

# Activiteitenplan 2019-2022

Beek, een seniorvriendelijke gemeente.



## Inleiding

Het aantal ouderen in Beek neemt toe. Mensen worden ouder en wonen ook langer zelfstandig thuis. 25% van onze Beekse inwoners is 65-plusser. En dit aandeel zal in de toekomst alleen maar verder stijgen. Niet vreemd dus, dat de gemeente Beek een seniorvriendelijke gemeente wil worden. Een gemeente waar het goed wonen en leven is voor onze senioren. Waar iedereen mee kan doen en waar tal van activiteiten worden georganiseerd waarmee eenzaamheid wordt tegengegaan. De raad en het college hebben zich hierover uitgesproken, maar wat gaan we hiervoor doen? Een overzicht van activiteiten en een planning is hieronder uiteengezet. De activiteiten worden in samenwerking met partners uitgevoerd. Dit zijn onder andere de welzijnsinstelling PIW, Burgerkracht Limburg, de Culturele Werkgroep Beek en de lokale KBO's.

## 1. Uitvoering van activiteiten – gericht op Beekse senioren in het algemeen

Het manifest voor een seniorvriendelijke gemeente van de KBO-PCOB wordt ter hand genomen. Dit manifest geeft aanbevelingen voor seniorvriendelijkheid. Veel zaken die in het manifest genoemd staan, voert de Gemeente Beek al uit. Dit zijn bijvoorbeeld: menselijke hulp door middel van loketten, het stimuleren van onafhankelijke cliëntondersteuning en het zorgen voor vervoer vanaf huis. Om hierin nog een extra slag te maken, worden aanvullend hierop nog een aantal activiteiten uitgevoerd. Tevens sluiten wij ons aan bij "Een tegen eenzaamheid", het landelijke programma dat door het Ministerie van VWS is geïnitieerd om eenzaamheid tegen te gaan.

### 1.1. Inclusieve samenleving

De gemeente Beek wil graag op 31 december 2020 een inclusieve gemeente zijn. In een inclusieve gemeente neemt iedereen op basis van gelijkwaardige rechten en plichten deel aan de samenleving. Het maakt niet uit wie je bent, van welke afkomst je bent of dat je een chronische ziekte of een beperking hebt. Beek wil een aantal belemmeringen wegnemen of beperken, zodat iedereen mee kan doen. Beek is voor iedereen!

De toegankelijkheid moet beter en dan bedoelen we niet alleen de fysieke toegankelijkheid, maar ook de sociale toegankelijkheid, de manier waarop mensen benaderd worden en hoe met hen wordt omgegaan. Enkele voorbeelden:

- zorg ervoor dat openbare gebouwen toegankelijk zijn voor mensen in een rolstoel;
- zorg ervoor dat teksten in informatiefolders zo zijn opgesteld dat iedereen ze kan begrijpen.
- zorg dat er op school een rustige werkplek is voor kinderen met concentratiestoornissen.

In situaties als deze moeten er altijd een aantal kartrekkers zijn. Deze hebben zich verzameld in het platform Beek voor Iedereen. Het gaat om ervaringsdeskundigen, ambassadeurs van de coalitie voor inclusie, Burgerkracht Limburg, MEE, ondernemersvereniging Beek Bloeit en de gemeente Beek.

De gemeente Beek zet zich samen met het Platform Beek voor Iedereen in om de bewustwording in de samenleving te vergroten, zodat mensen zich realiseren wat het is om een beperking te hebben en waar mensen met een beperking tegenaan lopen. Hoe mooi zou het zijn als onze burgers, winkeliers en horecamensen zich er meer van bewust zijn wat het is om een beperking te hebben en wat de gevolgen daarvan zijn. Dat geldt overigens ook voor medewerkers van onze eigen, gemeentelijke organisatie. In algemene zin willen we dit bereiken door met ervaringsdeskundigen te luisteren, door hen te laten adviseren, waardoor we van hen kunnen leren.

