

GEZOND EN ZELFREDZAAM OUDER WORDEN

Anne de Groote
Windesheim Zwolle
Toegepaste gerontologie
2022-2023

Onderzoek naar het gezond en zelfredzaam ouder worden van de ouder wordende 65+er in Twente.

Gezond en zelfredzaam ouder worden

Anne de Grootte – S1140635

anne.de.grootte@windesheim.nl

Onderwijseenheid: Advies voor een Leeftijdsvriendelijke Dienst

Vak code: TG- ALDixx022

Credits: 25 EC

Collegejaar/periode: 2022-2023/ periode 1,2

Docenten: C. Peek, A. van den Berg en T. Mulders

Opdrachtgever: Twentse Koers

Hogeschool Windesheim Zwolle

Toegepaste Gerontologie

14-02-2023

Voorwoord

Voor u ligt het adviesrapport 'gezond en zelfredzaam ouder worden'. Dit advies is geschreven als afstudeeropdracht vanuit de bachelor Toegepaste Gerontologie aan de Hogeschool Windesheim te Zwolle. Dit onderzoek is uitgevoerd in de periode september 2022 tot en met januari 2023.

De opdracht komt vanuit de Twentse Koers, een samenwerking tussen alle 14 Twentse gemeenten, zorgverzekeraar en zorgkantoor Menzis, GGD Twente en provincie Overijssel (Merkus, 2022). Het doel van het onderzoek is om inzicht te krijgen op het gebied van gezond en zelfredzaam ouder worden onder de 65+er in Twente. Vanuit het project Reablement (een manier om samen met ouderen te werken aan herstel van zijn/haar leven en zelfredzaamheid) (VNG, 2022) is deze opdracht ontstaan.

In dit voorwoord wil ik graag mijn dank betuigen aan Loes Heerts voor de begeleiding tijdens dit advies. Mijn studiebegeleiders tijdens deze afstudeerperiode zijn ook van groot belang geweest, hen wil ik ook graag bedanken voor de begeleiding die zij mij hebben geboden. Daarnaast wil ik mijn critical friends, Ine Bonke en Jan Essens bedanken voor de kritische feedback en leerzame momenten. Als laatste wil ik alle respondenten bedanken, met name de respondenten die tijd hebben vrij gemaakt om met mij in gesprek te gaan over dit onderwerp.

Ik wens iedereen veel leesplezier toe!

Anne de Groote

Borne, 14 februari 2023

Inhoud

Gezond en zelfredzaam ouder worden	2
Voorwoord	3
Inhoud	4
Samenvatting	7
Abstract	8
1. Inleiding	9
1.1 Aanleiding	9
1.1.1 Toekomstbeeld	9
1.1.2 Reablement	9
1.1.3 Achtergrond	9
1.2 Doelstelling, advies en onderzoeksvragen	10
1.2.1 Doelstelling	10
1.2.2 Onderzoeksvraag	10
1.2.3 Deelvragen	10
1.2.4 Adviesvraag	10
1.3 Theoretische kader	11
1.3.1 Reablement	11
1.3.2 Toekomstbeeld	11
1.3.3 Zelfredzaamheid	12
1.3.4 Professionals	13
2. Methoden	14
2.1 Onderzoeksdesign	14
2.2 Co-creatie	15
2.3 Dataverzameling	15
2.3.1 Deskresearch	15
2.3.2 Fieldresearch	15
2.4 Onderzoekspopulatie	16
2.4.1 De vragenlijst	16
2.4.2 De diepte-interviews	16
2.5 Data-analyse	17
2.5.1 De vragenlijst	17
2.5.2 De diepte-interviews	17
2.6 Validiteit en betrouwbaarheid	18
3. Resultaten	19
3.1 Oudere inwoners	19
Ouder worden	20

Zelfredzaamheid.....	21
Kennis	22
Netwerk.....	23
Eigen regie	23
Technologie.....	24
Zorg en ondersteuning	24
Gemeente	25
3.2 Professionals	25
4. Conclusie en discussie	29
4.1 Conclusie	29
4.1.1 Deelvragen	29
4.1.2 Conclusie	30
4.2 Discussie	31
4.2.1 Validiteit.....	31
4.2.2 Resultaten	31
4.2.3 Beperkingen	31
4.2.4 Implicaties	32
4.2.5 Vervolgonderzoek.....	32
5. Advies	33
5.1 Professionals	33
5.1.1 Scholing	33
5.1.2 Ga het gesprek aan.....	33
5.2 Oudere inwoners.....	33
5.2.1 Bekendmaking.....	33
6. Implementatieplan	35
6.1 Bewustwording	35
6.1.1 Onder professionals	35
6.1.2 Onder oudere inwoners	36
6.2 Handvaten bieden.....	36
6.2.1 Voor professionals.....	36
6.2.2 Voor oudere inwoners	37
6.3 Omslag	37
6.4 Benodigde middelen	37
6.5 Begroting	38
Professionals:.....	38
Oudere inwoners:	38
Bibliografie	39

Bijlagen	42
----------------	----

Samenvatting

Inleiding: Reablement is een opkomend thema binnen de zorg- en welzijnssector. Dat ouderen steeds langer zelfredzaam moeten blijven is het toekomstbeeld. Het aantal ouderen neemt drastisch toe en het aantal zorgpersoneel en mantelzorgers wordt minder of zij raken vaker overbelast. Binnen dit onderzoek wordt er gekeken naar de manier waarop de oudere inwoner van Twente waardig gezond en zelfredzaam ouder kan worden.

Methode: Er is een vragenlijst afgenomen bij 120 respondenten over het onderwerp gezond en zelfredzaam ouder worden. Vervolgens zijn er vanuit deze vragenlijst diepte-interviews gevoerd met 15 personen. Deze diepte-interviews zijn gevoerd om verder inzicht te verkrijgen in de behoeftes en mogelijkheden van de oudere inwoners van Twente binnen het thema gezond en zelfredzaam ouder worden. Naast de oudere inwoners is er ook een vragenlijst afgenomen bij de professionals. Er is een online vragenlijst verspreid onder verschillende organisaties. Hierop is een respons ontvangen van 126 mensen met de functie huishoudelijke verzorgende of verzorgende/verpleegkundige.

Resultaten: De oudere inwoners willen zo lang mogelijk zelfredzaam blijven en een groot deel wil daar ook in investeren. Daar komen verschillende thema's bij kijken, zoals kosten, kennis, netwerken etc. Deze bevorderen en belemmeren de zelfredzaamheid van de inwoner. Er zijn verschillen te zien tussen ouderen die zorg ontvangen en ouderen die geen zorg ontvangen. Naast de verschillen gaven beide groepen ouderen aan dat zij het liefst hun kennis en zelfredzaamheid bevorderen door middel van een gesprek met een professional.

Discussie/conclusie: Het is van belang om voor de groep ouderen die niet zorg ontvangend zijn preventief te kijken. Zij zijn de groep waar het meest in geïnvesteerd zal moeten worden. Deze ouderen geven aan het liefst in gesprek te gaan met een professional. Er moeten dus handreikingen geboden worden om het gesprek plaats te laten vinden tussen de oudere inwoner en de professional. De groep ouderen die zorg en/of ondersteuning ontvangen kunnen stimulans krijgen vanuit de professionals die al over de vloer komen. Hier valt nog verbetering te halen onder de huishoudelijke verzorgenden.

Advies: Er moet een urgentiebesef plaatvinden onder de oudere inwoners én de professionals. Zodra mensen het belang van gezond en zelfredzaam ouder worden inzien, zijn zij ook sneller geneigd te investeren in hun eigen leven. Naast het urgentiebesef moeten er vervolgens handvaten geboden worden om de oudere inwoners te kunnen laten investeren en de professionals te kunnen laten stimuleren in gezond en zelfredzaam ouder worden.

Abstract

Introduction: Reablement is an emerging theme within the healthcare and well-being sector. In the future, elderly people will have to remain self-reliant for a longer time. The number of elderly people is strongly increasing, whereas the number of healthcare workers and informal caretakers is decreasing. In addition, these caretakers often are overloaded with work. This research examines how the elderly resident of Twente can grow old in a dignified, healthy, and self-reliant manner.

Method: A questionnaire about healthy and self-reliant ageing was administered to 120 respondents. Subsequently, in-depth interviews were conducted with 15 people based on this questionnaire. These in-depth interviews were conducted to gain further insight into the needs and possibilities of the elderly residents of Twente within the theme of healthy and self-reliant ageing. In addition to the older residents, a questionnaire was also administered to professionals. An online questionnaire has been distributed to various organizations. A response was recorded from 126 people with a domestic support or caretaker/nurse function.

Results: The elderly want to remain self-reliant for as long as possible and a big part of this group wants to invest in this. There are various themes involved, such as costs, knowledge, networks, etc. These promote and hinder the self-reliance of the resident. There are differences between older people who receive care and older people who do not receive care. In addition to the differences, both groups of elderly people indicated that they prefer to improve their knowledge and self-reliance through a conversation with a professional.

Discussion/conclusion: It is important to take a preventive look at the group of elderly people who do not receive care. They are the group in which to invest the most. The elderly indicate that they prefer to talk to a professional. Guidelines must therefore be offered to allow the conversation to take place between the older resident and the professional. The group of elderly people who receive care and/or support can receive encouragement from the professionals who visit them. There is still room for improvement here among domestic caretakers.

Advice: There must be a sense of urgency among the older residents and professionals. As soon as people realize the importance of healthy and self-reliant aging, they are more inclined to invest it in their own lives. In addition to the sense of urgency, tools must then be offered to enable the elderly residents to invest and to encourage professionals to grow older healthily and independently.

1. Inleiding

1.1 Aanleiding

1.1.1 Toekomstbeeld

Als gevolg van de vergrijzing, zullen we de komende jaren voor een uitdaging komen te staan om aan de toenemende zorgbehoeften van de oudere medemens te kunnen voldoen. Het aantal 75+ers zal van 2019 tot in 2040 stijgen met 86% en het aantal 90+ers zal in deze periode stijgen met 151% (Rivm, 2019). In de komende jaren zal het aantal beschikbare mensen voor de mantelzorg fors afnemen. Daarnaast zullen de tekorten aan zorgprofessionals verder toenemen (Sociaal en cultureel planbureau, 2018). Op dit moment speelt het zorgakkoord in Nederland een grote rol door de vergrijzing en de toenemende zorgdruk. Het integraal zorgakkoord (IZA) heeft het doel om de toekomstige zorg betaalbaar, goed en toegankelijk te houden. Hiervoor worden afspraken gemaakt tussen het ministerie van VWS (Volksgezondheid, Welzijn en Sport) en partijen in de zorg (Rijksoverheid, 2022). Eén op de zes mensen werkt op dit moment in de zorg. De verwachting is dat in 2040 dit één op de vier zal zijn. Voor het IZA (Instituut ziektekostenvoorziening ambtenaren) is het doel om dit op maximaal één op de zes te houden. Wanneer dit niet lukt zal de zorg langzamerhand onbetaalbaar worden. Er zal dus grofweg met de groeiende zorgvraag en hetzelfde aantal mensen voldaan moeten worden (Rijksoverheid, 2022). Dat betekent dat we op een andere manier moeten gaan kijken naar de zorg. De vraag die in Nederland en dus ook in Twente speelt is: 'hoe kunnen we ervoor zorgen dat de oudere inwoner waardig oud wordt, terwijl ondertussen de zorg beschikbaar en betaalbaar blijft?'

1.1.2 Reablement

Reablement is een nieuw en opkomend begrip binnen de zorg en welzijn en zal een grote rol spelen met de groeiende vergrijzing en dalende aantal zorgprofessionals. Om de druk op de zorg te verlichten en de zorg betaalbaar te houden moet er ingezet worden op het zo lang mogelijk gezond en zelfredzaam houden van de inwoners. Reablement is een manier om samen met een oudere te werken aan zijn/haar gezondheid en zelfredzaamheid. Het doel hiervan is ouderen zo onafhankelijk mogelijk van de zorg te maken. Dit betekent zo lang en zo veel mogelijk alles (weer) zelf doen (Waardigheid en trots, 2022). Reablement wordt op vele manieren ingezet, het is een interventie om door middel van een intensief revalidatietraject inwoners weer zelfstandig te maken. Nu is reablement ook meer dan alleen een interventie. Het is een gedachtegoed dat vraagt om een gedragsverandering bij zowel professionals en bestuurders als bij de oudere inwoners en de omgeving zelf (Zonneveld, 2022).

1.1.3 Achtergrond

Sinds augustus 2022 is het project 'reablement' van start gegaan binnen de Twentse Koers. Dit project valt onder de themalijn 'ouderen'. De Twentse Koers is een strategische samenwerking tussen de veertien Twentse gemeenten (Almelo, Borne, Dinkelland, Enschede, Haaksbergen, Hellendoorn, Hengelo, Hof van Twente, Losser, Oldenzaal, Rijssen-Holten, Tubbergen, Twenterand en Wierden), zorgverzekeraar en zorgkantoor Menzis, GGD Twente en provincie Overijssel. Twentse Koers werkt samen met vele andere partners zoals zorgaanbieders, welzijn stichtingen, huisartsen, inwonersinitiatieven en schuldhulpverleningsorganisaties (Merkus, 2022). Het werkveld zorg, welzijn en wonen wordt hierin bevorderd door middel van het verbinden van de krachten en de inzet binnen de regio Twente. 'Twentse Koers' heeft verschillende themalijnen. Voor dit onderzoek en advies is er gefocust op de themalijn 'ouderen' (Merkus, 2022).

Met het lopende project 'reablement' is het doel om, in samenwerking met de gemeenten en overige organisaties, de samenleving zo gezond en zelfredzaam mogelijk te maken. Dat is een grote klus die veel tijd gaat kosten, daarom wordt er in stappen gewerkt. Dit onderzoek sluit aan bij dit project. Er gaat onderzocht worden hoe de inwoners waardig, gezond en zelfredzaam oud kunnen worden. Er zijn verschillende thema's die onderzocht worden in dit onderzoek naar gezond en zelfredzaam ouder worden. De thema's zijn ontstaan uit literair onderzoek, input uit de Twentse Koers en input vanuit overige belanghebbenden. In hoofdstuk 1.2.5 en hoofdstuk 2 is nadere informatie over de thema's en literaire achtergrond te lezen.

1.2 Doelstelling, advies en onderzoeksvragen

1.2.1 Doelstelling

Het doel van het onderzoek is in kaart brengen hoe de oudere inwoners van Twente, vanaf de leeftijd 65+, aankijken tegen en gemotiveerd worden om gezond en zelfredzaam oud te worden.

1.2.2 Onderzoeksvraag

Waar liggen de behoeftes en mogelijkheden van de oudere inwoners van Twente als het gaat om gezond en zelfredzaam ouder worden?

1.2.3 Deelvragen

- *Hoe kijkt de oudere inwoner in Twente aan tegen gezond en zelfredzaam ouder worden?*
- *Wat wil de ouder wordende inwoner van Twente zelf investeren in zijn/haar gezondheid en zelfredzaamheid?*
- *Hoe willen de oudere inwoners van Twente hun kennis verbreden om zo lang mogelijk gezond en zelfredzaam oud te worden?*
- *Hoe kan de professional de gezondheid en de zelfredzaamheid van de oudere inwoners bevorderen?*

1.2.4 Adviesvraag

Op welke wijze kan de 65+er uit Twente gestimuleerd worden tot het nemen van eigen regie in gezond en zelfredzaam ouder worden?

1.3 Theoretische kader

1.3.1 Reablement

Reablement is een manier om de zelfredzaamheid van de mensen te vergroten, deze manier wordt in verschillende landen toegepast. Neem als voorbeeld Zweden, waar reablement is gestart. Daar kregen ouderen die hulpbehoevend werden maar toch thuis wilden wonen, niet een standaardaanbod van thuishulp of zorg aangeboden. Zij kregen een intensief revalidatietraject dat er gericht op was hen weer helemaal zelfstandig te maken. Het doel was om aan het einde van het traject de deelnemers weer onafhankelijk en zonder begeleiding of hulp thuis te laten wonen (Vilans, 2018). In Nederland krijgt het thema reablement ook steeds meer aandacht. Langer Actief Thuis is hier een voorbeeld van, dat is het reablement-programma waar de zorgorganisatie Mijzo in Brabant mee bezig is (VGZ zorgkantoor, 2020). Tijdens de pilot, die gedraaid werd door Mijzo, is er een intensief traject opgesteld om de ouderen weer zo zelfstandig mogelijk thuis te laten wonen. Dit traject duurt twaalf weken waarbij de bewoner en de professional samenwerken aan de zelfredzaamheid van de bewoner. Uit de pilot is gebleken dat vijf van de zes deelnemers als afronding weer zelfstandig waren en geen wijkverpleging meer nodig hadden (Waardigheid en trots, 2022). Een ander herstelprogramma is opgezet vanuit de Universiteit Maastricht tussen 2014 en 2016. Het programma heet 'Blijf actief thuis'. Het programma heeft als doel de thuiszorgprofessionals de nodige kennis en vaardigheden te bieden zodat zij deze kunnen toepassen en ouderen kunnen activeren in de thuissituatie. Vanuit deze kennis en vaardigheden kunnen de zorgprofessionals de inwoners motiveren om rekening te houden met hun levensfase en gedragsverandering op het gebied van gezond en zelfredzaam ouder worden. Uit interviews die gevoerd zijn met thuiszorgprofessionals is gebleken dat zij het programma ervoeren als een bekwame manier om her activering toe te passen in de thuiszorg (Parsons, et al., 2019).

1.3.2 Toekomstbeeld

Cijfers

Aangezien Nederland langzaam vergrijst betekent dit dat het aantal ouderen in Nederland toeneemt. Op dit moment zijn er 1.3 miljoen mensen ouder dan 75 jaar. Dit zal in 2030 ongeveer 2,1 miljoen en in 2040 zelfs 2,5 miljoen. Kijkend naar de 75-plussers wonen er 92% nog zelfstandig thuis. Van de 90-plussers is dit zelfs nog twee derde (Rijksoverheid, 2022).

