

Verzonden 30 april 2020

## Informatiebrief aan de Raad

Zaaknummer: Z/20/042253  
Documentnummer 185527  
Datum: 28 april 2020  
Onderwerp: Pilot Vitaliteit en Veiligheid voor ouderen  
Bijlage(n): *geen*

Geachte Raad,

Valpreventie is een thema wat de aandacht heeft van het ministerie van VWS. Er is uitgebreid onderzoek gedaan wat de omvang is van valincidenten en wat de preventiemogelijkheden zijn van valincidenten. Gemeenten en zorgverzekeraars kunnen aanzienlijke kosten besparen als er minder mensen vallen of minder mensen ernstige letsel oplopen door een valincident in en om het huis.

In Wassenaar heeft de Federatie Wassenaarse Ouderen (FWO) het thema valpreventie op de agenda gezet. Vanwege het grote maatschappelijke effect heeft het college besloten om binnen drie jaar de pilot Vitaliteit & Veiligheid voor ouderen op te starten. Het is een integraal preventieplan, waarmee wordt ingezet op het voorkomen van valongelukken bij ouderen. Een kwart van de ouderen valt en ondervindt daarvan een vermindering van welzijn en of gezondheidsbeleving. Door in te zetten op valpreventie kunnen toekomstige zorgkosten verminderd worden. Na drie jaar wordt de aanpak voor vitaliteit en veiligheid voor ouderen onder gebracht in de reguliere werkzaamheden van de SMOW.

### **Wat houdt de pilot in?**

De uitvoering van het project ligt bij de SMOW, die getrainde vrijwilligers inzet voor huisbezoeken aan een brede doelgroep ouderen van 67+. De bestaande huisbezoeken van de SMOW worden verrijkt met de valpreventie bezoeken. De vrijwilligers adviseren hoe het risico op vallen kan worden verkleind, op de volgende twee gebieden:

- Het advies gaat enerzijds in op noodzakelijke aanpassingen in de woonomgeving, om onnodig vallen te voorkomen. Het betreft o.a. het opruimen van losliggende kledjes, het toevoegen van beugels in de badkamer of andere praktische adviezen. Hierbij worden ook praktische tips gegeven voor mensen met een kleine beurs.
- Daarnaast is er een aanpak op persoonlijk niveau. De belangrijkste oorzaak van vallen is een gebrek aan beweging en de daaruit volgende verminderde lichamelijke mogelijkheden, minder evenwicht en minder spierkracht. Ook chronische ziekten en dementie verhogen de kans op vallen. De onderzoeken naar de oorzaken van het vallen zijn landelijk gebundeld op een

website van het Ministerie VWS<sup>1</sup>. De adviseurs van de SMOW bieden de deelnemers diverse methoden aan om de conditie te verbeteren en vallen te voorkomen.

## **Welzijn en gezondheid**

Het project past binnen het lokale gezondheidsbeleid. De vrijwillige adviseurs bieden de deelnemers beweeg- en valcursussen aan bij de lokale sportschool of fysiotherapeut. Deze worden door de meeste zorgverzekeraars vergoed en ook door de collectieve zorgverzekering van Menzis. Via een groepsaanpak worden mensen gestimuleerd om daarna verder te blijven sporten of bewegen bij de reguliere sportclubs.

Dit jaar wordt ook het sportakkoord opgezet. We verbinden het project met de doelen van het sportakkoord. De doelgroep "vitale ouderen" zijn het startpunt van dit project. De focus ligt op het benaderen van ouderen van 67 jaar die starten met hun derde levensfase. Het project valpreventie geeft een aanleiding de sport- en beweging op te nemen in het dagelijkse leefstijl.

Uit onderzoek blijkt dat ouderen de grootste kans hebben op eenzaamheid. Eenzaamheid kan een sociale reden hebben of een emotionele reden. Ouderen hebben de leeftijd dat ze niet meer zo mobiel zijn, dat hun werkomgeving wegvalt of dat hun partner of vriendenkring wegvallen. Door vroeg te starten met laagdrempelige beweging in groepsverband kunnen we ook op termijn eenzaamheid bij ouderen voorkomen of verminderen.