De gemeente Beek heeft een zogenaamde inclusie-agenda vastgesteld. Hierin zijn de punten opgenomen waar Beek zich in de komende jaren op het gebied van toegankelijkheid mee gaat bezig houden. Een greep uit deze activiteiten:

- Het doen van onderzoek (“keuring”) van de fysieke toegankelijkheid van gebouwen. De resultaten zullen op verschillende manieren (website, app) bekend worden gemaakt;
- Het houden van bijeenkomsten om Beekse inwoners bewust te maken van waar mensen met een beperking tegenaan lopen;
- Het doen van onderzoek naar belemmeringen in de buitenruimte;
- Het maken van een plan hoe mensen met een beperking (nog) meer kunnen worden betrokken bij de totstandkoming van gemeentelijk beleid.

Tevens zal de gemeente Beek onderzoeken of het (financieel) haalbaar is om ringleidingen aan te leggen bij voorliggende voorzieningen waar veel ouderen komen in het kader van ontmoeten en het deelnemen aan activiteiten. Met de aanleg van ringleidingen worden de voorzieningen toegankelijker gemaakt voor slechthorenden.

### **1.2. Het bereiken van de meest kwetsbare en eenzame ouderen**

De gemeente Beek onderzoekt hoe groot de groep kwetsbare ouderen in de gemeente is. Om deze kwetsbare groep ouderen beter te gaan bereiken hebben we afstemming met andere professionals vanuit de wijkteams, maar ook bijvoorbeeld de huisartsen en de fysiotherapeuten, hard nodig. We willen de infrastructuur tussen professionals versterken door middel van het wijkgericht werken. Ook wordt een beweegpas ontwikkeld met als doel steeds meer mensen richting sport en bewegen te leiden. Positieve Gezondheid, dat verderop in dit stuk uitgebreider aan de orde komt, is hierbij de leidraad. Een voorstel omtrent de inzet van beweegmaatjes wordt uitgewerkt.

### **1.3. Investeren in bewustwording**

De gemeente Beek investeert in bewustwording ten aanzien van vragen die leven of wonen, welzijn en zorg. Dit doet de gemeente in samenwerking met partners. Zo worden bijeenkomsten en dialooggesprekken georganiseerd in samenwerking met ons Steunpunt Mantelzorg. De werkwijze hiervan, waarmee wij in 2017 en 2018 met Zorg Verandert ervaring hebben opgedaan, wordt structureel ingebed. Hiervoor zijn wijkteammedewerkers door Zorg Verandert opgeleid tot gespreksbegeleider voor de dialogen. Verder wordt structureel samengewerkt en ingezet op bewustwording via een regionale samenwerking in de Westelijke Mijnstreek met het Zorgkantoor, Hulp bij Dementie en de regiogemeenten.

### **1.4. Duidelijke informatie over de beschikbare Wmo-voorzieningen**

De gemeente Beek verstrekt al duidelijke informatie over de beschikbare Wmo-voorzieningen, maar wil hierin een extra verbeterslag maken. We gebruiken een mix van communicatiemiddelen.

Onze nieuwe website is een toptakenwebsite. Het principe van een toptakenwebsite is dat de belangrijkste taken van de gemeente op de homepage te vinden zijn. Met één druk op de knop krijgt de bezoeker waar hij/zij voor komt. Dit is heel gebruiksvriendelijk. Deze nieuwe website voldoet aan alle wettelijke richtlijnen op het gebied van toegankelijkheid. De website heeft een voorleesfunctie, letters kunnen groter en kleiner worden gemaakt en er kan worden gekozen voor een zwart-wit versie of een kleurenversie (kleurenversie is standaard). Daarnaast communiceert de gemeente Beek (zoveel mogelijk) in begrijpbare taal. Dit is een continue proces waarbij steeds wordt gekeken naar verbetering. De meeste teksten zijn zo kort en krachtig mogelijk.