GGD Twente heeft onderzoek uitgevoerd onder de ouderen in Twente. Aan dit onderzoek hebben 13.392 ouderen deelgenomen. Er is onder andere gekeken naar hoe inwoners van Twente hun gezondheid ervaren. 68% van deze respondenten ervaart een (zeer) goede gezondheid. 28 % antwoord 'gaat wel' en 4% antwoord 'slecht'. Een ander onderzocht thema is 'eigen regie'. Een groot deel van de respondenten ervaart een matige regie over eigen leven, 73%. 17% ervaart onvoldoende regie over eigen leven en maar 9% ervaart veel regie over eigen leven (GGD Twente, 2020). Dit zijn twee belangrijke thema's binnen het thema 'gezond en zelfredzaam ouder worden'.

Er lopen ook onderzoeken vanuit de organisatie SOEK (Senioren Op Eigen Kracht). Zichzelf redden is één van de sub thema's waar SOEK onderzoek naar heeft gedaan. Uit de vraag 'kan 1 of meer HDL activiteiten niet geheel zelfstandig uitvoeren' zijn antwoorden geformuleerd binnen verschillende leeftidniveaus. In de leeftijdsgroep 65-74 jaar kan 15% niet geheel zelfstandig 1 of meerdere HDL (huishoudelijke dagelijkse levensverrichtingen) uitvoeren. Bij de leeftijdsgroep 75-84 is dit 34% en bij 85+ers is dit 67% (Visser & Smit, 2019)

Kwetsbare doelgroepen

Kijkend naar de verschillende doelgroepen onder ouderen, zijn deze op gedeeld in drie groepen. De gezonde actieve ouderen waarbij het behoud van participatie en gezondheid voorop staat. Ouderen die te maken hebben met tijdelijke functionele achteruitgang en waarbij aandacht is voor functieherstel. Als laatste de kwetsbare geriatrische patiënten waarbij het gaat om preventief voorkomen van verdere functieverlies en behoud van welbevinden (Gussekklo, 2009). Regiobeeld Twente heeft de verminderde zelfredzaamheid van de inwoners van Twente op kaart gezet. Bij inwoners met een lage sociaal economische status is ondervonden dat zij het minste zelfredzaam zijn. Aandachtspunten hierbij zijn dat zij niet altijd bewust zijn van gezond voeding, genieten staat voorop verantwoord leven, hebben vaker moeite met veel info, (veel) tijd nodig voor technologische ontwikkelingen en moeite met geïndividualiseerde samenleving (Regiobeeld, 2021).

1.3.3 Zelfredzaamheid

Vermindering in zelfredzaamheid

Het CBS heeft de 'zelfredzaamheid van ouderen en gebruik van Wmo' onderzocht. Hier zijn risicofactoren bij verminderde zelfredzaamheid toegelicht. Het gebruik van de Wmo wordt vaak gezien als eerste indicator voor verminderde zelfredzaamheid. De mens kan zich dan niet meer alleen of met informele hulp redden. "Zelfredzame ouderen zijn gedefinieerd als ouderen van zeventig jaar of ouder die zelfstandig wonen en zich in het dagelijks leven zonder overheidssteun, zoals bijvoorbeeld vanuit de Wmo of de Wet langdurige zorg (Wlz), kunnen redden." (Das & de Jonge, 2020). Hieronder vallen ook de ouderen die geen steun krijgen vanuit de overheid, maar wel de mantelzorg vanuit hun netwerk of ouderen die met eigen geld zorg inkopen.

De gezondheidstoestand en persoonskenmerken (leeftijd, geslacht, migratieachtergrond) geven een doorslaggevende rol op zorggebruik. Tijdens het ouder worden krijgen mensen steeds meer ernstige beperkingen en raakt hun sociale netwerk langzaam uitgedund (Das & de Jonge, 2020). Hiernaast heeft het financiële plaatje ook invloed op het gebruik van zorg. Mensen met een lager sociaal economische status zijn vaker minder gezond en hebben een lagere levensverwachting. De financiële status heeft hoogstwaarschijnlijk ook effect op de zelfredzaamheid van een persoon. Ben je ziek of hulpbehoevend maar heb je voldoende geld, kan je diensten inkopen. Als laatst zijn sociale bronnen ook belangrijk voor de zelfredzaamheid van een persoon. Tegenwoordig wordt er veel nadruk gelegd op de hulp en steun van iemands netwerk. Denk hierbij aan partner, kinderen, burens of vrienden (Das & de Jonge, 2020). Het is van belang om ook de doelgroep met lager sociaal economische status en kleiner sociale netwerk te betrekken. Vaak wordt deze doelgroep als 'moeilijk bereikbaar' neergezet in de maatschappij. Of worden ze achtergesteld omdat de oproep tot deelname hen niet bereikt (van den Broeke, Verstappen, Vroom, & Smits, 2020).

Zelfredzaamheid en eigen regie

De Commissie Zelfredzaamheid van ouderen heeft een advies opgesteld aan de minister van Volksgezondheid, Welzijn en Sport. Het aandeel ouderen in de bevolking gaat namelijk toenemen. Ook wonen ouderen steeds langer thuis. Er zal gekeken moeten worden naar de mogelijkheden om de ouderen in staat te stellen om zo lang mogelijk zelfredzaam thuis te wonen. De gezondheidsraad heeft daarom een advies en aanbevelingen opgesteld naar aanleiding van de zelfredzaamheid van oudere inwoners. Het belangrijkste oogpunt is de toename van het aantal thuiswonende ouderen. Onder regie van ZonMW ging in 2008 het Nationaal Programma Ouderenzorg (NPO) van start (ZonMW, 2022). Dit programma is erop gericht de zorg en welzijn van kwetsbare ouderen te verbeteren en op maat te maken. Dit zorgt voor betere zelfredzaamheid, functiebehoud en minder gebruik van de zorg (Gezondheidsraad, 2018). Daarnaast hebben gemeenten ook de taak om ervoor te zorgen

dat kwetsbare ouderen zelfstandig thuis kunnen blijven wonen. Hierbij zijn zij ook verantwoordelijk voor de ondersteuning van mantelzorgers en vrijwilligers. De commissie stelt vast dat een betere samenwerking en aansluiting tussen de regionale kennisnetwerken en landelijke kennisinstellingen moet en kan worden gerealiseerd. Met name de samenwerking tussen professionals uit het medisch en het sociaal domein heeft verbetering nodig. Door de toename aan ouderen zal er volgens de commissie gekeken moeten worden naar de mogelijkheden om de ouderen om ouderen zo lang mogelijk zelfredzaam thuis te laten wonen (Gezondheidsraad, 2018).

Hulpmiddelen/technologie

Er vinden regelmatig onderzoeken plaats naar ouderen en technologie. 'Langer thuis' (Peek, 2016) heeft onderzoek gedaan naar de acceptatie van technologie bij zelfstandig wonende ouderen. Hierin kwam sterk naar voren dat het heel erg uitmaakt op welk tijdstip je de ouderen bevraagt. Het maakt namelijk verschil of een persoon al technologie heeft gebruikt en een persoonlijke ervaring heeft opgedaan of juist niet. Veel ouderen kwamen bij de bevraging over moderne vormen van technologie met het antwoord: 'mooi dat deze technologie er is, dat zal mensen echt kunnen helpen'. Maar, wanneer je vervolgens doorvraagt en vraagt of men dit soort technologie ook zelf in huis willen hebben, dan is het antwoord regelmatig 'oh nee, dit is niet geschikt voor mij, dit is voor mensen die er slechter aan toe zijn dan ik'. Daarnaast antwoorden veel mensen op de vraag wanneer ze het zelf zouden gebruiken met 'wanneer het echt niet anders zou kunnen' (Peek, 2016). Er is vervolgens meer onderzoek uitgevoerd door Langer thuis. Ze kwamen met verschillende belangrijke punten en aanbevelingen. Een belangrijk punt is de bereidheid voor het gebruik van technologie. Niet alle ouderen denken hier hetzelfde over. Er is een verschil tussen wat iemand van technologie vindt voor en na dat hij er gebruik van heeft gemaakt. (Peek, 2016)

Netwerk

Het ontbreken van een sociaal netwerk of overbelasting van het sociale netwerk bij oudere mensen is een veel voorkomend probleem. Veel ouderen zijn afhankelijk van hun netwerk en in vele gevallen bevordert het netwerk hun zelfredzaamheid. Het ideaal voor zorgprofessionals, is om cliënten te stimuleren tot persoonlijke groei en creativiteit. De hulpverleners zien zichzelf als passanten in het leven van de burger. Ze springen tijdelijk in om het sociale netwerk te mobiliseren. Als de zorgzaamheid van de omgeving is gemobiliseerd, trekken de professionals zich terug (Kiers, 2016). Dit is overigens meestal niet het geval. In de praktijk lijkt het vaak een stuk moeilijker om beroep te doen op sociaal netwerk voor ouderen. Doordat de relaties het vaak niet toelaten om dit stukje extra beroep op te doen (Kiers, 2016).

1.3.4 Professionals

De professionals als verzorgenden/verpleegkundigen en huishoudelijke verzorgenden zijn de groep professionals die met regelmaat over de vloer komen bij de oudere inwoners. Zij kunnen dus een grote invloed uitoefenen op de thuiswonende oudere. 'Zorg voor beter' heeft gekeken naar hoe je het beste de zelfredzaamheid van de oudere inwoner kan vergroten en zij kwamen met 5 tips (Zorg voor beter, 2017):

1. Vertrek vanuit zelfredzaamheid en een zorgleefplan bij intake.
2. Beoordeel welke benadering het beste bij de cliënt past.
3. Kies een werkwijze of cliëntgroep.
4. Agendeer zelfredzaamheid op het werkoverleg.
5. Geef het juiste voorbeeld.

2. Methoden

2.1 Onderzoeksdesign

Het doel van het onderzoek is het in kaart brengen op welke manier de ouder wordende inwoner van Twente wordt gestimuleerd tot het nemen van eigen regie in gezond en zelfredzaam ouder worden. Centraal staan de inwoners van Twente en hun behoeften. De mogelijkheden vanuit de zorg, professionals en gemeentes zijn hierbij ook van groot belang.

De commissie van de gezondheidsraad heeft de internationale stand van wetenschap onderzocht binnen het thema 'zelfredzaamheid'. De sub thema's die binnen dit onderzoek naar voren kwamen zijn functioneren, zelfmanagement, eigen regie, zelfvertrouwen, autonomie en welbevinden. Gezondheid en welzijn worden bepaald door de mate van het beschikken over hulpbronnen zoals inkomen, oplossingsvaardigheden, zelfmanagementvaardigheden, opleiding en sociaal netwerk (Gezondheidsraad, 2018). Deze thema's vanuit het advies van de commissie van de gezondheidsraad zijn meegenomen in het onderzoek voor de Twentse Koers. Er zijn 8 thema's ontstaan waaruit interviewvragen zijn opgebouwd. De thema's die naar voren kwamen zijn: ouder worden, zelfredzaamheid, kennis, netwerk, eigen regie, technologie/hulpmiddelen, zorg en ondersteuning en gemeente. De hoofdthema's zijn het gezond ouder worden en zelfredzaamheid. De bedoeling is te achterhalen waar de behoeftes en mogelijkheden liggen om de gezondheid en zelfredzaamheid bij de oudere inwoners van Twente te vergroten. Deze thema's zijn ontstaan vanuit literatuur over gezond en zelfredzaam ouder worden, input vanuit de opdrachtgever en haar partners (Menzis, gemeenten en overige themalijnen binnen de Twentse Koers) en input vanuit de critical friends.

Volgens de gezondheidsraad is het van belang om binnen het onderwerp 'zelfredzaamheid' onderzoek te doen naar verschillende doelgroepen. Om de werkelijke wensen, vermogens en behoeften van de ouderen helder te krijgen en om te kijken naar de ervaringen van de professionals in de praktijk. De gezondheidsraad adviseert om bij het thema 'zelfredzaamheid' onderzoek te doen met kwantitatieve en kwalitatieve methodes (Gezondheidsraad, 2018). Naar aanleiding van deze resultaten is er gekozen voor een mixed-methods. Dit betekent dat er onderzoek is gedaan door middel van kwalitatief en kwantitatief onderzoek. Bij kwalitatief onderzoek ga je diep in op de materie. De wensen, verwachtingen, behoeftes en ontwikkelingen worden in kaart gebracht. Bij kwantitatief onderzoek wordt er onderzoek gedaan onder een grote groep mensen. De resultaten hiervan worden uitgedrukt in cijfers (Fischer & Julsing, 2019).

Er is gebruik gemaakt van fieldresearch en deskresearch. Bij deskresearch wordt er gebruik gemaakt van bestaande gegevens. Dit gebeurt bijvoorbeeld in de vorm van algemene literatuur, databases of voorgaand onderzoek. Bij fieldresearch worden gegevens verzameld door middel van eigen onderzoek (Fischer & Julsing, 2019). Zo zijn verschillende rapporten gebruikt om meer inzicht te krijgen over reablement, gezond- en zelfredzaam ouder worden. Vervolgens is er een vragenlijst opgesteld om inzicht te krijgen in de zelfredzaamheid van de oudere inwoners van Twente. De vragenlijst is afgestemd met de opdrachtgever en de critical friends. Aan de hand van deze vragenlijst zijn er diepte-interviews gevoerd bij de mensen die hun contactgegevens hebben achtergelaten. Een diepte-interview is zoals een goed gesprek tussen twee personen. Waarbij de interviewer geen vragen voorleest maar met de geïnterviewde ingaat op een bepaald thema (Doorewaard, Kil, & van de Ven, 2019).

Zowel de vragenlijst als de diepte-interviews gingen in op de onderwerpen: ouder worden, zelfredzaamheid, kennis, netwerk, eigen regie, technologie/hulpmiddelen, zorg en ondersteuning en gemeente. Naast de oudere inwoners van Twente is er ook de gedachte

van de professional achterhaald. Dit is gebeurd aan de hand van kwantitatief onderzoek. Er is een vragenlijst verspreid onder professionals die in aanraking zijn met de oudere inwoner van Twente.

2.2 Co-creatie

Dit onderzoek is uitgevoerd in co-creatie met de opdrachtgever, partners van de organisatie en de critical friends. Zo is de verspreide vragenlijst en interview-opzet opgesteld in samenspraak. In de eerste weken van het onderzoek zijn er verschillende gesprekken gevoerd met partners binnen dit project. Via de Twentse Koers zijn de vragen afgestemd met verschillende projectleiders, zorgverzekeraar Menzis en de critical friends. Deze vragen zijn ook getoetst onder drie oudere inwoners, om te kijken of de vragen helder en duidelijk waren en om toevoegingen te achterhalen. Naast de vragen zijn ook de behaalde resultaten besproken en is er gespard over mogelijke adviezen en aanbevelingen. De gespreknotities van de critical friends zijn terug te lezen in bijlage 2.

2.3 Dataverzameling

De vragenlijst is verdeeld onder verschillende thema's die naar boven kwamen uit de literatuur en vanuit input van de opdrachtgever en de critical friends. De thema's (gezond) ouder worden en zelfredzaam zijn de overkoepelende thema's. Onder deze thema's vallen de betrokken zes thema's. Zoals in hoofdstuk 2.1 is beschreven. Door het gebruik van deze thema's kunnen de werkelijke behoeften en vermogens van de ouderen helder onderzocht worden. Daarnaast zijn de ervaringen van de professionals op het werkveld van belang in de dataverzameling.

2.3.1 Deskresearch

Onderzoek

Om inzicht te krijgen binnen de thema's gezond en zelfredzaam ouder worden en overige bijbehorende thema's zijn rapporten en literatuur verzameld waarin deze thema's besproken worden. Alleen de bruikbare artikelen die verheldering en versterking opleverden zijn gebruikt in dit rapport.

2.2.2 Fieldresearch

Vragenlijst oudere inwoner

De doelgroep de oudere inwoner van Twente is benaderd door middel van een uitnodiging voor het invullen van een vragenlijst. De vragenlijst is opgezet voor de 65+er die zelfstandig wonend is in Twente. De vragenlijst bestaat uit 24 gesloten vragen, een kwantitatieve vragenlijst. Bij het opstellen van de vragenlijst is er gebruik gemaakt van het netwerk van de Twentse Koers. De wensen van de organisatie 'Twentse Koers' zijn meegenomen in de vragenlijst. De thema's en vragen zijn getoetst bij verschillende belanghebbenden binnen het project 'reablement', de opdrachtgever en de critical friends. Dit om zo de vragen af te stemmen met de literatuur en de praktijk.

De verspreiding van de vragenlijst is op verschillende manieren gedaan. Er is gebruik gemaakt van de netwerken van de Twentse Koers. Daarnaast is er contact opgezocht met verschillende ouderenbonden, buurthuizen, Wmo-raden en overige contacten om zo tot de doelgroep te komen. Voor deze vragenlijst was het van belang om respons te krijgen van inwoners vanuit de veertien verschillende gemeentes.

Vragenlijst professional

Er is ook een vragenlijst opgesteld voor de zorgprofessional. De vragen zijn gebaseerd op het thema 'zelfredzaamheid en eigen regie'. De vragenlijst is opgesteld met kwalitatieve en kwantitatieve vragen. De zorgprofessionals die via deze vragenlijst ondervraagd zijn, zijn de professionals die over de vloer komen bij de thuiswonende inwoners van Twente. Denk

hierbij aan verpleegkundigen/verzorgenden en de huishoudelijke verzorging. De vragenlijst is verspreid onder verschillende organisaties binnen Twente waarvoor deze professionals werkzaam zijn.

Diepte interviews

Vanuit de vragenlijsten van de oudere inwoners zijn er gesprekken gevoerd met de respondenten die hiervoor open stonden. Er was in de vragenlijst een mogelijkheid om je gegevens achter te laten. Via deze mogelijkheid zijn 15 mensen benaderd voor een diepte interview. Alle respondenten zijn 65 jaar of ouder en wonen zelfstandig in Twente. Voor de diepte interviews is er gekeken naar respondenten die wel zorg en/of ondersteuning ontvangen en respondenten die dit niet ontvangen.