## **Opbrengsten van het project**

### **1. Minder WMO zorgaanvragen**

Indien minder mensen vallen kan dit de volgende effecten hebben op de Wmo-voorzieningen:

- Minder overbelaste mantelzorgers
- minder gebruik collectieve vervoersvoorziening
- uitgestelde aanvraag Huishoudelijke ondersteuning
- het algemeen welbevinden verbetert en eenzaamheid kan worden voorkomen of verminderd.

Deze effecten zijn moeilijk te kwantificeren doordat de groei van de Wmo zorg zoveel aspecten heeft en de vergrijzing geleidelijk doorzet. De verwachting is dat de zorg zich nog meer zal concentreren rond de oudste doelgroepen.

In de toekomst zullen onze inwoners ouder worden en het aantal mensen met dementie toenemen. Mensen met dementie hebben een hoger risico op vallen. Indien het huis in een vroeg stadium aangepast wordt, kunnen valincidenten voorkomen worden en de mantelzorgers minder belast. Tenslotte voorkomt of vertraagt een sportieve leefstijl ook dementie.

### **2. Minder valincidenten**

Van de 250 mensen die we per jaar gaan benaderen, zullen er ca. 65 mensen (26% GGD Haaglanden Gezondheidsmonitor) zijn die in een jaar vallen als er geen preventieve maatregelen worden genomen.

In het algemeen toont onderzoek aan dat de kans om binnen een jaar te vallen 2,5 tot 3 keer kleiner is na het nemen van preventieve maatregelen. Dit zou betekenen dat de kans om binnen een jaar te vallen terugloopt naar 10% of lager. Het aantal deelnemers dat toch valt zou dan teruglopen van circa 65 naar circa 25; ongeveer 40 personen minder die komend jaar met een valpartij te maken krijgen.

---

<sup>1</sup> <https://www.loketgezondleven.nl/gezonde-gemeente/themadossiers/gezond-en-vitaal-ouder-words/valpreventie/cijfers-en-feiten-valpreventie-ouderen>

Mensen die eenmaal maatregelen hebben genomen om vallen te voorkomen, zullen ook in de toekomst minder vallen. Het effect van de valpreventie wordt dan elk jaar groter, als er elk jaar een nieuw aantal mensen wordt benaderd

	Aantal deelnemers valpreventie	Aantal deelnemers cumulatief	Verwacht aantal dat zou vallen zonder preventieve maatregelen (26%)	Verwacht aantal dat zou vallen na deelname (10%)	Maatschappelijke opbrengst: aantal deelnemers dat NIET valt
Jaar 1	250	250	65	25	40
Jaar 2	250	500	130	50	80
Jaar 3	250	750	195	75	120

De besparingen lopen op daarmee op als we de valpreventie-aanpak in het reguliere welzijnspakket opnemen en de daarmee elke jaar opnieuw een aantal mensen benaderen.

Na drie jaar wordt deze aanpak valpreventie in de reguliere taken van de SMOW opgenomen en is deze budgetneutraal. De kosten van het voorstel worden betaald uit het innovatiebudget. Het innovatiebudget is in het coalitieakkoord beschikbaar gesteld voor preventieve activiteiten, die op een innovatieve wijze met de maatschappelijke partners worden opgezet.

### **Innovatie en monitoring**

De adviseurs zijn uitgerust met een laptop. De laptop vergemakkelijkt de digitale verwerking van de huisscans. Alle gegevens worden opgeslagen in het centrale registratiesysteem, waarmee rapportages worden opgesteld. De adviseur houdt contact met de deelnemers van het project en na een jaar wordt er een tweede huisbezoek gebracht. We vragen een commitment van de deelnemer ten behoeve van de monitoring en registratie van deelname aan diverse valpreventietrainingen en reguliere sportactiviteiten

Met de digitale monitoring wordt een benchmark opgezet tussen meerdere gemeenten, waar het project loopt. Dit is een innovatieve manier om de activiteiten te monitoren en de opbrengsten van de pilot in beeld te brengen. Hiermee kunnen we zien of er over het geheel genomen minder valincidenten plaatsvinden en of een verbetering is opgetreden in de gezondheidsbeleving.

Met vriendelijke groet,  
het college van burgemeester en wethouders,

drs. H.I.P. Opatja,  
gemeentesecretaris

drs. L.A. de Lange,  
burgemeester

Deze brief is digitaal vastgesteld. Hierdoor staat er geen fysieke handtekening in de brief.