### 1.5. Dag van de Ouderen



*De Dag van de Ouderen is een moment om de ouderen in de gemeente in het zonnetje te zetten. Een dag met amusement en informatie over welzijn en zorg. Deze activiteiten worden goed bezocht en worden zeer gewaardeerd door de Beekse ouderen.*

De gemeente faciliteert en subsidieert activiteiten die door initiatiefnemers worden georganiseerd in het kader van de Dag van de Ouderen die jaarlijks in oktober plaatsvindt.

### 1.6. Wonen

In 2017 was 55% van de huishoudens 55 jaar en ouder en 35% was 65 jaar en ouder. In 2035 zal 65% van de huishoudens 55 jaar en ouder en 51% van de huishoudens 65 jaar en ouder zijn. Het sterkst groeiende huishoudenstype is het huishouden van 75- plussers. Deze groeit van 17% in 2017 naar 29% in 2035. Het overgrote merendeel van deze huishoudens bestaat uit 1 persoon.

De groep senioren is sterk vertegenwoordigd. De woningvoorraad daarentegen bestaat voor 75% uit eengezinswoningen. Deze eengezinswoningen passen niet bij de kwalitatieve vraag die we in de nabije toekomst krijgen. De vervangings- of transformatieopgave van de bestaande woningvoorraad is een grote uitdaging. Nieuwbouw van woningen en sloop kunnen slechts een minimale bijdrage leveren aan deze uitdaging. De meeste woningen in de gemeente Beek zijn in eigendom van een particulier. Deze particulier beslist zelf of hij/zij in de woning blijft wonen (en deze eventueel aanpast om er te kunnen blijven wonen) of dat hij/zij op zoek gaat naar een andere woning. Het verbouwen van de eigen woning zal worden gefaciliteerd en gestimuleerd door de gemeente Beek. Dit krijgt een plek in de nieuwe Beekse Woonvisie, die in het 1<sup>e</sup> kwartaal van 2019 opgesteld wordt.

## 2. Uitvoering van het project Senior Friendly Communities – gericht op mensen die lijden aan dementie en ouderdomsdepressie en diens mantelzorgers

Met de groei van het aandeel ouderen, neemt ook het aantal mensen toe dat leidt aan dementie. 1 op de 5 mensen krijgt deze ziekte. Daarom participeert de gemeente Beek in het Europese subsidieproject van EU Prevent voor Senior Friendly Communities. In het kader hiervan worden in de periode 2018-2019 een aantal activiteiten uitgevoerd die gericht zijn op mensen met dementie en ouderdomsdepressie en diens mantelzorgers. Er zijn door de gemeente Beek een 4-tal activiteiten ingekocht. In 2018 is reeds een theatervoorstelling over dementie opgevoerd in het Gemeenschapshuis te Neerbeek. Na de voorstelling was er een nazit, waarbij ervaringen konden worden gedeeld. Ook hebben 2 bijeenkomsten over het toepassen van Positieve Gezondheid voor een gezonde leefstijl voor ouderen plaatsgehad. In 2019 is reeds een bijeenkomst georganiseerd waarbij een expert en een ervaringsdeskundige hebben gesproken over het voorkomen van ouderdomsdepressie. Hiermee wordt gewerkt aan het vergroten van het bewustzijn ten aanzien van ouderdomsdepressie. In 2019 worden vanuit dit Europese project nog een aantal activiteiten uitgevoerd.

## 2.1. Inzet op preventie in het licht van Positieve Gezondheid

Positieve Gezondheid gaat om het vermogen om zelf met alle fysieke, emotionele en sociale uitdagingen van het leven om te gaan.

De 6 dimensies van Positieve Gezondheid:



In het najaar van 2018 zijn vanuit het Euregionale project Senior Friendly Communities reeds twee bijeenkomsten in Beek georganiseerd. Tijdens deze bijeenkomsten zijn de onderwerpen Positieve Gezondheid, bewegen, gezonde voeding en sociale veiligheid aan bod gekomen. Dit in de vorm van workshops en korte, interactieve presentaties.