2.4 Onderzoekspopulatie

De onderzoekspopulatie bestaat uit de inwoners van Twente die 65 jaar en ouder zijn. Daarbij is gekeken naar twee groepen: de 65+er zonder zorg en ondersteuning vanuit een zorg- en/of welzijnsorganisatie en de 65+er met zorg en ondersteuning vanuit een zorg- en/of welzijnsorganisatie.

2.4.1 De vragenlijst

De oudere inwoner

Begin oktober 2022 werd de doelgroep op verschillende manieren benaderd door middel van een open uitnodiging. Dit is gebeurd door middel van een uitnodiging via een link of via een papieren vragenlijst. Alleen de vragenlijsten die volledig zijn ingevuld zijn meegenomen in het onderzoek. Op de vragenlijst is er respons gekomen van 120 respondenten. De 120 respondenten betreft de thuiswonende 65+er in Twente. Het totaal aantal oudere inwoners in Twente ligt op 128.757, dit aantal bevat thuiswonende ouderen en ouderen die in zorginstellingen wonen (Regiobeeld, 2021). Voor dit onderzoek zijn alleen de thuiswonende ouderen ondervraagd.

	Totaal	65-75	75-85	85+
Totaal	120	75	38	7
Zorg vragend	18	4	10	4
Niet zorg vragend	102	71	34	3

Tabel 1 respondenten vragenlijst de oudere inwoner

De professional

Op de vragenlijst van de professionals is een respons gekomen van 126 professionals die de vragenlijst hebben in gevuld. Hiervan zijn 95 huishoudelijke verzorgenden en 29 verzorgenden/verpleegkundigen.

Totaal	126
Huishoudelijke verzorgenden	95
Verzorgende of verpleegkundige	29
Anders: Coach, Huisbezoeken	2

Tabel 2 respondenten professionals

2.4.2 De diepte-interviews

In de vragenlijst waren er 57 respondenten die open stonden voor een diepte-interview. Hieruit zijn 17 personen gesproken voor een diepte-interview. Onder deze 17 personen vallen ook stellen die tegelijkertijd zijn geïnterviewd, deze stellen zijn meegenomen als één interview, waardoor je uitkomt op 15 interviews die zijn afgenomen. In tabel 3 zijn de gegevens van de 17 geïnterviewden uitgewerkt.

Aantal interviews	Geslacht	Leeftijd	Zorgondersteuning	Gemeente
1	Man	89	Ja	Borne
2	Vrouw	84	Ja	Borne
3	Vrouw	89	Ja	Borne
4	Man	65	Nee	Enschede
	Vrouw	71	Nee	Enschede
5	Man	77	Nee	Almelo
	Vrouw	79	Nee	Almelo
6	Vrouw	65	Nee	Almelo
7	Man	68	Nee	Hengelo
8	Vrouw	75	Nee	Wierden
9	Man	73	Nee	Hengelo
10	Vrouw	84	Ja	Tubbergen
11	Man	83	Ja	Tubbergen
12	Vrouw	80	Ja	Hengelo
13	Vrouw	79	Ja	Enschede
14	Man	87	Ja	Almelo
15	Man	68	Ja	Almelo

Tabel 3 respondenten diepte-interviews

2.5 Data-analyse

2.5.1 De vragenlijst

De vragenlijst van de oudere inwoners bevat kwantitatieve gegevens. Deze gegevens zijn geanalyseerd aan de hand van een statische analyse via Excel.

De vragenlijst van de professionals bevat zowel kwalitatieve als kwantitatieve gegevens. Het kwalitatieve gedeelte is geanalyseerd door middel van open coderen. De kwantitatieve gegevens zijn geanalyseerd aan de hand van een statische analyse via Excel.

2.5.2 De diepte-interviews

De diepte-interviews zijn geanalyseerd met een thematische analyse door middel van deductief coderen. Dat betekent dat er bij de thematische analyse is gekeken vanuit het theoretische kader en het begrippenkader (Verhoeven, 2020).

De eerste stap binnen de analyse was het coderen van elk interview. Per geïnterviewde zijn de transcripten, samenvattingen en audiofragmenten goed doorgenomen en zijn de belangrijkste tekstfragmenten eruit gehaald. Vanuit deze tekstfragmenten is er gekeken naar codes per onderwerp. Deze zijn verwerkt in een codeerschema (zie bijlage 6.1). Vanuit deze codeerschema's is er dieper gekeken naar de codes en de boven hangende thema's. Hieruit zijn vervolgens nieuwe codeerschema's op thema gecreëerd (zie bijlage 6.2). Om zo het resultaat te kunnen zien van de diepte-interviews en de schema's goed te kunnen analyseren. Er is regelmatig in- en uitgezoomd op de codeerschema's om zo tot concrete resultaten te komen.

2.6 Validiteit en betrouwbaarheid

Binnen dit onderzoek zijn er op verschillende manieren de betrouwbaarheid en de validiteit gewaarborgd. In dit hoofdstuk lees je over deze verschillende manieren.

De vragenlijsten zijn vanuit verschillende belangrijke personen binnen het onderzoek gecontroleerd. Voor het uitzetten van de vragenlijst zijn eerst verschillende organisaties, belanghebbenden en critical friends benaderd om te kijken naar verbeter- en aanvulpunten. Uit deze gesprekken is de feedback meegenomen om de uiteindelijke vragenlijst te creëren. Voor het starten van de diepte interviews zijn er twee proefgesprekken uitgevoerd bij twee personen om de interviewopzet te testen. Deze proefgesprekken zijn gevoerd met een critical friend en een belanghebbende. Om zo te kijken waar verbeterpunten lagen in de opzet van het interview.

De vragenlijsten en diepte-interviews zijn volledig anoniem afgenomen. Door middel van toestemmingverklaringen is er toestemming gegeven voor het meenemen van de besproken informatie en is er toestemming gegeven voor het vastleggen van het gesprek. Daarnaast zijn bij de vragenlijsten alleen volledig ingevulde lijsten meegenomen. Incorrect ingevulde vragenlijsten zijn niet meegenomen in het onderzoek. Deze vragenlijsten zijn ook verspreid onder verschillende doelgroepen. Zo zijn de oudere inwoners die betrokken zijn bij ouderenbonden benaderd maar ook oudere inwoners die buurthuizen bezoeken. Om zo respons te krijgen van ouderen met een hoge SES (sociaal economische status) en een lage SES.

Tijdens het analyseerproces is er dubbel controle geweest in mijn bevindingen door mede-studente Daniek de Koning. Om betrouwbaarheid te waarborgen hebben wij elkaars audiofragmenten beluisterd en samenvattingen gecreëerd om zo het analyseerproces en de codeerschema's grondig te bekritisieren en aan te vullen.

3. Resultaten

Binnen dit onderzoek zijn er verschillende personen gesproken. De vragenlijst voor de oudere inwoner van Twente heeft 120 respondenten opgeleverd. Deze respondenten zijn 57 mannen en 63 vrouwen. Vervolgens zijn er vanuit de vragenlijsten 15 diepte-interviews gevoerd met verschillende respondenten. Naast de oudere inwoners is er ook een vragenlijst verspreid onder de professional: de thuiszorg (verpleegkundige en verzorgende) en de huishoudelijke verzorging. De vragenlijst heeft een respons opgeleverd van 126 respondenten. Nadere informatie over de respondenten en de resultaten leest u in bijlage 6 en 7 (oudere inwoners) en bijlage 8 (professionals).

3.1 Oudere inwoners

Zelfredzaamheid is een begrip dat tegenwoordig veel wordt gebruikt. Kijkend naar de vergrijzing en de afname van het zorg personeel hebben onze ouderen in Nederland zowat de plicht om zelfredzaam te blijven, maar hoe denken de ouderen zelf na over hun toekomst, gezondheid en zelfredzaamheid?

De vragenlijst over het onderwerp gezond en zelfredzaam ouder worden is ingevuld door 135+ inwoners in Twente. Niet alle vragenlijsten zijn volledig 100% ingevuld, waardoor er uiteindelijk 120 betrouwbare vragenlijsten zijn meegenomen in dit onderzoek. De 120 respondenten.

Respondenten

	Leeftijdscategorie	Ontvangt zorg	Ontvangt geen zorg	Totaal
Man	65-74	2	35	37
	75-79	1	12	13
	80+	3	4	7
				57
Vrouw	65-74	2	30	32
	75-79	1	13	14
	80+	9	8	17
				63
Totaal:		18	102	120

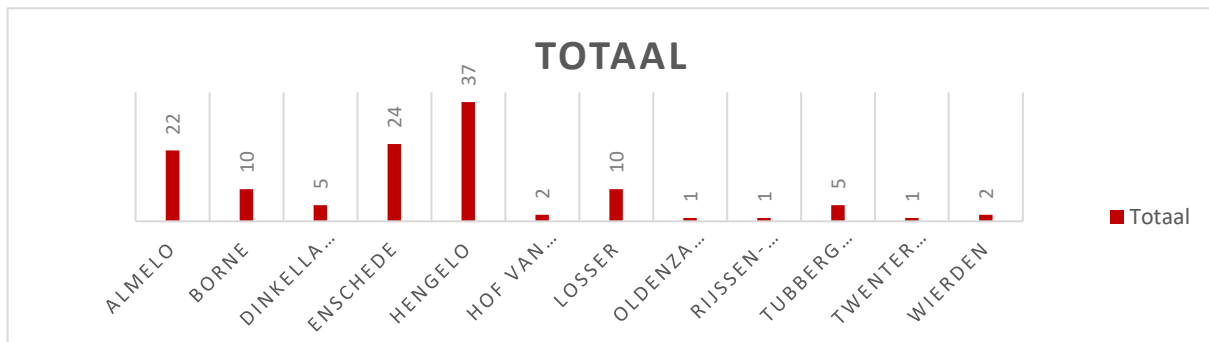
In de tabel hierbeneden vindt u de gegevens over de respondenten die de vragenlijst hebben ingevuld.

Tabel 4

De 120 respondenten zijn onderverdeeld in drie leeftijdsklasse. De jongste groep ouderen van 65-75, de middelste groep ouderen van 75-80 en de oudste groep ouderen van 80+. Onder de groep 65-74 zijn 69 respondenten, waarvan 37 man en 32 vrouw. De groep 75-79 bevat 27 ouderen, waarvan 13 man en 14 vrouw. De groep 80+ bevat 24 ouderen, waarvan 7 man en 17 vrouw.

Daarnaast is er ook gekeken naar ouderen die zorg en/of ondersteuning ontvangen en ouderen die deze zorg en/of ondersteuning niet ontvangen. In tabel 4 die hier boven te vinden is, vindt u de resultaten daarvan, gekeken per geslacht en leeftijdsklasse.

De respondenten van de vragenlijst komen uit 14 verschillende gemeenten. Twente bevat 14 gemeenten, waaronder Almelo, Borne, Dinkelland, Enschede, Hengelo, Hof van Twente etc. In figuur 1, die hieronder te vinden is, vindt u de aantal respondenten per gemeente die hebben gereageerd op de vragenlijst.



Figuur 1 respondenten op gemeenten

Ouder worden

De oudere respondenten zijn bevraagd over hun kijk op (gezond) ouder worden. Uit onderzoek is gebleken dat 87% van de respondenten bezig is met het ouder worden en ook nadenken over hoe zij ouder willen worden. De overige 13% zijn niet bezig met ouder worden.

‘Toekomst’ en ‘ouder worden’ zijn begrippen waar veel mensen over nadenken.

Verschillende vragen komen dan naar boven zoals: *“Kunnen we hier blijven wonen? Wat moeten we ondernemen als dat niet kan? Als mijn man eerder overlijdt, als ik eerder overlijdt? Wat gaat het dan worden?”* – geïnterviewde 8 (75 jaar)

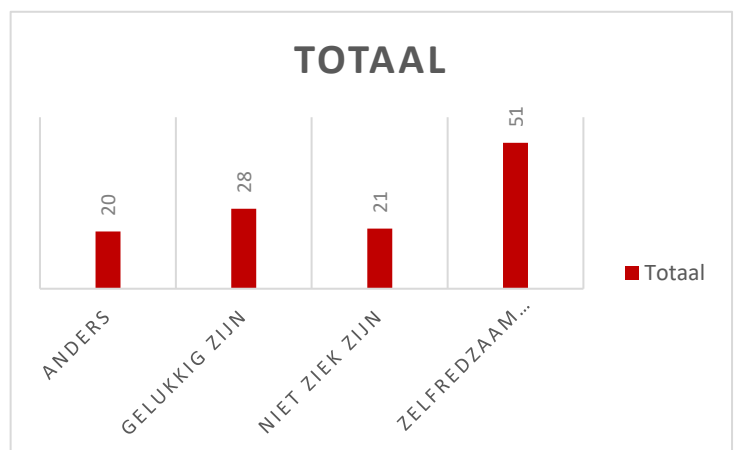
Deze vragen zijn dan ook thema's die regelmatig terug kwamen in de gesprekken met de ouderen. Thema's als gelukkig zijn, zelfredzaam zijn, wonen, ziekte, levensfase en angst.

Wonen was het thema dat veel werd benoemd door de geïnterviewden. Zie tekstfragment: *‘verhuizen naar een gelijkvloerse woning.....dat is een vrij bewuste keuze geweest.’* – geïnterviewde 9 (bijlage 6.1).

Naast wonen is ‘zelfredzaam zijn’ een terugkomend onderwerp. Veel respondenten vertellen dat voor hen zelfredzaam blijven een grote behoefte is. *“Als je alles nog kan, ben je ook een stuk gelukkiger en leef je al een stuk makkelijker en prettiger.”* – Geïnterviewden 4.

Gezond ouder worden

Kijkend naar gezond ouder worden, zijn er vier antwoordmogelijkheden ingevuld. In de tabel hiernaast zijn de resultaten te zien bij de vraag: ‘wat is voor u gezond ouder worden?’ Het meest voorkomende antwoord is ‘zelfredzaam zijn’ met 42.5%. De antwoordmogelijkheden ‘gelukkig zijn’ en ‘niet ziek zijn’ zijn minder vaak ingevuld. Onder het kopje ‘anders’ vallen verschillende antwoorden die na te lezen zijn in bijlage 3.2.



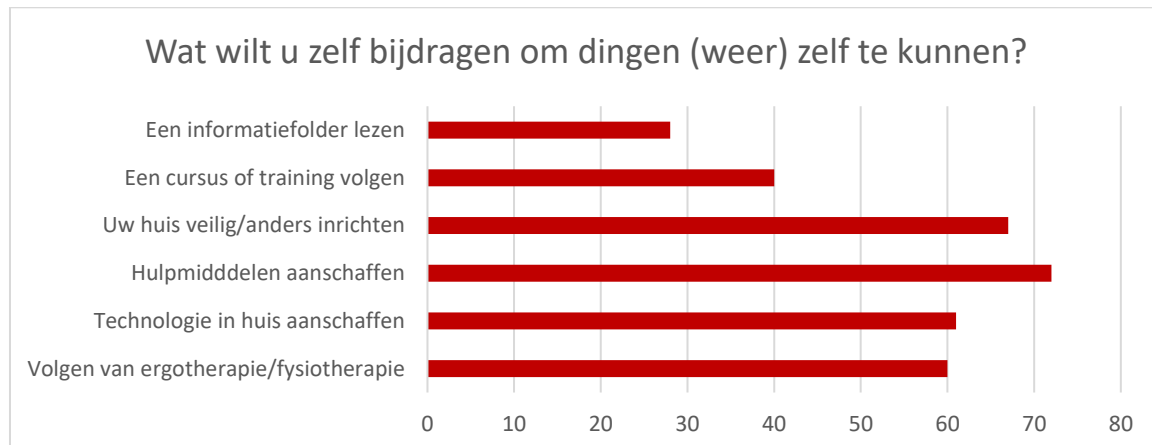
Figuur 2

Zelfredzaamheid

Van de 120 respondenten heeft één geïnterviewde ingevuld dat hij zijn eigen regie en zelfredzaamheid niet zo lang mogelijk wil behouden. Met deze geïnterviewde is ook gesproken tijdens de diepte-interviews. Hij vertelt: *“Nou ik maak me daar niet meer zo druk om. Ik laat het komen zoals het komt. Veel dingen kun je niet meer beïnvloeden.” – geïnterviewde 14 (87 jaar)*. Geïnterviewde 14 vertelde hierbij dat hij het zonde vond dat de verzorgingstehuizen dicht zijn. Dat had hij altijd een mooie laatste fase van zijn leven gevonden. Het onderwerp ‘sluiten van de verzorgingstehuizen’ kwam bij meerdere respondenten naar voren.

99.17% van de respondenten wil dus zijn/haar eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk behouden. Maar denken de respondenten ook na over hoe zij hun leven zouden willen inrichten als niet meer alles zelf lukt? 91 van de 120 respondenten denkt na over het inrichten van hun leven bij mindere zelfredzaamheid. 94.17% wil hier zelf aan bijdragen en investeren in hun zelfredzaamheid. Tijdens de diepte-interviews is het thema zelfredzaamheid bevraagd. Er is uitgediept over hoe de geïnterviewden kijken naar zelfredzaamheid en wat zij voor hun eigen zelfredzaamheid over hebben. Met regelmaat werd op de vraag ‘hoe belangrijk is uw zelfredzaamheid voor u?’ geantwoord met *“zelfredzaam zijn is het belangrijkste, niet afhankelijk zijn.” – geïnterviewde 6 (65 jaar)*.

Daarbij werd er door grotendeel van de geïnterviewden verteld dat zij willen investeren in hun zelfredzaamheid. Hierin is doorgevraagd wat ze zelf willen bijdragen en over hebben voor hun eigen zelfredzaamheid. In dit gesprek kwamen kosten, hulpmiddelen en ‘weer leren’ naar voren. Vanuit de vragenlijst is gevraagd ‘op welke manier wil je bijdragen aan je eigen zelfredzaamheid.’ Zoals in figuur 3 is af te lezen, is de meeste respons gekomen op antwoordmogelijkheid ‘hulpmiddelen aanschaffen’.



