



Verslag Eerste bijeenkomst Senioren Zelf Aan Zet

Locatie: De Parel, Rossum

Datum: 25 augustus 2025

In een overvolle De Parel opent Pieter Both de bijeenkomst. Hij is blij met de hoge opkomsten heet iedereen en een aantal genodigden van harte welkom. Dat zijn vandaag burgemeester Antoine Walraven, Conny van Brink, landelijk projectleider en Anja Anders, voorzitter van de KBO-kring. En tot slot Myke Voorsluijs, die deze avond de presentatie zal verzorgen.

Het project is in Maasdriel door seniorenvereniging St. Jozef en KBO Maasdriel opgepakt, met deze bijeenkomst tot gevolg. Dat was niet gelukt zonder de steun van de gemeente en van Ons Maasdriel.

Antoine Walraven zegt namens de gemeente dat 'Senioren zelf aan zet, praat nu over de toekomst' een mooi project is. Het is een goed onderwerp, en het voorziet in een behoefte, getuige ook het groot aantal aanwezigen. Hij wenst een prettige en leerzame avond.

Pieter sluit hierop aan met een gedicht van Ivo de Wijs:

"In het leven zijn drie dingen
Die de ergste bibberingen
Door je donder laten ruisen:
Sterven, scheiden en verhuizen.
Wie de moed niet wil verliezen
Houdt zich dus aan mijn adviezen:
Niet verhuizen en niet scheiden
En vooral niet overlijden"

Dan begint Myke met haar presentatie. (zie ook www.kbomaasdriel.nl/szaz) Mensen worden steeds ouder en blijven langer vitaal. Maar ouderdom komt met gebreken, gemiddeld zo rond het 78^{ste} levensjaar. Op de tafels liggen kleurige papieren met als titel "de glazen bol" Mensen mogen daar voor zichzelf termen invullen. Wat vinden zij belangrijk in hun toekomstig leven? De onuitgesproken vraag is: Hoe zorg je dat je dat ook bereikt?

En nu zijn er al tekorten in de zorg, en die worden alleen maar groter. De woonsituatie is vaak niet meer passend, en kan soms niet worden aangepast aan de

nood. Denk aan te grote tuinen, trappen en drempels. We zijn geneigd om te denken: "komt tijd, komt raad". Maar dat is niet handig. Met het lied "Praten over later" onderstreept Myke dat je niet moet wachten tot je of je partner iets overkomt. Die noodzaak om er nu over te denken, wordt alleen maar groter. Dat toont ze aan met een groot aantal cijfers. Die geven een beeld van Nederland, van Maasdriel en van Hurwenen, Alem, Heerewaarden en Rossum.

De meeste mensen in deze kernen wonen in koophuizen, veelal vrijstaand of tweekappers. Aan de zaal wordt gevraagd wie vindt dat hij/ze te groot woont. Zo'n 20 mensen steken hun hand op. Dan: Wie wil er nu verhuizen. Dat zijn er minder. Maar als je moet verhuizen omdat de situatie dat noodzakelijk maakt, heb je acuut problemen. Welke spullen moeten weg, wie helpt je daarbij?

Belangrijk is dat je een woon- en leefomgeving maakt, waarin je een sociaal netwerk hebt. Maar ook dat je mobiliteit, hobby's en contacten kunt houden. En een veilige basis hebt. Daarvoor moet je op een gegeven moment een beroep op anderen kunnen doen.

Ongeveer 60% van de mensen boven de 80 jaar woont alleen. Die leeftijdsgroep heeft meestal een grote zorgbehoefte en gebrek aan mobiliteit. Het aantal professionele helpers en het aantal mantelzorgers neemt af. Dat geeft aan hoe belangrijk een goed netwerk van vrienden, burens en familie is.

Kortom: denk na over wonen, woonomgeving en sociaal netwerk.

Na een korte pauze wordt aan de tafels de casus over de heer Pieters besproken. Uit de reacties uit de zaal blijkt dat men het moeilijk vindt om hulp te vragen. Aan familie, vrienden en goede burens durft men dat wel. Maar als het lang gaat duren, wordt het lastiger. Het is ook moeilijk om mensen buiten die kring te vragen, als men die al kan vinden. Een goede eerste stap is de huisarts. Die kan verwijzen naar organisaties die kunnen helpen bij het stellen van de vraag. En bij het leveren van concrete zorg.

Men vindt sociale contacten en een goed netwerk het belangrijkste. Daarbij komt ook aan de orde dat het voor alleenstaande mannen moeilijk is om contacten aan te gaan en te onderhouden. Op iemand afstappen, zichzelf of anderen uitnodigen levert toch vreemde blikken op.

Ook kan gebrek aan mobiliteit een probleem zijn en bijdragen aan de eenzaamheid. Maar rolstoeltaxi's, regiotali en Valys kunnen daar goede diensten leveren. Ons Maasdriel (www.onsmaasdriel.nl) kan incidenteel voor vrijwilligers zorgen. Als het langer duurt kan men de zorgverzekering aanspreken.

Ons Maasdriel (onderdeel van Welzijn Bommelerwaard) kan ondersteuning bieden bij keukentafelgesprekken en het beroep op de WMO. Maar ook concrete hulp bieden. Bij de seniorenverenigingen zijn Vrijwillig Ouderen Adviseurs aanwezig, die hier ook kunnen helpen, net als een OCON (Onafhankelijk client ondersteuner) Met vragen kan men ook terecht op het Adviesplein in de bibliotheek Kerkdriel.

De tweede casus gaat over de familie Willems.

Om nu te praten over het dement worden van zichzelf of de partner, vindt men lastig.

Je zou het eerst moeten ervaren om te kunnen zien hoe jij en je partner reageren.

Maar als je het ervaart, zit je in die situatie en kun je niet meer overleggen. Een levenstestament dwingt je toch om dit aan de orde te stellen.

In eerste instantie lijkt de huisarts de aangewezen persoon om te overleggen wat een goede aanpak is. Die kan ook verwijzen naar personen en organisaties die hulp kunnen bieden.

Openheid over de situatie (dus geen angst of schaamte) maakt dat anderen ook begrip hebben en hulp kunnen aanbieden.

Mantelzorgers moeten erg goed advies krijgen. Hoe om te gaan met de demente persoon, en waar hulp beschikbaar is. Organisaties als het Odensehuis en het Alzheimercafé kunnen informatie geven. Je kunt daar op bepaalde tijden terecht met vragen (zie www.onsmaasdriel.nl) Ook hier kan Ons Maasdriel het nodige betekenen.

Aanvullende ziektekostenverzekeringen vergoeden tot 12 dagen per jaar ondersteuning voor mantelzorgers.

Pieter bedankt Myke voor haar presentatie. De zaal doet dat door een daverend applaus.

Dit project slaagt voor ons als er voldoende belangstelling is. En dat blijkt: voor de 3 locaties zijn er meer dan 400 inschrijvingen voor de startbijeenkomst.

De volgende bijeenkomst gaat over de toekomst van wonen, de derde over de toekomst van zorg.

Het project is pas echt geslaagd als mensen na de tweede bijeenkomst aan de slag gaan met de eigen woning en/of nadenken over verhuizen. Dat lijkt nu nog niet aan de hand. Of na de derde bijeenkomst gaan werken aan de versterking van hun sociaal netwerk.

Tot slot dankt Pieter de mensen voor hun belangstelling en hun inbreng.

De volgende bijeenkomst gaat over Wonen. Aanmelden moet op kbomaasdriel.nl/szaz