De bijeenkomsten zijn georganiseerd in samenwerking met Partners in Welzijn, het Gezondheidscentrum Neerbeek en Sportlandgoed De Haamen. In 2019 wordt een vervolg gegeven aan het onderwerp Positieve Gezondheid. Er is echter meer nodig dan sec het organiseren van bijeenkomsten. Het is vooral van belang dat we meer mensen gaan bereiken.

De gemeente Beek zet zich in om een leefklimaat te creëren waarin ouderen gezond ouder kunnen worden en waarin eenzaamheid wordt tegengegaan. Sport, bewegen en zingeving zien wij als middelen die hieraan heel goed kunnen bijdragen. Er wordt geïnvesteerd in preventie door middel van het verstrekken van waarderings- en stimuleringsubsidies en de uitvoering van sportzorgprogramma's bij Sportlandgoed De Haamen. Ook is er het aanbod van de lokale (sport)verenigingen. De rol van de gemeente is het ondersteunen en subsidiëren van de verenigingen. Dit wordt aangevuld met de inzet van de buurtsportcoach. De gemeente Beek wil hiermee steeds meer mensen leiden naar een beweegactiviteit.

De inzet op preventie wordt opgepakt in structurele samenwerking met andere partijen, zoals de ouderenverenigingen, de welzijnsinstelling, de buurthuizen, verschillende stichtingen, fysiotherapeuten en Sportlandgoed De Haamen. Er wordt thematisch samengewerkt ten aanzien van gezondheid en laaggeletterdheid.

De ouderenverenigingen zetten zich in voor een gezonde leefstijl voor ouderen. Zo is bijvoorbeeld de KBO Beek begonnen met het aanbieden van suikervrije dranken tijdens activiteiten en wil zij zich inzetten voor keukenworkshops op het gebied van gezond eten. Het Computer Doe- en Leercentrum en De Domeinen organiseren workshops op het gebied van geletterdheid en mediawijsheid. De Vrienden van de Oude Pastorie, een vrijwilligersgroep, heeft verschillende groepen vrijwilligers die een bakkersactiviteit aanbieden en de tuinen daar onderhoudt. In het gemeenschapshuis van Neerbeek, maar ook bij de andere ouderenverenigingen, burgerinitiatieven en zorgaanbieders in de gehele gemeente vinden verschillende activiteiten plaats gericht op ontmoeting, meedoen, zingeving, etc. Ook wordt bekeken of samen met verenigingen walking football voor ouderen in Beek kan worden geïntroduceerd.

Bij Sportlandgoed De Haamen helpt SGL mensen met een hersenaandoening (hersensletsel), waaronder dementie, verder hun leven vorm te geven.

SGL organiseert de volgende activiteiten bij Sportlandgoed De Haamen:

- Sport- en beweegactiviteiten (om de motoriek te simuleren), bijvoorbeeld zwemmen, voetbal, volleybal, grondoefeningen, cardio, boksen boogschieten, fitplan, wandelen en balspellen;
- Geheugentrainingen;
- Wellness-activiteiten.

Het doel van hun trainingen en activiteiten is om deze groep ouderen zo vitaal mogelijk te houden.

Wezenlijk is om in multifunctionele gemeenschapshuizen en andere voorzieningen de laagdrempelige ontmoetings- en activiteitenfunctie vorm te geven. De buurtsportcoach zal zich ook steeds meer gaan bewegen richting de gemeenschapshuizen en krijgt een rol in het project rondom de inzet van de eerder genoemde beweegmaatjes. Positieve Gezondheid is hierbij steeds de leidraad.