Figuur 3

Kosten

Over het stukje kosten werd door de geïnterviewden heel verschillend geantwoord. De één vertelde dat zij zeker geld zouden willen inzetten om zelfredzaam te kunnen blijven. Toch vertelde ook een deel van de respondenten dat geld een belemmerend middel is bij zelfredzaamheid. *“Het moet qua kosten wel allemaal kunnen.” – geïnterviewde 12 (80 jaar)*. Geïnterviewde 11 verteld ook dat hij open staat voor het investeren in zijn zelfredzaamheid zolang het binnen zijn verzekering past. Het verschil ligt hier in de financiële zekerheid die verschillend is per inwoner.

Hulpmiddelen

Hulpmiddelen wordt vaak benoemd als middel voor het vergroten van je zelfredzaamheid. Hulpmiddelen zijn dan ook een laagdrempelige manier om iemands zelfredzaamheid te vergroten. Daarentegen zijn er aan hulpmiddelen wel kosten verbonden. Veel respondenten gaven ook aan dat ze er voor open stonden 'zodra het nodig is'. Over technologische hulpmiddelen wordt verder ingegaan in het hoofdstuk technologie op blz.22.

Weer leren

Veel respondenten gaven aan te willen investeren in hun zelfredzaamheid door bepaalde dingen weer te leren. *"Als je de kans krijgt om je zelfredzaamheid te vergroten door het zelf weer te leren, zouden we dat willen. Als dat betekent dat ik het zelf weer kan in plaats van zorg ontvangen, wil ik dat graag."* – geïnterviewden 4 (65 & 71 jaar)

Mensen willen zeker investeren in hun zelfredzaamheid, maar in sommige gevallen ontbreekt de kennis over het investeren. Onder het kopje 'kennis' in hoofdstuk 3 resultaten is af te lezen wat de oudere inwoner verteld over zijn/haar kennis op dit gebied. En onder het kopje 'gemeente' in hoofdstuk 3 is te lezen hoe de bekendheid en kennis over wat de gemeente doet ligt onder de oudere inwoner.

Kennis

Hoe kijken de ouderen in Twente naar hun kennis en kennis verbreding op het gebied van gezond en zelfredzaam ouder worden?

107 van de 126 respondenten denkt over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden. Dat is 89.17% van de respondenten. In de diepte-interviews is doorgevraagd over de kennisbeschikking en ondersteunende middelen voor kennis vergroting. Veel respondenten op de vragenlijst antwoordde namelijk met 'ja' op de vraag 'denkt u genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden'. Bij het diepte-interviews werd er veel verteld dat de inwoners nog niet genoeg wisten, nieuwsgierig waren naar extra informatie of inderdaad aangaven over genoeg kennis te beschikken. Dit verschilde wel degelijk per persoon. In tabel 7 is te vinden wat de geïnterviewden doen wanneer zij iets niet weten. Bij onwetendheid schakelen ze hun netwerk, internet of professionals in.

Geïnterviewden	Leeftijd	Kennisbeschikking
1	89 jaar	Zoekt het op
2	84 jaar	Vraagt aan dochter
3	89 jaar	Vraagt aan de thuiszorg
4	65 & 71 jaar	Weet de hulpmiddelen niet altijd te vinden
5	77 & 78 jaar	Denkt niet over genoeg kennis te beschikken
6	65 jaar	Zoekt het op
7	68 jaar	Weet veel door werk achtergrond
8	75 jaar	Zoekt het op of vraagt aan netwerk
9	73 jaar	Zoekt op en staat open voor voorlichtingen
10	84 jaar	Weet niet zeker of ze over genoeg beschikt
11	83 jaar	Vraagt aan netwerk
12	80 jaar	Zoekt het wel op
13	79 jaar	Zoekt het wel op of vraagt aan netwerk
14	87 jaar	Vraagt aan netwerk
15	68 jaar	Vraagt aan netwerk/professionals

Tabel 5

Er is gevraagd wat de respondenten kan helpen voor het vergroten van hun kennis. Hierin kwam naar voren dat grotendeel van de respondenten het liefst in gesprek gaat met een professional. Tijdens de diepte-interviews kwam ook naar voren dat de geïnterviewden het

liefst het gesprek aan gaan over gezond en zelfredzaam ouder worden. Zij gaven aan van een professional het meeste op te steken.

Antwoordmogelijkheid	Percentage
Voorlichtingsavond	14.3%
Folder lezen	15.1%
Programma volgen	8.7%
In gesprek gaan met een professional	30.2%
Anders	31.7%

Tabel 6

Netwerk

Het grootste gedeelte van de respondenten vraagt hulp aan hun netwerk als ze hulp nodig hebben, zij voelen hier geen bezwaren bij. 25.2% van de respondenten vraagt ook hulp maar voelt zich hier wel bezwaard bij. 18% van de respondenten vraagt überhaupt geen hulp aan hun netwerk.

Tijdens de diepte-interviews is gesproken over het onderwerp netwerken en omgeving. Hierin valt op dat veel mensen zich niet bezwaard voelen bij het vragen van hun netwerk, maar dat ze wel aangeven het eerst zelf te proberen. *“Ik probeer zoveel mogelijk zelf te doen, kom ik er niet uit dan vraag ik aan mijn familie of de mensen om me heen.”* – geïnterviewde 3 (89 jaar).

Terugkerende codes waren onafhankelijk, geen bezwaar en familie. Hierin werd vaak verteld dat zij hun onafhankelijkheid heel belangrijk vinden. *“Ik heb er de pest aan om mij afhankelijk op te stellen. Ik vind het niet erg om een keer iets te vragen aan niemand en zeker niet als ik dan ook nog iets terug kan doen. Maar als het iets is wat vast is en wat blijft, dan vind ik dat gewoon moeilijk.”* – geïnterviewde 12. Geïnterviewde 1 vertelde hier ook: *“Zolang het niet aan mijn eigen lichaam is, dan wil ik het zelf kunnen. Als dat niet meer kan hoeft het voor mij niet meer”*.

Groot deel van het netwerk bij de oudere doelgroep bestaat uit de familie en vrienden. Netwerken worden met de loop van de jaren wel kleiner en minder. *“Mijn netwerk is uitgewerkt. De laatste van de vorige generatie is pas overleden.”* – geïnterviewde 14.

Eigen regie

Tijdens de diepte-interviews is er ondervraagd hoe belangrijk de oudere inwoners hun eigen regie vinden en waarom zij dat wel/niet belangrijk vinden.

Daarin is eigen regie belangrijk voor velen. Van de 15 personen die geïnterviewd zijn, vertelde één van de geïnterviewden dat hij geen motivatie meer had om zijn zelfredzaamheid te vergroten en dat hij zich niet druk maakt over zijn eigen regie. De overige 14 personen vertelden dat ze het heel vanzelfsprekend vonden dat zij hun eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk willen behouden. Op de vraag: ‘wilt u uw eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk behouden?’ antwoorde geïnterviewde 13: *“ja, dat is voor iedereen denk ik wel belangrijk”* en geïnterviewde 6 vertelde: *“zelfredzaam zijn is het belangrijkste, niet afhankelijk zijn. Je eigen leven willen realiseren.”*

Mijn eigen regie is: “Heel belangrijk. Dat heeft te maken met je eigenheid, dat is voor mij één van de belangrijkste dingen voor je zelfrespect. Als ik

kan voorkomen dat ik mijn eigen regie kwijt raak, dan wil ik dat zeker doen en alles investeren.” – geïnterviewde 7

Technologie

34% van de respondenten maakt gebruik van slimme technologie binnenshuis. Daartegenover staat 94.2% van de respondenten open voor het gebruik van technologie.

Binnen de diepte-interviews is het onderwerp technologie besproken en hoe de oudere inwoners daar naar kijken. Veel mensen staan open voor de technologie, zoals ook uit de vragenlijst is gekomen. Veel mensen vertelden wel dat zij ervoor open staan in de toekomst. Grotendeels omdat veel mensen het zien als luxe product. Zolang het hun zelfredzaamheid vergroot is technologie voor de oudere inwoners een mooie oplossing. Aanschaf van technologie: *“Misschien niet zo zeer als luxe maar als het aan orde zal zijn dan zouden we dat zeker aanschaffen.” – geïnterviewden 5*

Technologie wordt ook gezien als luxe product door de kosten die er aan verbonden zijn. Geïnterviewde 12 geeft aan dat zij open staat voor het gebruik van technologie, omdat ze graag zelfstandig wil blijven, maar het moet betaalbaar blijven. Geïnterviewden 4 vertelt ook *“we staan wel open voor ondersteunende technologie”*, ook vertellen zij *“het is wel belachelijk duur”*. Hierbij vertelde geïnterviewden 4 ook dat zij niet altijd alles weten over dit soort technologie. De vrouw van stel 4 vertelde een verhaal over haar schoonzus die op aanraden van het zorgpersoneel een hulpmiddel kreeg voor het aantrekken van haar kousen. De vrouw vertelt: *“Dat soort dingen wisten wij ook pas toen de zorg daarmee kwam en het aanraadde.”*

Zorg en ondersteuning

In de gesprekken met de oudere inwoners kwam vaak naar voren dat de zorg (verzorgenden/verpleegkundigen) stimulators bieden om gezond en zelfredzaam ouder te worden. Ze stimuleren “door er te zijn als je denkt dat je ze nodig hebt. Maar als je dat niet vraagt laten ze rustig je gang gaan. Dan heb je zelf de keus.” Meerdere personen beaamden dat de zorg stimulators biedt voor het vergroten van je zelfredzaamheid. Geïnterviewde 3: *“Ik probeer zoveel mogelijk zelf te doen en de zorg professional ondersteunt mij daarin”*.

Hier zit verschil met de huishoudelijke verzorging. Van de 15 respondenten die zijn gesproken, ontvingen 9 respondenten in ieder geval huishoudelijke verzorging. Sommige respondenten ontvingen daarnaast ook zorg. In tabel 7 is de respons van de oudere inwoners te zien op het gebied van huishoudelijke verzorging. Hieruit is op te maken dat velen wel tevreden zijn met de huishoudelijke verzorging, maar dat zij hen niet stimuleert tot het vergroten van hun zelfredzaamheid. Zie tabel 8 met informatie over de stimulators van de huishoudelijke verzorgenden.

Geïnterviewden	Respons
Geïnterviewde 1	“Ze (huishoudelijke verzorging) hoeft mij ook niet te enthousiasmeren om zelfstandig te blijven, dit doe ik zelf.”
Geïnterviewde 2	“Bij huishoudelijke hulp vind ik het wel belangrijk dat ik mee kan helpen en in beweging ben, het liefste hebben ze dat je op de stoel gaat zitten en ze niet in de weg loopt”
Geïnterviewde 3	Verteld dat de zorg als stimulator werkt. De huishoudelijke hulp is er verder vooral voor de schoonmaak.

Geïnterviewde 5	*ontvangt geen huishoudelijke verzorging* "Ik zou wel willen helpen met huishouden, dat nemen ze me nog niet meteen helemaal uit handen."
Geïnterviewde 10	"De huishoudelijke hulp is heel zelfstandig, de was en strijken doe ik nog zelf. Zij doet de taken die mij niet meer zo goed lukken."
Geïnterviewde 12	Geïnterviewde 12 ontvangt geen tips vanuit huishoudelijke verzorging, maar zal er wel voor open staan. Ontvangt haar hele leven als huishoudelijke hulp.
Geïnterviewde 13	"Ik help niet bij het huishouden, zij doet dat volledig. Ik ga haar ook niet in de weg lopen. Eigenlijk hoeft ik niks meer te doen. Ik vind fijn dat het zo gebeurt."
Geïnterviewde 15	De huishoudelijke hulp geeft geïnterviewde 15 geen tips.

Tabel 7

Gemeente

In de vragenlijst naar 'gezond en zelfredzaam ouder worden' is er ingegaan op de bekendheid van wat de gemeente doet voor de oudere inwoner. Bij de vraag 'bent u op de hoogte van wat de gemeente voor u doet?' kwam een respons die in tabel 9 is af te lezen. Er is te zien dat een groot deel van de respondenten 'een beetje' op de hoogte is van wat de gemeente doet. De bijbehorende grafiek is te zien in bijlage 7.2.

Antwoordmogelijkheden	Bent u op de hoogte van wat de gemeente voor u doet?	Percentage
Een beetje	68	56.67%
Ja	22	18.33%
Nee	30	25%
Totaal	120	100%

Tabel 8

Bij de geïnterviewden is ook het thema 'gemeente' besproken. Dit om te peilen naar wat de behoeftes en de betrokkenheid van de oudere inwoner zijn binnen de gemeente. De respondenten die zorg of ondersteuning ontvangen zijn over het algemeen bekend met de Wmo en hebben daarmee contact gehad voor het verkrijgen van deze ondersteuning. Veel respondenten vertellen een beetje bekend te zijn met de gemeente. *Geïnterviewde 2: "Je weet weinig van wat er allemaal gebeurt binnen de gemeente. Van wat er kan voor ouderen".*

Binnen dit thema zit er verschil in soort gemeente en in leeftijd. Geïnterviewden 4 vertelde: *"Wij zijn niet oud, dan weet je het niet. We hebben niet iets waar we nu hulp bij nodig hebben. We vinden het wel interessant, dat je weet waar je terecht kan als je ergens tegen aanloopt"*. Er zit ook verschil in de gemeente waarin je woont. Zo kwam er bij de ene geïnterviewde naar voren dat zijn/haar gemeente regelmatig de mogelijkheden stuurt voor welzijnsactiviteiten. Geïnterviewde 8: *"soms krijgen we vanuit de gemeente wel eens een brief dat we ergens aan mee kunnen doen"*. Andere respondenten gaven aan dit niet te ontvangen binnen hun gemeente.

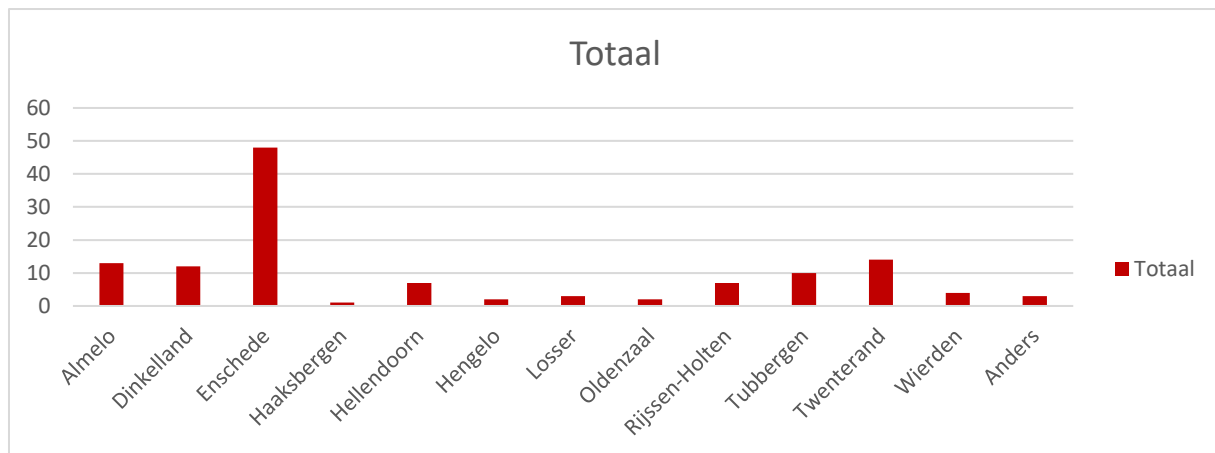
3.2 Professionals

Antwoordmogelijkheden	Wat is uw functie?
Anders	2
Huishoudelijke verzorgende	95
Verzorgende of verpleegkundige	29
Totaal	126

Tabel 9

Zoals in de tabel hierboven aangegeven, zie je dat er 126 respondenten zijn op deze vragenlijst. Daarvan zijn 95 huishoudelijke verzorgenden en 29 verpleegkundigen. De overige 2 respondenten zijn een coach en iemand die huisbezoeken doet voor huishoudelijke verzorging.

De respondenten zijn werkzaam binnen de gemeentes van Twente. Hieronder is aangegeven welke gemeentes de respondenten werkzaam zijn. Onder het kopje 'anders' vallen respondenten die werkzaam zijn onder meerdere gemeenten.

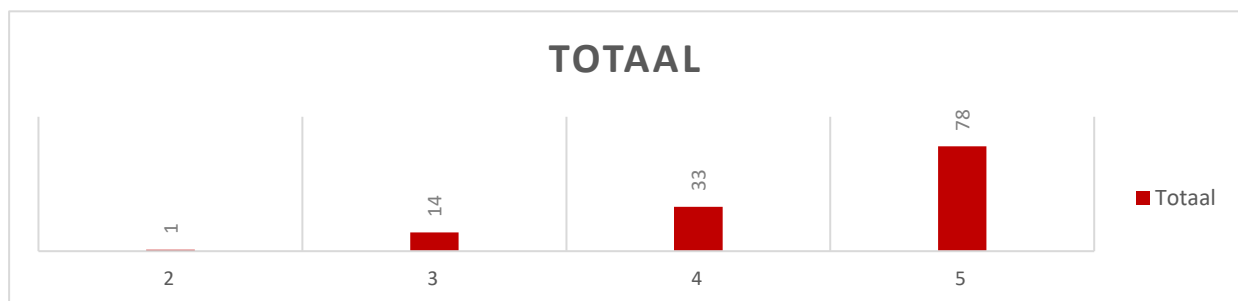


Figuur 4 respondenten op gemeente

De professionals zijn ondervraagd op de onderwerpen 'eigen regie' en zelfredzaamheid. Hoe dragen zij hieraan bij en hun meningen en bevindingen hierover. In bijlage 5.2 is de vragenlijst te zien en in bijlage 8 zijn de resultaten en codeerschema's van deze vragenlijst te zien.

