten/2020/01/15/oud-en-zelfstandig-in-2030-een-reisadvies>
- COSMIN. Consensus-based Standards for Selection of Health Measurement Instruments. Available online: <https://www.cosmin.nl/cosmin-tools/>
- Dikken, J., van den Hoven, R.F.M., van Staalduinen, W.H., Hulsebosch-Janssen, L.M.T., van Hoof, J. (2020a) How older people experience the age-friendliness of their city: Development of the Age-Friendly Cities and Communities Questionnaire. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020;17(18):6867 doi: 10.3390/ijerph17186867
- Dikken, J., van den Hoven, R.F.M., van Staalduinen, W.H., Hulsebosch-Janssen, L.M.T., van Hoof, J. (2020b) De Age-Friendly Cities and Communities Questionnaire AFCCQ (Nederlands). De Haagse Hogeschool, Den Haag. ISBN: 9789083074375
- Europese Commissie, Report on the Impact of Demographic Change, 2020
- Garner, I.W.; Holland, C.A. Age-friendliness of living environments from the older person's viewpoint: Development of the Age-friendly Environment Assessment Tool. *Age Ageing* 2020, 49, 193–198, doi:10.1093/ageing/afz146.
- Gemeente Den Haag, DHIC/GDH/DPZ, bewerking OCW/OKPB, 2020
- Gemeente Den Haag, Gemeentelijke Ouderenmonitor 2020, 2020b
- Kooiker, S. en A.M. Marangos (2020). Gezondheid. In: De sociale staat van Nederland: 2020. Geraadpleegd op 6 november 2020 via <https://digitaal.scp.nl/ssn2020/gezondheid>
- Lijzenga, J.; Gijsbers, V.; Poelen, J.; Tiekstra, C. (2018) Ruimte voor Wonen. De Resultaten van het WoonOnderzoek Nederland 2018; Ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties, Den Haag. Beschikbaar online: [https://www.woononderzoek.nl/document/Ruimte-voor-wonen--de-resultaten-van-het-WoON2018-\(interactief\)-/174](https://www.woononderzoek.nl/document/Ruimte-voor-wonen--de-resultaten-van-het-WoON2018-(interactief)-/174) (accessed on 22 August 2020)
- Marston, H.R., van Hoof, J. (2019) "Who doesn't think about technology when designing urban environments for older people?" A case study approach to a proposed extension of the WHO's age-friendly cities model. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16(19):3525. doi:10.3390/ijerph16193525
- Ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties, Ruimte voor wonen. De resultaten van het WoonOnderzoek Nederland 2018, 2019
- Sociaal en Cultureel Planbureau, Alle ballen in de lucht. Tijdsbesteding in Nederland en de samenhang met kwaliteit van leven, 2018
- World Health Organization. Global Age-Friendly Cities: A Guide; World Health Organization: Genève, Zwitserland, 2007; ISBN 9789241547307
- World Health Organization. Measuring the Age-Friendliness of Cities: A Guide to Using Core Indicators; World Health Organization: Genève, Zwitserland, 2015; ISBN 9789241509695
- World Health Organization. The Checklist of Essential Features of Age-Friendly Cities; World Health Organization: Genève, Zwitserland, 2007

“ Er was een tijd dat ik vanwege corona echt het huis niet uit durfde. Nu kun je niet doen wat je zou willen. Vrijwilligerswerk en hobby’s zijn gestopt. Daar word je emotioneel van, verdrietig. Je hebt nu een stok achter de deur nodig. ”

Adresgegevens



Johanna Westerdijkplein 75
2521 EN Den Haag