## **2.2. Samenwerking tussen lokale groepen ouderen**

De wereld om ons heen verandert: van burgers wordt verwacht dat zij zo veel als mogelijk participeren, de regie op hun leven pakken en langer thuis blijven wonen. Tegelijkertijd zien we dat financiële middelen hiervoor steeds nijpender worden. Ambtenaren zullen anders moeten gaan werken om hierin, in samenspel met andere partijen en de burgers, een nieuwe weg te gaan vinden. We willen de participatie en betrokkenheid van ouderen in de gemeente Beek versterken. De gemeente Beek wil een samenwerking van de lokale ouderenverenigingen stimuleren. We willen ouderen bij het organiseren van activiteiten een kader te bieden dat structuur en ondersteuning geeft. De activiteiten van de lokale ouderenverenigingen kunnen betrekking hebben op uiteenlopende aspecten (maatschappelijk, cultureel, educatief, sportief, etc). Het zijn altijd de vrijwilligers en de ouderenverenigingen zelf die de activiteiten kiezen. Alles begint met hun wens om deze activiteiten te organiseren. De activiteiten versterken de maatschappelijke banden tussen ouderen en ze bevorderen daarnaast de maatschappelijke inclusie van ouderen.

In de gemeente Beek worden door de afzonderlijke seniorenverenigingen al veel activiteiten georganiseerd. De behoefte aan meer onderlinge samenwerking wordt onderzocht. De activiteiten van de verschillende seniorenverenigingen kunnen mogelijk meer op elkaar worden afgestemd, samen worden georganiseerd en er kan mogelijk meer worden samengewerkt op het gebied van communicatie. Hiermee kunnen de activiteiten toegankelijker worden gemaakt voor alle Beekse senioren. Hoe meer senioren deel gaan nemen aan de activiteiten, hoe meer eenzaamheid wordt tegengegaan en een gezonde leefstijl wordt gestimuleerd. Een en ander is afhankelijk van de behoefte die er is bij de seniorenverenigingen.

### 3. Financiën

In de periode tot en met 2022 is een budget van totaal € 50.000 beschikbaar voor uitvoering van de genoemde activiteiten in het sociaal domein (budget uitvoering ouderenbeleid).

Voor de organisatie van de Dag van de Ouderen geldt dat de subsidie wordt verstrekt uit het budget Flankerend Ouderenbeleid.

Voor Beek voor Iedereen geldt dat per 2019 jaarlijks een bedrag ter hoogte van € 5.000 beschikbaar is (budget burgerparticipatie).

Naast deze budgetten ontvangt de welzijnsinstelling Partners in Welzijn, via een separate subsidie, budget voor lokale activiteiten in het kader van (preventieve) ouderenzorg.

Para-graaf	Onderwerp	Welk budget	Verantwoordelijke	Wanneer
1.1.	Inclusieve samenleving	Burgerparticipatie	Gemeente Beek, afdeling Samenleving	2019 e.v.
1.2.	Bereiken van de meest kwetsbare en eenzame ouderen	Uitvoering beleidsnota ouderenzorg	Gemeente Beek, afdeling Samenleving	2019 e.v.
1.3.	Investeren in bewustwording	Subsidie Partners in Welzijn Uitvoering beleidsnota ouderenzorg	Partners in Welzijn Gemeente Beek, afdeling Samenleving	2019 e.v.
1.4.	Duidelijke informatie over de beschikbare Wmo-voorzieningen	N.v.t.	Gemeente Beek, afdeling Samenleving	2019 e.v.
1.5.	Dag van de Ouderen	Flankerend Ouderenbeleid	Gemeente Beek, afdeling Samenleving	Jaarlijks in oktober

1.6.	Wonen	Woonbeleid	Gemeente Beek, afdeling Ruimte	2019 e.v.
2.1.	Inzet op preventie in het licht van Positieve Gezondheid	Uitvoerings- budget Sport  Uitvoering beleidsnota ouderenzorg	Gemeente Beek, afdeling Samenle- ving	2019 e.v.
2.2.	Samenwerking tussen lokale groepen ouderen	Uitvoering beleidsnota ouderenzorg	Gemeente Beek, afdeling Samenle- ving en lokale ou- derenverenigingen	2019 e.v.