Eigen regie en zelfredzaamheid

Hoe belangrijk is de eigen regie en de zelfredzaamheid van de inwoner voor u? Deze vraag is gesteld onder de 126 respondenten met een schaal van 1 tot en met 5. Schaal 1 is 'niet



Figuur 5

belangrijk' en schaal 5 is 'heel belangrijk'. In figuur 4 is te zien dat groot deel van de professionals de mogelijkheid 5 hebben ingevuld. De zelfredzaamheid en eigen regie van de inwoner is voor deze mensen heel belangrijk. De respondenten die antwoordmogelijkheid 2 en 3 hebben ingevuld zijn een totaal van 15 respondenten en allen huishoudelijk verzorgenden.

Binnen het thema 'eigen regie en zelfredzaamheid' zijn terugkerende woorden: eigen waarde, cognitief, langer thuis en bewegen. Veel respondenten namen in hun antwoord mee dat zij de eigen waarde van de oudere inwoner van groot belang vonden. *"Het zelfstandig zijn van een cliënt is belangrijk voor zijn/haar gevoel van eigen waarde. Ook voor een client die bepaalde dingen niet meer kan is het van belang dat hij dat wat hij/zij belangrijk vindt in het leven zo lang mogelijk kan doen. Tevens is het van belang om de kosten van de gezondheidszorg te beperken"* – respondent 49 (verzorgende/verpleegkundige).

Respondent 29 (verzorgende/verpleegkundige): *“Door eigen regie en zelfredzaamheid behouden de cliënt hun eigen waarde en tellen ze mee in de maatschappij. Een stuk eigen regie houdt de zorg betaalbaar.”*

Antwoordmogelijkheden	Bespreekt u de manier van gezond en zelfredzaam ouder worden met de oudere inwoner?
Ja	112
Nee	14
Totaal	120

Tabel 10

112 van de 126 respondenten geven aan, de manier van gezond en zelfredzaam ouder te worden, te bespreken met de oudere inwoner. De veertien respondenten die dit niet bespreken zijn allen veertien huishoudelijke verzorgenden. De respondenten die ‘ja’ hebben ingevuld geven aan dit te doen door middel van een gesprek, tijdens de zorgmomenten of bij intake. Communicatie met de oudere inwoner is één van de belangrijkste onderwerpen dat naar voren komt binnen deze vraag. Het gesprek aangaan over de zelfredzaamheid.

Antwoordmogelijkheden	Wordt er gekeken naar oplossingen om zelfredzaamheid te vergroten door u of andere betrokken professionals?
Ja	90
Nee	36
Totaal	120

Tabel 11

36 van de 126 respondenten geeft aan dat er niet gekeken wordt naar oplossingen om zelfredzaamheid te vergroten. Deze 36 respondenten zijn allen huishoudelijke verzorgenden. De respondenten die aan hebben gegeven dat er wel wordt gekeken naar oplossingen om de zelfredzaamheid te vergroten, geven aan dat zij zelf daaraan bijdragen door middel van stimuleren en de inwoners zelf dingen te laten doen.

Binnen de respons op de vraag ‘op welke manier behoudt u de zelfredzaamheid bij de oudere inwoner zelf?’ zitten er verschillen tussen de verzorgende/verpleegkundige en de huishoudelijke ondersteuner. De verzorgende/verpleegkundige neemt vooral de taak van ondersteuning op zich. Dit in het opzicht van dat zij de oudere inwoner zijn/haar eigen ding laten doen en ondersteunen wanneer nodig. Ze geven aan niet volledig te taken hierin over te nemen, maar juist de inwoner zijn/haar ding laten doen en ingrijpen wanneer nodig.

“Bij persoonlijke verzorging heb ik veelal een begeleidende rol. Bijvoorbeeld: als mensen bang zijn om te vallen. Zet ik een stoel in de badkamer en laat ik hen de persoonlijke verzorging uitvoeren” – respondent 1 (verzorgende/verpleegkundige).

Bij de huishoudelijke verzorging zijn de rollen die de oudere inwoner zelf doet kleiner. Merendeel van de respondenten geeft bijvoorbeeld aan de koffie te laten zetten door de oudere inwoner zelf. Sommige respondenten van de huishoudelijke verzorging geven ook aan de oudere inwoners kleine taken te geven, denk hierbij aan afstoffen. Een enkeling gaf aan tips te geven bij mindere zelfredzaamheid.

Scholing

53.97% van de respondenten staat open voor scholing op het gebied van zelfredzaam en gezond ouder worden bij de oudere inwoner. 31.75% staat hier niet voor open en de overige procenten heeft aangegeven dit al te krijgen binnen de organisatie of het ligt aan de tijd en scholing invulling. Er wordt met regelmaat aangegeven dat de scholingen niet te lang moeten zijn en het geen gehele opleiding moet zijn.

4. Conclusie en discussie

4.1 Conclusie

In dit hoofdstuk gaat er antwoord gegeven worden op de onderzoeksvraag: 'Waar liggen de behoeftes en mogelijkheden van de oudere inwoners van Twente als het gaat om gezond en zelfredzaam ouder worden?', de adviesvraag: 'Op welke wijze kan de 65+er uit Twente gestimuleerd worden tot het nemen van eigen regie in gezond en zelfredzaam ouder worden?' en de bijbehorende deelvragen.

4.1.1 Deelvragen

- *Hoe kijkt de oudere inwoner in Twente aan tegen gezond en zelfredzaam ouder worden?*
- *Wat wil de ouder wordende inwoner van Twente zelf investeren in zijn/haar gezondheid en zelfredzaamheid?*
- *Hoe willen de oudere inwoners van Twente hun kennis verbreden om zo lang mogelijk gezond en zelfredzaam oud te worden?*
- *Hoe kan de professional de gezondheid en de zelfredzaamheid van de oudere inwoners bevorderen?*

De oudere inwoners in Twente zijn bezig met hun toekomst en ouder worden. Ze denken bij ouder worden veel na over zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Daarnaast wordt er veel verteld dat de afschaf van verzorgingstehuizen een groot gemis is. Dat is de reden dat vele mensen zo lang mogelijk thuis willen en moeten blijven wonen. Kijkend naar gezond ouder worden is de zelfredzaamheid voor velen van groot belang. Naast jezelf kunnen redden in het dagelijks leven, staat het maken van eigen keuzes hoog op de verlanglijst voor velen. Veel oudere inwoners denken na over de toekomst, maar maken zich hier nog weinig zorgen over.

De zelfredzaamheid van de oudere inwoner is van groot belang kijkend naar de huidige en toekomstige vergrijzing. Zelfredzaamheid is een onderwerp dat bij veel oudere inwoners speelt. Bijna 100% van de inwoners van Twente, die mee hebben gewerkt aan dit onderzoek, willen hun zelfredzaamheid zo lang mogelijk behouden. De vier punten die het meest naar voren kwamen voor het bevorderen van zelfredzaamheid van de oudere inwoner zijn: volgen van paramedische zorg, technologie aanschaffen, hulpmiddelen aanschaffen en het huis veilig inrichten. Hierin komt ter sprake dat de kosten een belemmerend punt zijn. Voor de oudere inwoners met mindere financiële middelen of afhankelijkheid van de AOW, zijn de kosten een belemmering. Ze willen investeren in hun zelfredzaamheid, zolang de kosten niet te hoog worden of als het binnen hun verzekering valt. De ouderen die het financieel breder hebben, geven veelal aan dat zij hun geld zeker willen investeren in hun zelfredzaamheid. Hulpmiddelen zijn een laagdrempelige manier van het vergroten van je zelfredzaamheid. Veel ouderen staan open voor het gebruik van hulpmiddelen zolang het niet als luxe product dient. Hiermee wordt bedoeld dat de hulpmiddelen ook daadwerkelijk

bijdragen aan hun zelfredzaamheid. Het investeren in zelfredzaamheid door middel van paramedische zorg is een manier waar veel mensen voor open staan. Hierin zijn de kosten wederom een belemmerende factor voor sommigen ouderen.

Veel oudere inwoners in Twente vertellen dat zij over genoeg kennis beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden. Hierin wordt wel aangegeven dat bij onwetendheid vaak het netwerk, internet en in sommige gevallen professionals worden ingeschakeld. Onder het netwerk vallen over het algemeen familie en soms vrienden. Onder de professionals vallen vaak de thuiszorg en soms de huisarts. De gemeente wordt niet benoemd als kennisbron voor de oudere inwoner van Twente. Bij kennisverbreding gaan de inwoners het liefst in gesprek met een professional. Daarentegen werd er door veel inwoners die nog geen zorg of ondersteuning ontvangen aangegeven dat zij hun netwerk (familie en vrienden) benaderen en in de meeste geen professionals. Toch wordt er verteld dat de grootste behoefte tot kennisverbreding ligt bij een gesprek met de professional.

Er is naar voren gekomen dat de zorg een bevorderende factor is voor de oudere inwoners met betrekking tot de stimulans van de zelfredzaamheid. De inwoner krijgt weinig tot geen stimulans voor de zelfredzaamheid via de huishoudelijke verzorging. De ouderen vinden dit ook niet per se de taak van de huishoudelijke verzorgenden. De huishoudelijke hulp is er voor het onderhouden van het huishouden en heeft geen overige taken, aldus de inwoners. Er zit ook een verschil in de wijze waarop sommige huishoudelijke verzorgenden hun aandeel zien in het bevorderen van de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoners. Zo zijn er huishoudelijke verzorgenden die dit wel belangrijk vinden. Er is ook een groot deel van de huishoudelijk verzorgenden die het niet als hun taak zien om te ondersteunen bij de zelfredzaamheid van de ouderen. Daarentegen vindt de wijkverpleging de zelfredzaamheid van de cliënt 'heel belangrijk'. Hiervan staat een groot deel van de professionals open voor scholing over het zelfredzaam houden van de oudere inwoner. Hierin werd wel aangegeven dat het afhangt van de duur en invulling van de scholing. Oudere inwoners geven aan dat de professionals die werkzaam zijn bij de gemeente voor hun gevoel het verste van hen af staan. De ouderen zijn niet tot nauwelijks bekend met wat de gemeente voor hen kan betekenen. Zij weten van het bestaan van de WMO af en ook van een aantal mogelijkheden, maar geven aan niet volledig bekend te zijn met alle mogelijkheden die de gemeente biedt.

4.1.2 Conclusie

De behoeftes en mogelijkheden onder de oudere inwoners liggen verschillend, maar er zijn daadwerkelijk ook grote overeenkomsten in terug te vinden. Bijna alle inwoners gaven aan zo lang mogelijk zelfredzaam te willen blijven en zo lang mogelijk hun eigen regie te behouden. Verschillen zijn er op het gebied van zorg ontvangen of juist geen zorg ontvangen, op financieel gebied en het netwerk dat ouderen hebben. Het verschil is te zien tussen ouderen die zorg ontvangen en zij die geen zorg ontvangen. Onder ouderen die zorg ontvangen vallen de inwoners die thuiszorg en/of huishoudelijke ondersteuning krijgen. De mensen die deze zorg ontvangen geven aan zelfredzaam te willen blijven, maar dat de zorg zeker dient als fijne ondersteuning. Vaak omdat deze professional, die met regelmaat over de vloer komt, als een stukje kennis en veiligheid dient voor de oudere inwoner. De inwoners die geen zorg ontvangen zouden dit het liefst zo lang mogelijk willen uitstellen, als de mogelijkheid daar ligt. De oudere inwoners gaven aan het beste gestimuleerd te worden door een gesprek met een professional. Hierin staan de ouderen open voor investeren in hulpmiddelen en in het veilig inrichten van hun huis. Op dit moment bestaat het netwerk van de oudere inwoners vooral uit familie en vrienden, hierin ontbreekt over het algemeen de professional. De gemeente is voor velen niet als professional binnen hun netwerk in beeld. Zij zullen de gemeente ook niet snel als professional benaderen. Uit het onderzoek is dus gebleken dat een professional het beste dient als stimulans voor de oudere inwoner. Hierin valt nog veel winst te behalen bij de professional huishoudelijke verzorging. Deze

professional staat nu nog ver van de groep oudere inwoners die geen zorg of ondersteuning ontvangen.

4.2 Discussie

4.2.1 Validiteit

Het doel voor het ophalen van minimaal van 100 respondenten is behaald. De 120 respondenten zijn een kleine groep in vergelijking met het aantal thuiswonende ouderen in Twente. Op dit moment wonen er namelijk 128.757 ouderen in Twente (thuiswonend en niet-thuiswonend) (Regiobeeld, 2021). De lezer moet hierin zelf nagaan of zij het portfolio en advies generaliseerbaar vinden.

De bronnen en methoden zijn met regelmaat gecontroleerd door de belanghebbenden, zoals in de methodiek is beschreven in hoofdstuk 2. Er is in co-creatie met partners, professionals en ouderen gewerkt om de validiteit te waarborgen. Zo zijn de critical friends meerdere keren ingezet tijdens het onderzoek en er zijn gesprekken gevoerd met partners van de Twentse Koers. Er is bijvoorbeeld een gesprek geweest met het Menzis zorgkantoor en de gemeente Hellendoorn.

De diepte-interviews zijn allen in dezelfde omgeving afgenomen aan de hand van dezelfde interviewopzet. Hierdoor zijn de interviews gelijkwaardig afgenomen en zit er geen verschil in betrouwbaarheid per interview. Daarentegen weet je niet hoe de geïnterviewde in zijn/haar vel zat op het moment van het interview. Geïnterviewden kunnen door invloeden van buitenaf niet de volledige focus hebben op het interview of beïnvloed zijn in de antwoorden. Dit valt als onderzoeker niet te peilen.

4.2.2 Resultaten

Het theoretische kader is een vooronderzoek voor het veldonderzoek dat is uitgevoerd. Het theoretische kader is qua thema's en onderwerpen goed gekoppeld aan de opzet van het onderzoek.

Naast de opgeleverde resultaten is er achterhaald dat taal en woordgebruik een belangrijk punt is waar rekening mee gehouden moet worden. Mensen met een lage SES (sociaal economische status) kunnen woordgebruik als zelfredzaamheid, eigen regie en technologie als lastig en onbegrijpelijk ervaren. Binnen het onderzoek is er een bezoek gebracht aan een buurthuis. Hier kwam naar voren dat sommige oudere inwoners moeite hadden met het invullen van de vragenlijst door het woordgebruik. Dit waren over het algemeen inwoners met een migratieachtergrond of lage SES. Binnen de vragenlijst waren de moeilijke woorden wel toegelicht met voorbeelden, maar toch was het voor sommigen lastig te begrijpen. Dit punt is ook zeker mee te nemen voor verschillende organisaties. Het letten op de woord- en taalgebruik voor bepaalde oudere inwoners die hier moeite mee hebben. Het gebruiken van toegankelijke woorden is dus er belangrijk.

4.2.3 Beperkingen

Aan het start van het onderzoek was het streven om diepte-interviews te voeren binnen de veertien verschillende gemeenten. Daarnaast was het streven de diepte-interviews te voeren met zowel ouderen die wél zorg ontvangen als met ouderen die geen zorg ontvangen. Dit volledige streven is niet haalbaar met de behaalde respons en de tijd van het onderzoek. Binnen de vragenlijst waar 120 respondenten voor zijn verkregen is het streven wel behaald. Voor de diepte-interviews zijn uiteindelijk negen respondenten ondervraagd die zorg- en/of ondersteuning ontvangend zijn en zeven die niet zorg- en/of ondersteuning ontvangend zijn. Het voornemen om de respondenten te spreken uit de vijftien verschillende gemeenten is niet behaald. Er zijn respondenten gesproken uit de gemeentes: Almelo, Borne, Hengelo, Tubbergen, Wierden en Enschede.

4.2.4 Implicaties

Het vergroten van de zelfredzaamheid van de oudere inwoner in Twente is van groot belang. Met name kijkend naar de toename aan oudere inwoners. Er moet een omslag gemaakt worden in de zelfredzaamheid van de oudere inwoner en hier moeten mogelijkheden voor geboden worden. Het onderzoek sluit aan bij het aantonen van de behoeftes en mogelijkheden voor het vergroten van deze zelfredzaamheid. Met dit onderzoek is er ook aangetoond dat er verandering moet komen om de zorg betaalbaar te houden. Als dit niet verandert zal op een gegeven moment de zorg niet betaalbaar blijven en ontstaan er grote tekorten in de zorg. Het belang van dit onderzoek komt overeen met de beschreven theorie in het theoretische kader. Daarnaast zijn besproken thema's in het theoretische kader met regelmaat teruggekomen binnen het onderzoek.

4.2.5 Vervolgonderzoek

Aangezien het onderwerp en het probleem dusdanig groot is, is het van belang om nog vervolgonderzoek te doen naar het vormgeven van het uiteindelijke advies. Het uiteindelijke product en de diensten zullen moeten opgesteld en afgestemd met de doelgroep.

5. Advies

In dit hoofdstuk zijn er drie aanbevelingen opgesteld. Deze aanbevelingen komen voort uit de gesprekken, literatuur, interviews en uiteindelijke resultaten. Er is gekeken vanuit het inzetten van professionals en het motiveren van de oudere inwoners.

5.1 Professionals

5.1.1 Scholing

Uit onderzoek is gebleken dat de oudere inwoners het liefst in gesprek gaan met een professional om hun kennis, over gezond en zelfredzaam ouder worden, te vergroten. De thuiszorg biedt op dit moment een goede stimulans volgens de oudere inwoners en de thuiszorg zelf. Bij de huishoudelijke verzorgende valt nog meer te halen op het gebied van oudere inwoners stimuleren. De huishoudelijke verzorging is vaak de eerste professional vanuit de WMO die met regelmaat over de vloer komt bij de oudere inwoner. Doordat zij met regelmaat over de vloer komen kunnen zij vaker stimulans bieden en de zelfredzaamheid van de inwoner bevorderen. Het programma 'Blijf actief thuis' heeft hierin ook aangegeven dat vanuit de kennis en vaardigheden die ontwikkeld moeten worden bij zorgprofessionals, zij de inwoners kunnen motiveren en aansturen tot bevordering van de gezondheid en zelfredzaamheid (Parsons, et al., 2019). Hier valt veel te halen bij de huishoudelijke verzorgende en hun kijk op het belang van de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner. De ene professional geeft aan dit heel belangrijk te vinden en de ander geeft aan hier geen belang aan te hechten. Het is daarom van belang om de huishoudelijke verzorgenden hiertoe te motiveren. Dit kan door middel van een scholing waarin het urgentiebesef van de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner naar voren komt en waarin handvaten worden geboden. De invulling van de scholingen moet voldoen aan het overbrengen van het gedachtegoed reablement en de professionals in laten zien wat het belang hiervan is. Daarnaast is het van groot belang om handreikingen te bieden voor het stimuleren van iemands gezondheid en zelfredzaamheid. Deze combinatie van bewustwording en handvaten bieden kan zorgen voor een verandering en voor ondersteuning bij huishoudelijke verzorgenden.

5.1.2 Ga het gesprek aan

Naast de huishoudelijke verzorgenden en wijkverpleging is het ook de taak van de overige zorg- en welzijnsorganisaties om te kijken naar zelfredzaamheid van de oudere inwoners. Zo kan een buurthuis, dat voor velen ouderen als een laagdrempelige organisatie voelt, hier de ondersteuning in bieden. Ga als stichting of organisatie met de bezoekers het gesprek aan. Er kan ook een professional van buitenaf ingeschakeld worden voor een eventuele voorlichting of voor het gesprek in een vorm van inloopuur. Zodra het gedachtegoed van reablement en het urgentiebesef van gezond en zelfredzaam ouder worden bij de professionals helder is, kan het worden door gekoppeld aan de inwoner. De professionals zijn de stimulans voor vele ouderen, dus daar valt veel te halen voor vergroting van de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoners.

5.2 Oudere inwoners

5.2.1 Bekendmaking

De oudere inwoners geven aan voor kennisvergroting het liefst in gesprek te willen gaan met een professional. De kennis vergroten over hulpmiddelen, technologie aanschaffen en het herinrichten van het huis voor veiligheid is het meest benoemd voor een bijdrage aan vergroten van zelfredzaamheid. De kennis over deze mogelijkheden behalen ze dan het liefst door middel van een gesprek met een professional. Er zijn verschillende mogelijkheden om het gesprek te kunnen voeren met een professional. Zo heeft elke 55+er recht op gratis

informatie en advies vanuit een ouderenadviseur. Deze mogelijkheid is voor velen onbekend of een te hoge drempel. Deze drempel zal dus verlaagd moeten worden om zo de oudere inwoner te kunnen ondersteunen in zijn/haar zelfredzaamheid. Dit begint bij de bekendheid over de mogelijkheden waar de oudere inwoner terecht kan.

De bekendheid van mogelijkheden die je hebt als oudere inwoner moet vergroot worden. Hier is de omgeving van de oudere inwoner van groot belang. Zij zullen de ouderen moeten informeren en motiveren tot een gesprek met een professional voor het bevorderen van hun gezondheid en zelfredzaamheid. Het is hierin van belang dat de urgentie van gezond en zelfredzaam ouder worden, wordt overgebracht en de oudere inwoners hiervan bewust worden. Nadenken over de toekomst, hoe iemand gezond en zelfredzaam ouder wil worden. Voortijdig nadenken en voortijdig keuzes maken. Een professional en het netwerk van een oudere inwoner kan hierin de oudere inwoner het beste ondersteunen. Een andere mogelijkheid om de oudere inwoner direct te bereiken is door middel van een informatieboekje of een brief met verwijzingen vanuit de hogere instanties. Elke 65+er zou dit moeten ontvangen om mogelijkheden te krijgen voor het aangaan van het gesprek. Wanneer dit vanuit hogere instanties komt zoals de gemeente zijn mensen sneller geneigd om het echt te lezen. Hierin moet wel rekening gehouden worden met laaggeletterdheid en migratieachtergrond. Vaak is dit de doelgroep die het minste zelfredzaam zijn. Het is daarom van groot belang dat de informatie die je wilt over brengen begrijpelijk is voor alle oudere inwoners. Belangrijke aspecten die terug moeten komen in zo'n informatie boekje zijn professionals en cursussen waar mensen terecht kunnen bij vragen of onwetendheid. Denk hierbij aan verwijzingen naar ouderenadviseurs, maar ook cursussen om ouderen te helpen met online bankieren of over hulpmiddelen. Ouderenadviseurs zijn de professionals die voor alle inwoners in Nederland gratis beschikbaar zijn (Ministerie van VWS, 2022). Met dit boekje/brief moet de drempel lager worden voor het benaderen van professionals voor oudere inwoners. Wanneer je alle ouderen binnen Twente wilt bereiken is het aan te raden dit door middel van een brief te doen die je ontvangt wanneer je een bepaalde leeftijd bereikt. Wanneer je een specifieke groep ouderen wilt bereiken zal een informatieboekje meer duidelijkheid met zich meebrengen.

Dit informatieboekje/brief moet het urgentiebesef bij de oudere inwoner stimuleren. Daarnaast is het belangrijk dat het een handreiking biedt om in gesprek te gaan met een professional. Het moet de bekendheid van de huidige mogelijkheden vergroten.

6. Implementatieplan

In dit hoofdstuk wordt beschreven wat er gedaan moet worden om te voldoen aan de behoeftes en de mogelijkheden van de oudere inwoner omtrent gezond en zelfredzaam ouder worden. Het is de bedoeling de oudere inwoner in Twente te stimuleren om gezond en zelfredzaam te blijven. Het doel is om bewustwording te creëren bij zowel de oudere inwoner als bij de professional. Om vervolgens handvaten te kunnen bieden voor het investeren in de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner. Deze bewustwording en het bieden van handvaten zijn in dit implementatieplan beschreven doormiddel van 3 punten.



Figuur 6

6.1 Bewustwording

6.1.1 Onder professionals

Het is van belang om de professional te betrekken bij het vergroten van gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner. De professional is samen met het netwerk de grootste stimulans voor de oudere inwoner. Het is daarom goed om ook de professionals het nut van gezond en zelfredzaam blijven te laten inzien. De professional moeten daarnaast inzien wat hun bijdrage aan de stimulans bij de oudere inwoner kan zijn en vooral het belang van het behouden van de zelfredzaamheid van de oudere inwoner. Uit onderzoek is gebleken dat de wijkverpleging bewust is van het belang van zelfredzaamheid en ook bijdragen aan de gezondheid en zelfredzaamheid van de ouder inwoner. Ook is uit onderzoek gebleken dat er nog veel te winnen is bij de huishoudelijke verzorgenden. Aangezien zij met regelmaat over de vloer komen bij de oudere inwoners, kunnen zij veel stimulans, tips en advies meebrengen. Daarvoor is het eerst belangrijk om de bewustwording en het urgentiebesef te verhogen onder professionals, vooral de huishoudelijke verzorging. Dit kan door middel van 2 stappen: de bewustwording van de urgentie van gezond en zelfredzaam ouder worden bij de oudere inwoner en het bieden van handvaten om de oudere inwoner de stimulans en ondersteuning te bieden.

Deze stappen kan je implementeren in een korte scholing. Waarbij eerst wordt gewerkt aan bewustwording bij de professionals en vervolgens handvaten worden geboden om de stimulans te kunnen bieden. Het bieden van handvaten kan ondersteund worden door middel van een duidelijke infographic, zodat deze later nog eens terug gezocht kan worden. Deze infographic zal samen met de partners en naar behoeftes van de professionals opgezet moeten worden, zodat deze daadwerkelijk gebruikt gaat worden. Deze zal eventueel ontwikkeld kunnen worden in een OLDI in het tweede halfjaar van het afstuderen.

Voor het ontwikkelen van de scholing zijn er verschillende middelen en input nodig. Zo moet er eerst beter uitgediept worden op welke manier de huishoudelijke verzorging het gesprek kan aan gaan over ouder worden en hierin het beste tips en handreikingen kan bieden aan de oudere. Vervolgens moet er een scholing ontwikkeld worden, waarin bewustwording en de handvaten terugkomen. De Twentse Koers werkt hierin aan draagvlak bij de organisaties die de huishoudelijke verzorgenden uitvoeren om zo ook draagvlak te creëren voor de scholing. Zo is het de taak aan de Twentse Koers om de werkgevers van deze huishoudelijke verzorging in te laten stemmen met de scholing. Zij zullen de uren betalen van de huishoudelijke verzorgenden die zij kwijt zijn aan de scholing. Daarnaast moet worden meegenomen dat bij de scholing handreikingen worden aangeboden, online of op papier. Er moet hierin ook rekening gehouden worden met het verloop van medewerkers. De omslag naar reablement en gezond en zelfredzaam ouder worden is een transitie naar anders denken en daar gaat een verloop van tijd overheen. Het is het beste om de scholing kort te houden; twee dagdelen scholing aanbieden waarin bewustwording en het bieden van handvaten terugkomt. Deze scholing zal ontwikkeld kunnen worden in een OLDI binnen het tweede halfjaar van het afstuderen of opgepakt kunnen worden binnen de Twentse Koers.

Deze ontwikkeling is vooral gericht op het vergroten van de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner die huishoudelijke verzorging ontvangt.

6.1.2 Onder oudere inwoners

Naast de oudere inwoners die huishoudelijke verzorging ontvangen, valt er veel te halen bij de doelgroep die nog geen vorm van zorg en/of ondersteuning ontvangt. Voor hen is de zelfredzaamheid van groot belang en hopen ze ook zo lang mogelijk zelfredzaam te blijven. Wederom is bewustwording en het bieden van handvaten hierbij van groot belang. Bewustwording werkt het beste vanuit een professional en het netwerk van de oudere inwoner. Zij moeten het gesprek aan gaan over gezond en zelfredzaam ouder worden. Daarnaast moeten de oudere inwoners die geen vorm van ondersteuning ontvangen direct geïnformeerd worden. Door bijvoorbeeld een brief of informatieboekje valt iedere ouder inwoner direct te bereiken. Hier moet vooral het belang van gezond zijn en zelfredzaam zijn in verwerkt worden. Daarnaast moeten er handvaten geboden worden om met een professional hierover in gesprek te gaan. De oudere inwoners moeten namelijk de handvaten aangeboden krijgen om de drempel voor het in gesprek gaan met bijvoorbeeld een ouderenadviseur te verlagen. Er moeten mogelijkheden gebracht worden voor het vergroten van de gezondheid en zelfredzaamheid. Denk hierbij aan aanbod aan cursussen en wegwijs waar ze terecht kunnen voor vragen. Het is van belang om niet de directe adviezen in zo'n brief/informatiefolder te verwerken, omdat hier de behoefte niet ligt bij de oudere doelgroep. De behoefte ligt bij het in gesprek gaan met een professional (ouderenadviseur). Daarvoor moeten handvaten geboden worden door middel van een brief/informatiefolder. Het is belangrijk om samen met de oudere inwoner af stemmen over de inhoud en de vormgeving van zo'n brief/informatiefolder. Dit kan gerealiseerd worden in het tweede deel van het afstuderen tijdens de OLDI.

6.2 Handvaten bieden

6.2.1 Voor professionals

In de scholing moeten verschillende voorbeelden en handvaten geboden worden. Er moet uitgelegd worden op welke manier de huishoudelijke hulp de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner kan vergroten. Denk hierbij aan tips over hulpmiddelen en tips over het veilig inrichten van je huis. Deze punten moeten mee worden genomen in de scholing. Daarnaast moet er ter ondersteuning een infographic ontwikkeld worden om de huishoudelijke verzorging de handvaten mee te geven.

De punten die terug moeten komen in de nog te ontwikkelen scholing en infographic zijn:

- Waarom het vergroten van gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner zo belangrijk is
 - Het urgentiebesef duidelijk overbrengen
- Op welke manier de huishoudelijke ondersteuning de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner kan vergroten
 - Korte maar krachtige tips voor het aangaan van het gesprek, waarin de gezondheid en de zelfredzaamheid van de oudere inwoner terug komt.
 - Tips voor het samenwerken met de oudere inwoners om de zelfredzaamheid te vergroten. Zoals de inwoner thee of koffie zelf laten zetten en de taken verdelen binnen het huishouden.
 - Verwijzingen waar de oudere inwoner terecht kan voor extra vragen. Denk bijvoorbeeld aan een ouderenadviseur.

6.1.2 Voor oudere inwoners

Er moet een brief ontwikkeld worden met daarin de boodschap en het belang van de gezondheid en zelfredzaamheid. Deze boodschap, dat het investeren in gezondheid en zelfredzaamheid van groot belang is, moet overgebracht worden naar de oudere inwoner. Uit het onderzoek blijkt dat de behoeftes van de oudere inwoners ligt bij het in gesprek gaan met een professional. Het is daarom van belang dat de mogelijkheden tot het vergroten van je gezondheid en zelfredzaamheid duidelijk beschreven zijn. Dit kan door duidelijk en niet te moeilijk taalgebruik met daarnaast een infographic. Er moeten middels de infographic handvaten geboden worden voor het in gesprek gaan met een professional of het volgen van eventuele cursussen. Alle inwoners met de leeftijd van 55+ hebben recht op een ouderenadviseur voor advies. Veelal is dit niet het eerste waar mensen aan denken. In de brief moet duidelijk worden wat een ouderenadviseur de oudere inwoner kan bieden. Bijvoorbeeld advies geven over wonen, hulpmiddelen of technologie.

6.3 Omslag

De bewustwording en het bieden van handvaten is van belang om een omslag te kunnen maken in de gezondheid en zelfredzaamheid van de oudere inwoner. Het van belang dat mensen het urgentiebesef inzien en bewust worden van hun eigen bijdrage aan de gezondheid en de zelfredzaamheid van zichzelf. Daarnaast is het bieden van handvaten een ondersteuning om de oudere inwoners ook daadwerkelijk gezond en zelfredzaam te maken.

6.4 Benodigde middelen

Scholing:

- Trainer die het urgentiebesef kan overbrengen bij de professionals.
- Scholingsprogramma waarin bewustwording/urgentiebesef en het bieden van handvaten terugkomt.
- Goedkeuring en draagvlak vanuit de gecontracteerde aanbieders van huishoudelijke verzorging.

Brief en infographic:

- Een ontwerper die de infographic duidelijk kan opstellen.
- De gemeente waaruit de brieven en de infographics worden verzonden.
- De materialen: papier, envelop, postzegel.
- Een duidelijke brief waarin de boodschap en de urgentie van gezond en zelfredzaam ouder worden wordt overgebracht.

6.5 Begroting

Professionals:

Scholing

Aan het ontwikkelen van de scholing en het uitvoeren van deze scholing zijn kosten verbonden. Zo moet er als eerste een eenduidige scholing ontworpen worden. Hierin moet het urgentiebesef en het bieden van de handvaten terug komen. Aan de scholing zelf zitten een aantal kosten verbonden zoals de trainer en de onkosten die deze maakt. De professionals moeten de uren vanuit de organisatie waar ze werkzaam zijn doorbetaald krijgen. Als laatste is het ontwikkelen van een infographic belangrijk. Om het urgentiebesef te laten inzien bij de professionals en om de handvaten te krijgen en deze later nog eens te kunnen terugkijken.

BEGROTING VOOR SCHOLING + INFOGRAPHIC

	Wat	Uren/aantal	Kosten	Begroting
	Trainer	2/3 uur per training	50.000 totaal	50.000 totaal
	Kosten van training		5.000	5.000
	Ontwerper voor de scholing	50	30	15.00
	Ontwerp infographic	25	30	750
	Totaal:			55.750

Tabel 12

Oudere inwoners:

Deze begroting is opgesteld voor de gehele regio Twente, hieronder vallen 14 gemeentes. Binnen Twente wonen 123.716 ouderen met een leeftijd van 65+, dit zijn thuiswonende ouderen en ouderen binnen een verpleeghuis. Per gemeente zijn het ongeveer 8.500 inwoners, natuurlijk verschilt dit per grootte van de gemeente. De begroting is opgezet aan de hand van de 128.757 inwoners in Twente (Regiobeeld, 2021).

In de begroting is de brief met bijbehorende infographic meegenomen. De kosten die hieraan verbonden zijn om alle oudere inwoner binnen Twente te benaderen zijn hieronder af te lezen.

BEGROTING VAN EEN INFORMATIE BRIEF MET BIJBEHOREND INFOGRAPHIC

	Wat	Aantal	Kosten	Begroting
	Opstellen en vormgeven	25	30	750
	Drukken	128.757	0.03	3.862,7
	Envelop	128.757	0.10	12.875,7
	Verzenden	128.757	0.95	122.319,2
	Totaal:			139.807,6

Tabel 13

Bibliografie

- Das, M., & de Jonge, E. (2020, 06 30). *Zelfredzaamheid van ouderen en gebruik van Wmo*. Opgehaald van Cbs: <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2020/zelfredzaamheid-van-ouderen-en-gebruik-van-wmo?onepage=true>
- Doorewaard, H., Kil, A., & van de Ven, A. (2019). *Praktijkgericht kwalitatief onderzoek* (2 ed.). Amsterdam: Boom uitgevers.
- Fischer, T., & Julsing, M. (2019). *Onderzoek doen! Kwantitatief en kwalitatief onderzoek*. Groningen: Noordhoff.
- Gezondheidsraad. (2018). *Zelfredzaamheid van ouderen*. Den Haag: Gezondheidsraad. Opgehaald van <https://www.gezondheidsraad.nl/binaries/gezondheidsraad/documenten/adviezen/2018/06/13/zelfredzaamheid-van-ouderen/Zelfredzaamheid+van+ouderen+pro.pdf>
- GGD Twente. (2020, december 18). *Twentse gezondheidsverkenning*. Opgehaald van GGD Twente: <https://www.twentsegezondheidsverkenning.nl/dashboard/dashboard/ouderen--65-->
- Gussekloo, J. (2009). *Preventie bij ouderen: focus op zelfredzaamheid*. Leiden: Leids Universitair Medisch Centrum. doi:<https://doi.org/10.1007/BF03085722>
- Hesselink, A., van Wely, L., Eijkelhof, L., Lap, M., Verkleij, S., Siemonsma, P., & Verhoef, J. (2017, december). Implementeren door co-creëren. *Onderzoek*.
- ICT&health. (2021, september 9). *'Samenwerking voor zorginnovaties niet vanzelfsprekend'*. Opgehaald van ICT&health: <https://www.icthealth.nl/nieuws/samenwerking-voor-zorginnovaties-niet-vanzelfsprekend/>
- Janse, B. B. (2022, 11 28). *Reflectiemodel Van Korthagen: uitleg en voorbeeld*. Opgehaald van Toolshero: <https://www.toolshero.nl/persoonlijke-ontwikkeling/reflectiemodel-van-korthagen/>
- Kiers, B. (2016, 10 03). *Vergroten zelfredzaamheid mislukt vaak*. Opgehaald van Zorgvisie: <https://www.zorgvisie.nl/vergroten-zelfredzaamheid-mislukt-vaak/>
- Merkus, B. (Red.). (2022, februari 17). *Twente Koers*. Opgeroepen op september 5, 2022, van Twente Koers - Samenwerking van de zorg in Twente: <https://twentsekoers.nl/>
- Ministerie van VWS. (2022, september 13). *Ministerie van VWS*. Opgehaald van Ouderenadviseur: <https://www.regelhulp.nl/onderwerpen/ouderen/ouderenadviseur>
- Parsons, J., Burton, E., Graff, L., Metzelthin, S., O'Connell, H., & Tuntland, H. (2019). *Reablement as an evolution in community care: a comparison of implementation across five countries*. Transforming-care.
- Peek, S. (2016). *Resultaten van onderzoek naar acceptatie van technologie door zelfstandig wonende ouderen*. Tilburg: Langer thuis.
- Pratchett, L., Lowndes, V., & Stoker, G. (2006). *Diagnosing and Remediating the Failings of official participation schemes: The CLEAR Framework*. Social Policy and Society. Opgehaald van Social Policy and.
- Regiobeeld. (2021). *Zorg en ondersteuning voor Twentse ouderen*. 06: 10.

- Reulink, N., & Lindeman, L. (2005, november 23). Kwalitatief onderzoek. *Participerende observatie, interviewen*. Opgehaald van [http://www.cs.ru.nl/~tomh/onderwijs/om2%20\(2005\)/om2_files/syllabus/kwalitatief.pdf](http://www.cs.ru.nl/~tomh/onderwijs/om2%20(2005)/om2_files/syllabus/kwalitatief.pdf)
- Rijksoverheid. (2022). *Integraal Zorgakkoord Samen werken aan gezonde zorg*. Den Haag: Rijksoverheid. Opgeroepen op 09 9, 2022
- Rivm. (2019, 11 16). *Infographic Impact van de vergrijzing*. Opgehaald van RIVM: <https://www.rivm.nl/infographic-impact-van-vergrijzing#:~:text=De%20vergrijzing%20heeft%20grote%20impact%20op%20de%20volksgezondheid%20en%20de,zelfstandig%20en%20vaak%20ook%20alleen.>
- Schoenmakers, E., & Jukema, J. (2019, juni 14). Co-creatie met oudere mensen: beloften en valkuilen. *Geron*, p. 5.
- Sociaal en cultureel planbureau. (2018). *Tekort aan mantelzorgers en professionals*. Opgehaald van Trends in de ouderenzorg: <https://digitaal.scp.nl/ouderenzorg/tekort-aan-mantelzorgers-en-professionals>
- V.L, M. (2016, april 1). RePub, Erasmus University Repository: Persoonsgerichte zorg en co-creatie van zorg in relatie tot het welzijn en de werktevredenheid van medewerkers in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking. *NTZ Nederlands Tijdschrift voor de Zorg*, pp. 260- 269.
- van den Broeke, J., Verstappen, C., Vroom, A.-m., & Smits, C. (2020). *Co-creatie met migranten en laaggeletterden*. TvZ.
- Verhoeven, N. (2020). *Waar staat thematische analyse in kwalitatief onderzoek?* Opgehaald van Boomhogeronderwijs: https://www.nelverhoeven.nl/actueel/209-336_Waar-staat-thematische-analyse-in-kwalitatief-onderzoek
- VGZ zorgkantoor. (2020, september). *Mijzo - Reablement* . Opgehaald van VGZ zorgkantoor: <https://www.vgz-zorgkantoren.nl/zorgaanbieders/zinnige-zorg/zinnige-zorg-in-de-praktijk/mijzo---reablement>
- Vilans. (2018, september 25). *Reablement als oplossing voor toenemende zorgvraag*. Opgehaald van Vilans: <https://www.vilans.nl/actueel/nieuws/reablement-als-oplossing-voor-toenemende-zorgvraag>
- Visser, J., & Smit, C. (2019). *Senioren op eigen kracht* . Goor: SOEK.
- VNG. (2022, 02 10). *Reablement draagt bij aan langer zelfstandig thuis wonen*. Opgehaald van VNG: [https://vng.nl/nieuws/reablement-draagt-bij-aan-langer-zelfstandig-thuis-wonen#:~:text=Reablement%20is%20een%20manier%20om,\(weer\)%20zelf%20blijven%20doen.](https://vng.nl/nieuws/reablement-draagt-bij-aan-langer-zelfstandig-thuis-wonen#:~:text=Reablement%20is%20een%20manier%20om,(weer)%20zelf%20blijven%20doen.)
- Waardigheid en trots. (2022, 02 01). *Reablement maakt langer zelfstandig thuis wonen mogelijk*. Opgehaald van Waardigheid en trots: <https://www.waardigheidentrots.nl/praktijk/reablement-langer-zelfstandig-thuis-wonen/>
- ZonMW. (2022). *Nationaal Programma Ouderenzorg*. Opgehaald van ZonMW: <https://www.zonmw.nl/nl/over-zonmw/e-health-en-ict-in-de-zorg/programmas/programma-detail/nationaal-programma-ouderenzorg/>
- Zonneveld, N. (2022, 11 29). *Maak reablement niet waarde(n)loos*. Opgehaald van Zorgvisie: <https://www.zorgvisie.nl/blog/maak-reablement-niet-waardenloos/>

Zorg voor beter. (2017, 05 10). *Vijf tips voor zorgmedewerkers*. Opgehaald van Zorg voor beter: <https://www.zorgvoorbeter.nl/zelfredzaamheid/tips-ouderenzorg>

Bijlagen

Bijlage 1: Plan van Aanpak.....	43
Bijlage 2: Privacy.....	51
Bijlage 3: Vragenlijsten.....	54
3.1 De oudere inwoner van Twente	54
3.2 Professional.....	58
Bijlage 4: Codeer schema's: oudere inwoners.....	61
4.1 Open en axiaal coderen.....	61
4.2 Selectief coderen	98
Bijlage 5: Resultaten oudere inwoners	103
5.1 Persoonlijke informatie.....	103
5.2 Thema's.....	105
Bijlage 6: Resultaten en codeerschema's: professionals	116

Bijlage 1: Plan van Aanpak

Aanleiding

Achtergrond

In leerjaar vier van de opleiding Toegepaste Gerontologie ga ik als opkomend professional aan de slag met het schrijven van een advies voor een leeftijdsvriendelijke product of dienst. Mijn advies ga ik opstellen in de periode van 05-09-2022 tot 23-01-2023. Deze opdracht ga ik uitvoeren voor de Twentse Koers. De Twentse Koers is een strategische samenwerking tussen de veertien Twentse gemeenten, zorgverzekeraar en zorgkantoor Menzis, GGD Twente en provincie Overijssel. De Twentse Koers werkt samen met vele andere partners zoals zorgaanbieders, welzijn stichtingen, huisartsen, inwonersinitiatieven en schuldhelpverleningsorganisaties (Merkus, 2022). Twentse Koers is op dit moment bezig met verschillende projecten. Eén van de projecten is het project 'reablement'. Het doel van dit project is mensen zo lang mogelijk zelfredzaam en gezond houden. Dit kan zijn door middel van ondersteuning in bijvoorbeeld fysiotherapie of ergotherapie, maar ook technologie en hulpmiddelen kunnen hierin toegepast worden. De vraag voor het advies is tot stand gekomen doordat er bij dit onderwerp nog geen inzicht bestaat ten aanzien van de oudere inwoner van Twente.

Binnen dit project ga ik dus onderzoeken naar wat er nodig is om de ouder wordende inwoner van Twente zijn of haar eigen regie te kunnen laten behouden. Op welke manier de ouder wordende inwoner gestimuleerd kan worden om zelfredzaam en gezond ouder te worden, of terwijl het nut laten inzien van reablement. Dit project, onderzoek en mijn advies is van groot belang, met name kijkend naar de toekomst. De vergrijzing neemt steeds meer toe en met de tijd zal dit problemen opleveren. Daarom is het belangrijk dat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven met eventuele ondersteuning.

Binnen dit project ga ik als toegepast gerontoloog in opleiding kijken naar de behoeftes en mogelijkheden van de oudere inwoners van Twente op het gebied van vitaal, gezond en zelfredzaam ouder worden. Vervolgens ga ik een advies schrijven voor de Twentse Koers om te laten zien op wat er nodig is om de oudere inwoner van Twente te motiveren tot gezond en zelfredzaam ouder worden. Dit inzicht moet mogelijk maken dat toekomstig beeld aansluit bij de mogelijkheden en behoeftes van de ouder wordende inwoner. Het doel, zo lang mogelijk gezond en zelf redzaam ouder worden, wordt hierdoor nagestreefd.

Onderbouwing

Reablement

Reablement is een manier om samen te werken met ouderen aan het herstel van zijn leven en zelfredzaamheid. Het doel van reablement is mensen zo onafhankelijk mogelijk maken van de zorg. Met als uitgangspunt: zoveel mogelijk en zo lang mogelijk (weer) zelf blijven doen. (VNG, 2022)

Reablement is in 2007 opgekomen in Zweden. Daar startte de gemeente Frederica een experiment waar ze reablement onderzochten. Uit dit experiment is gebleken dat er tot 27.000 uur minder zorg en begeleiding nodig was dan voorheen, ten opzichte van de tijdsduur van het experiment. 'Het resultaat is niet alleen dat mensen weer zelf het huishouden kunnen doen en zelf een maaltijd kunnen bereiden, maar nog belangrijker is dat de deelnemers weer zelf kunnen opstaan uit bed en naar het toilet kunnen gaan'. Dit scheelt met de groeiende zorgvraag veel zorguren en geeft de oudere zijn of haar eigen regie terug. (Vilans, 2018)

Reablement is van groot belang kijkend naar de toekomst. De bevolking vergrijsst en het aantal chronisch zieken neemt toe. Op dit moment speelt het zorgakkoord in Nederland een grote rol. De zorgvraag neemt namelijk toe maar het zorgpersoneel mag niet stijgen. Op dit moment werkt één op de zes mensen in de zorg. De verwachting is dat in 2040 dit één op de vier zal zijn. Voor het IZA (Instituut ziektekostenvoorziening ambtenaren) is het doel om dit op maximaal één op de zes te houden. Wanneer dit niet lukt zal de zorg langzaam onbetaalbaar worden. Er zal dus grofweg met de groeiende zorgvraag met hetzelfde aantal mensen voldaan moeten worden. (Rijksoverheid, 2022). Reablement zal daarom van groot belang zijn. Om de druk op de zorg te verlichten en de zorg betaalbaar te houden moet er ingezet worden op het zo lang mogelijk zelfredzaam houden van de mensen. Het project 'reablement' dat de Twentse Koers aan het opzetten is, is dus van groot belang kijkend naar de toekomst.

Co-creatie

Co-creatie is afgeleid van het werkwoord 'creëren', wat scheppen of vormen betekent. De 'co' is hieraan toegevoegd waardoor het woord co-creëren ontstaat, een vorm dat in samenwerking gebeurt. (Schoenmakers & Jukema, 2019). Co-creatie is het samen creëren, ontwikkelen en implementeren van (nieuwe) producten, diensten en processen. Door de eigen expertise te betrekken van de doelgroep, wordt de kans groter dat de uitkomsten aansluiten bij de behoefte van de doelgroep (Hesselink, et al., 2017).

Het samenwerken met zorgprofessionals is niet altijd vanzelfsprekend, co-creatie met de eindgebruiker is dat nog veel minder. Van Ruiten zegt hierover: "Een gelijkwaardig partnerschap of in samenwerking innoveren tussen patiënten, de 'citizens' en professionals, is er veelal nog niet. En dat is tussen zorgverzekeraars en gemeenten ook nog niet altijd het geval. We zien dat iedereen met de beste bedoelingen werkt aan zorg en gezondheid, maar dat doet vanuit zijn eigen domeinvisie, kennis en kunde. Jammer, want vernieuwing ontstaat vaak pas als verhalen en ideeën samen komen. De zorg maakt nog te weinig gebruik van de patiëntervaring." (ICT&health, 2021). Terwijl mensen die deelnemen aan participatieprocessen juist het gevoel hebben van toegevoegde waarde. Hun uitgebrachte mening moet worden meegenomen, omdat hun inbreng verschil maakt. Uit dit onderzoek is gebleken dat voor mensen dit gevoel van toegevoegde waarde van groot belang is voor het welzijn van de mens (Pratchett, Lowndes, & Stoker, 2006). Hierdoor is het van belang om in co-creatie te werken met de professionals en de doelgroep.

Tg-vraagstuk

Voor de oudere inwoner is het belangrijk om regie te behouden in hun leven. Het is daarom als organisatie belangrijk om te kijken naar hoe de oudere inwoners zelfstandig en gezond ouder willen en kunnen worden. Ik ga daarom als toegepast gerontoloog hier onderzoek naar doen. Daarbij ga ik ook kijken naar hoe ouderen tegenover 'reablement' staan. De resultaten zijn van belang voor het project van de Twentse Koers. Daarnaast is het ook belangrijk om overheidsorganisaties en zorgorganisaties te laten zien hoe belangrijk het in co-creatie werken is en wat de behoeftes van de hierin inwoners zijn.

De Erasmus University Repository heeft onderzoek gedaan naar persoonsgerichte zorg en co-creatie. De studie heeft laten zien dat persoonsgerichte zorg en co-creatie van zorg van belang zijn voor de tevredenheid met de zorg en het welzijn (V.L, 2016). Als toegepast gerontoloog weet ik zelf ook als geen ander hoe belangrijk co-creatie is. Met deze opdracht heb ik een mooie kans om dit te bewijzen en het de rest van Nederland dit ook te laten inzien.

Doelgroep

Het onderzoek gaat uitgevoerd worden onder verschillende groepen. Eén van de belangrijkste doelgroepen is de doelgroep 'de ouder wordende mens'. Hierbij gaat er gekeken worden naar de doelgroep de oudere 65+er in Twente. Dit is een brede doelgroep, maar van groot belang binnen dit onderzoek. Met het kijken naar de toekomstige en huidige behoeftes en mogelijkheden kan je een mooie afweging maken van de gehele doelgroep, 'de ouder wordende mens'. Binnen het onderzoek wordt er ook gekeken naar hoog en laag sociale inkomens. Door op verschillende manier de doelgroep te benaderen kom je in aanraking met beide groepen. Via de contacten van Twentse Koers en de gemeenten krijgen we de hoog sociale inkomens. Door middel van buurthuizen komen we in aanmerking met de lagere sociaal economische inkomens. Het is van belang dat verschillende groepen onder de ouderen worden benaderd voor een eerlijke afspiegeling van de maatschappij. Zo krijg je een evenwichtig en betrouwbaar resultaat onder de oudere doelgroep.

Naast de doelgroep ouderen ga ik ook in gesprek met professionals. Het doel is om verschillende professionals te spreken en te achterhalen wat zij bijdragen aan de zelfredzaamheid van de oudere inwoner van Twente. Denk hierbij huishoudelijke zorgondersteuning, thuiszorg, Wmo-consulenten etc.

Via het netwerk en de contacten van de Twentse Koers heb ik een mooi breed pallet aan mensen en mooie ingangen die mij kunnen versterken in dit onderzoek. Er wordt een vragenlijst ontwikkeld die verspreid wordt onder deze doelgroep, de 65+er in Twente. Vervolgens gaan er diepte-interviews gehouden worden met de respondenten van de vragenlijst die hiervoor open staan. Om zo antwoord te krijgen op de onderzoeksvraag: : 'Waar liggen de behoeftes en mogelijkheden van de oudere inwoners van Twente als het gaat om gezond en zelfredzaam ouder worden?'

Organisatieomschrijving

De Twentse Koers

De Twentse Koers is een samenwerking tussen verschillende gemeenten binnen Twente, zorgverzekeraar en zorgkantoor Menzis, GGD Twente en provincie Overijssel. Zij werken samen met vele partners als zorgaanbieders, huisartsen, schuldhulpverleningsorganisaties, welzijnsstichtingen en inwonersinitiatieven. De Twentse Koers bevordert de samenwerking op het gebied van wonen, zorg en welzijn. Dit doen ze door middel van het inzetten van initiatieven, krachten en het verbinden van de regio. Hierdoor versterken zij de juiste zorg voor de inwoners in Twente. (Merkus, 2022)

Twentse Koers is bezig met een project 'reablement'. Reablement is een manier om ouderen (weer) zelfredzaam te laten worden. Het grootste doel van dit project is om mensen zo onafhankelijk mogelijk te maken van zorg en dus zo lang mogelijk alles zelf te laten doen. Dit onderwerp is van groot belang met de groeiende vergrijzing binnen onze samenleving. Het aantal mantelzorgers neemt toe en beschikbaar zorgpersoneel neemt af. Met dit project gaat er onderzocht worden hoe de inwoners toch waardig en zelfstandig oud kunnen blijven worden. Twentse Koers is bezig met verschillende projecten waaronder reablement en samen indiceren in de wijk. Het doel van de organisatie is het samen koersen op preventie, vroeg signalering en goede integrale zorg voor ouderen.

Verkennen organisatie

De begin periode ga ik meelopen met Loes Heerts en haak ik aan bij verschillende gesprekken en meetings van dementie Twente en de Twentse Koers. Deze gesprekken sluiten aan en zijn van belang voor het verkrijgen van inzicht in lokale en regionale verbindingen en het oplossen van kennis over het onderwerp. Van beide organisaties ga ik gebruiken maken van hun netwerken. Ik ga bij de Twentse Koers aanhaken bij het project

'reablement', waarbinnen ik onderzoek ga doen naar de behoeftes en mogelijkheden van de oudere inwoners als het gaat om gezond en zelfredzaam ouder worden.

Doelstellingen

Doelstelling opdrachtgever

Twentse Koers hoopt met dit advies een resultaat te krijgen waarin ze inzicht krijgen in de behoeftes en mogelijkheden van de ouder wordende mens ten aanzien van gezond en zelfredzaam ouder worden. Ze hopen erachter te komen op welke manier de oudere inwoner van Twente gestimuleerd kan worden tot het nemen van eigen regie in gezond en zelfredzaam ouder worden. Het is een jaarplan, het doel daarbij is om komend halfjaar resultaten te kunnen formuleren en in een advies uit te schrijven. Het tweede halfjaar van februari tot juni is het doel om de resultaten om te zetten tot een product of dienst.

Doelstelling adviesopdracht

Op basis van dit onderzoek ga ik een advies uitschrijven voor Twentse Koers. Hierbij hoop ik dat de uitkomsten worden meegenomen in het ontwikkelen van toekomstig beleid. Een advies waar de oudere inwoner voorop staat om hun zo lang mogelijk gezond en zelfredzaam te kunnen laten zijn.

Critical Friends

Een critical friend is een expert op het terrein van advisering dat centraal staat in het advies. Tijdens mijn advies betrek ik twee critical friends: een professional en een oudere. De Critical friends geven mij inhoudelijke feedback op mijn advies. Mijn eerste critical friend is Ine Bonke, werkzaam als ketenregisseur dementie Twente en als casemanager bij Carrintreggeland. Daarnaast heb ik een oudere op oog die zeer geschikt is als critical friend in mijn ogen.

Probleemstelling hoofd- en deel vragen

Centrale advies vraag

Op welke wijze kan de 65+er uit Twente gestimuleerd worden tot het nemen van eigen regie in gezond en zelfredzaam ouder worden?' en de bijbehorende deelvragen.

Deelvragen

- *Hoe kijkt de oudere inwoner in Twente aan tegen gezond en zelfredzaam ouder worden?*
- *Wat wil de ouder wordende inwoner van Twente zelf investeren in zijn/haar gezondheid en zelfredzaamheid?*
- *Hoe willen de oudere inwoners van Twente hun kennis verbreden om zo lang mogelijk gezond en zelfredzaam oud te worden?*
- *Hoe kan de professional de gezondheid en de zelfredzaamheid van de oudere inwoners bevorderen?*

Onderzoeksopzet

In dit hoofdstuk ga ik in op de methodes en de manier van werken die ik ga toepassen tijdens mijn onderzoek het komende halfjaar.

Design & methoden

Het komende halfjaar gaat er een onderzoek uitgevoerd worden in co-creatie met de doelgroepen de ouder wordende 65+er in Twente en zorgprofessionals. Het onderzoek start

met een literatuur onderzoek waarin er gekeken wordt naar literatuur over reablement, gezond en zelfredzaam ouder worden.

Het verdere onderzoek gebeurt aan de hand van kwalitatief en kwantitatief onderzoek. Bij kwalitatief onderzoek gaat het niet om het in kaart brengen van cijfers, maar om het verkennen en inzichtelijk maken van een thema of vraagstuk. De volgende definitie van kwalitatief onderzoek wordt gebruikt: Kwalitatief onderzoek is een vorm van empirisch onderzoek waarbij overwegend gebruik gemaakt wordt van gegevens van kwalitatieve aard en dat als doel heeft onderzoeksproblemen in situaties, gebeurtenissen en personen te beschrijven (Reulink & Lindeman, 2005).

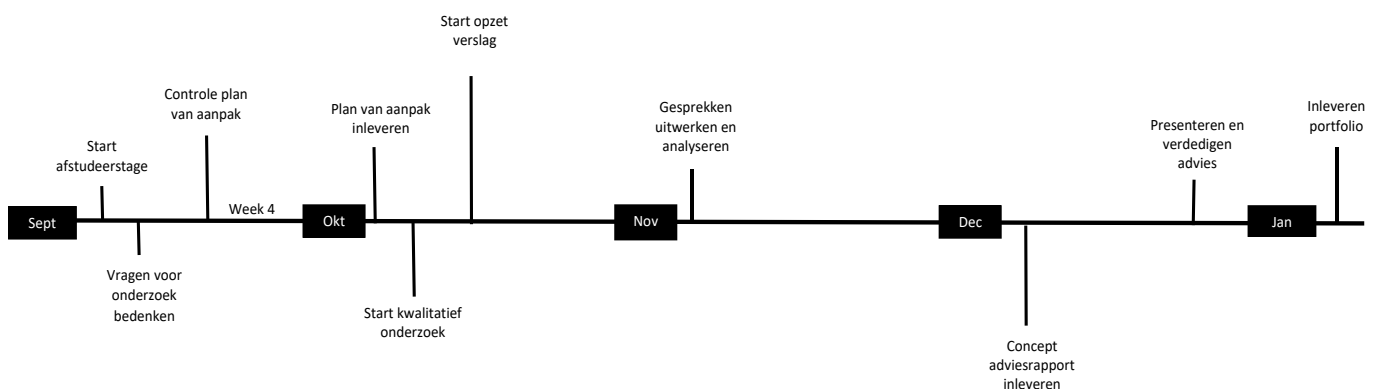
Ik heb voor deze vorm van onderzoeken gekozen omdat ik de behoeftes en de mogelijkheden van oudere inwoner van Twente wil achterhalen. Door middel van een vragenlijst die uitgezet gaat worden in Twente, worden de kwantitatieve resultaten opgehaald. Vanuit deze vragenlijsten gaan er diepte interviews gevoerd worden met de respondenten die hiervoor open staan. Het doel is om bij deze diepte interviews ouderen te spreken uit verschillende gemeenten, om zo een betrouwbaar Twente breed onderzoek aan te leveren. Het doel is om rond de 100 respondenten te verzamelen voor de vragenlijst en rond de 15 respondenten voor de diepte-interviews.

Naast de doelgroep de 65+er in Twente, gaat er ook onderzoek gedaan worden naar de professionals. Er gaat input opgehaald worden vanuit professionals die zorg of ondersteuning leveren aan huis. Deze input wordt gehaald uit kwantitatief onderzoek. Het doel is om hierbij rond de 50 respondenten te behalen. Door middel van een vragenlijst gaat er achterhaalt worden wat de professional bijdraagt aan de zelfredzaamheid van de ouder wordende 65+er in Twente.

Ik ga onderzoek doen op mesoniveau, of terwijl in de directe omgeving van Twentse Koers en dementie Twente. Mijn advies en uiteindelijke product of dienst hoop ik te realiseren op mesoniveau. Toepasbaar binnen de regio Twente door de organisatie Twentse Koers binnen het project Reablement (V.L, 2016).

Planning

Mijn planning is opgebouwd uit twee onderdelen, een globale tijdslijn en inzicht van mijn taken en doelen het komende halfjaar (zie figuur 1). Daarnaast heb ik een planning via Excel ontworpen waarin je kan bijhouden in welke tijdsperiode je welke taken moet verrichten en tot hoever je de taken hebt verricht (zie object).



Figuur 1: Tijdsplanning ALDI

Bibliografie

- Das, M., & de Jonge, E. (2020, 06 30). *Zelfredzaamheid van ouderen en gebruik van Wmo*. Opgehaald van Cbs: <https://www.cbs.nl/nl-nl/longread/statistische-trends/2020/zelfredzaamheid-van-ouderen-en-gebruik-van-wmo?onepage=true>
- Doorewaard, H., Kil, A., & van de Ven, A. (2019). *Praktijkgericht kwalitatief onderzoek* (2 ed.). Amsterdam: Boom uitgevers.
- Fischer, T., & Julsing, M. (2019). *Onderzoek doen! Kwantitatief en kwalitatief onderzoek*. Groningen: Noordhoff.
- Gezondheidsraad. (2018). *Zelfredzaamheid van ouderen*. Den Haag: Gezondheidsraad. Opgehaald van <https://www.gezondheidsraad.nl/binaries/gezondheidsraad/documenten/adviezen/2018/06/13/zelfredzaamheid-van-ouderen/Zelfredzaamheid+van+ouderen+pro.pdf>
- GGD Twente. (2020, december 18). *Twentse gezondheidsverkenning*. Opgehaald van GGD Twente: <https://www.twentsegezondheidsverkenning.nl/dashboard/dashboard/ouderen--65-->
- Gussekloo, J. (2009). *Preventie bij ouderen: focus op zelfredzaamheid*. Leiden: Leids Universitair Medisch Centrum. doi:<https://doi.org/10.1007/BF03085722>
- Hesselink, A., van Wely, L., Eijkelhof, L., Lap, M., Verkleij, S., Siemonsma, P., & Verhoef, J. (2017, december). Implementeren door co-creëren. *Onderzoek*.
- ICT&health. (2021, september 9). *'Samenwerking voor zorginnovaties niet vanzelfsprekend'*. Opgehaald van ICT&health: <https://www.icthealth.nl/nieuws/samenwerking-voor-zorginnovaties-niet-vanzelfsprekend/>
- Janse, B. B. (2022, 11 28). *Reflectiemodel Van Korthagen: uitleg en voorbeeld*. Opgehaald van Toolshero: <https://www.toolshero.nl/persoonlijke-ontwikkeling/reflectiemodel-van-korthagen/>
- Kiers, B. (2016, 10 03). *Vergroten zelfredzaamheid mislukt vaak*. Opgehaald van Zorgvisie: <https://www.zorgvisie.nl/vergroten-zelfredzaamheid-mislukt-vaak/>
- Merkus, B. (Red.). (2022, februari 17). *Twente Koers*. Opgeroepen op september 5, 2022, van Twente Koers - Samenwerking van de zorg in Twente: <https://twentsekoers.nl/>
- Ministerie van VWS. (2022, september 13). *Ministerie van VWS*. Opgehaald van Ouderenadviseur: <https://www.regelhulp.nl/onderwerpen/ouderen/ouderenadviseur>
- Parsons, J., Burton, E., Graff, L., Metzelthin, S., O'Connell, H., & Tuntland, H. (2019). *Reablement as an evolution in community care: a comparison of implementation across five countries*. Transforming-care.
- Peek, S. (2016). *Resultaten van onderzoek naar acceptatie van technologie door zelfstandig wonende ouderen*. Tilburg: Langer thuis.
- Pratchett, L., Lowndes, V., & Stoker, G. (2006). *Diagnosing and Remedying the Failings of official participation schemes: The CLEAR Framework*. Social Policy and Society. Opgehaald van Social Policy and.
- Regiobeeld. (2021). *Zorg en ondersteuning voor Twentse ouderen*. 06: 10.

- Reulink, N., & Lindeman, L. (2005, november 23). Kwalitatief onderzoek. *Participerende observatie, interviewen*. Opgehaald van [http://www.cs.ru.nl/~tomh/onderwijs/om2%20\(2005\)/om2_files/syllabus/kwalitatief.pdf](http://www.cs.ru.nl/~tomh/onderwijs/om2%20(2005)/om2_files/syllabus/kwalitatief.pdf)
- Rijksoverheid. (2022). *Integraal Zorgakkoord Samen werken aan gezonde zorg*. Den Haag: Rijksoverheid. Opgeroepen op 09 9, 2022
- Rivm. (2019, 11 16). *Infographic Impact van de vergrijzing*. Opgehaald van RIVM: <https://www.rivm.nl/infographic-impact-van-vergrijzing#:~:text=De%20vergrijzing%20heeft%20grote%20impact%20op%20de%20volksgezondheid%20en%20de,zelfstandig%20en%20vaak%20ook%20alleen.>
- Schoenmakers, E., & Jukema, J. (2019, juni 14). Co-creatie met oudere mensen: beloften en valkuilen. *Geron*, p. 5.
- Sociaal en cultureel planbureau. (2018). *Tekort aan mantelzorgers en professionals*. Opgehaald van Trends in de ouderenzorg: <https://digitaal.scp.nl/ouderenzorg/tekort-aan-mantelzorgers-en-professionals>
- V.L, M. (2016, april 1). RePub, Erasmus University Repository: Persoonsgerichte zorg en co-creatie van zorg in relatie tot het welzijn en de werktevredenheid van medewerkers in de zorg voor mensen met een verstandelijke beperking. *NTZ Nederlands Tijdschrift voor de Zorg*, pp. 260- 269.
- van den Broeke, J., Verstappen, C., Vroom, A.-m., & Smits, C. (2020). *Co-creatie met migranten en laaggeletterden*. TvZ.
- Verhoeven, N. (2020). *Waar staat thematische analyse in kwalitatief onderzoek?* Opgehaald van Boomhogeronderwijs: https://www.nelverhoeven.nl/actueel/209-336_Waar-staat-thematische-analyse-in-kwalitatief-onderzoek
- VGZ zorgkantoor. (2020, september). *Mijzo - Reablement* . Opgehaald van VGZ zorgkantoor: <https://www.vgz-zorgkantoren.nl/zorgaanbieders/zinnige-zorg/zinnige-zorg-in-de-praktijk/mijzo---reablement>
- Vilans. (2018, september 25). *Reablement als oplossing voor toenemende zorgvraag*. Opgehaald van Vilans: <https://www.vilans.nl/actueel/nieuws/reablement-als-oplossing-voor-toenemende-zorgvraag>
- Visser, J., & Smit, C. (2019). *Senioren op eigen kracht* . Goor: SOEK.
- VNG. (2022, 02 10). *Reablement draagt bij aan langer zelfstandig thuis wonen*. Opgehaald van VNG: [https://vng.nl/nieuws/reablement-draagt-bij-aan-langer-zelfstandig-thuis-wonen#:~:text=Reablement%20is%20een%20manier%20om,\(weer\)%20zelf%20blijven%20doen.](https://vng.nl/nieuws/reablement-draagt-bij-aan-langer-zelfstandig-thuis-wonen#:~:text=Reablement%20is%20een%20manier%20om,(weer)%20zelf%20blijven%20doen.)
- Waardigheid en trots. (2022, 02 01). *Reablement maakt langer zelfstandig thuis wonen mogelijk*. Opgehaald van Waardigheid en trots: <https://www.waardigheidentrots.nl/praktijk/reablement-langer-zelfstandig-thuis-wonen/>
- ZonMW. (2022). *Nationaal Programma Ouderenzorg*. Opgehaald van ZonMW: <https://www.zonmw.nl/nl/over-zonmw/e-health-en-ict-in-de-zorg/programmas/programma-detail/nationaal-programma-ouderenzorg/>
- Zonneveld, N. (2022, 11 29). *Maak reablement niet waarde(n)loos*. Opgehaald van Zorgvisie: <https://www.zorgvisie.nl/blog/maak-reablement-niet-waardenloos/>

Zorg voor beter. (2017, 05 10). *Vijf tips voor zorgmedewerkers*. Opgehaald van Zorg voor beter: <https://www.zorgvoorbeter.nl/zelfredzaamheid/tips-ouderenzorg>

Bijlage 2: Privacy

De vragenlijsten zijn volledig anoniem ingevuld door de 120 respondenten. Alleen bij eigen keuze konden er privégegevens worden ingevuld. Dit zodat de onderzoeker deze personen kon benaderen voor een diepte-interview. De diepte-interviews zijn ook anoniem verwerkt in het portfolio.

Er is gebruik gemaakt van een toestemmingsverklaring om zo toestemming te krijgen van de geïnterviewde voor het interviewen en het opnemen van het gesprek. Hieronder is het gebruikte format te zien voor het interview.

TOESTEMMINGSVERKLARING

Voor deelname aan het onderzoek:

Gezond en zelfredzaam ouder worden

Ik bevestig hierbij mijn deelname aan het onderzoek 'gezond en zelfredzaam ouder worden'. Ik geef toestemming voor het feit dat het gesprek wordt opgenomen en mijn informatie mag worden gebruikt voor wetenschappelijke en educatieve doeleinden, op voorwaarde dat de door mij verstrekte informatie en mijn gegevens anoniem worden verwerkt.

Naam :

Geboortedatum :

Telefoonnr. :

E-mailadres :

Handtekening :

Datum:

Wil je op de hoogte worden gehouden van de uitkomsten van het onderzoek?
ja/nee

Mag je benaderd worden voor andere relevante (onderzoeks)onderwerpen?
ja/nee

Ondergetekende, verantwoordelijk voor de uitvoering van het onderzoek, verklaart dat de hierboven genoemde persoon over de wijze van datagebruik is geïnformeerd.

Ondergetekende verklaart bovendien dat in geval van intrekken van de toestemming, alle verstrekte informatie zal worden vernietigd en niet in het onderzoek zal worden gebruikt.

Naam :

Handtekening :

Datum:



Daarnaast zijn alle samenvattingen teruggekoppeld naar de desbetreffende geïnterviewde en is er gevraagd voor akkoord. Zie hieronder enkele respons vanuit de geïnterviewden.

Beste Anne,

Prima gedaan hoor. Ik hoor mezelf praten.

Figuur 6

Goedemorgen Anne,

Dankjewel voor de samenvatting van ons gesprek.

Compliment over de goede samenvatting, het klopt allemaal zoals jij het hebt samengevat, dus wij zijn het hier mee eens.

Wij hebben met plezier hier aan mee gewerkt.

Heel veel succes met het afstuderen.

Figuur 77

Hallo Anne,

We hebben het verslag doorgelezen, en constateerden dat alle punten zo als in het gesprek besproken waren opgenomen .
Ons inziens is het een goed verslag en wij kijken uit naar de eind uitslag van je scriptie.
En wensen je heel veel succes.

Met vriendelijke groet,

Figuur 8

Goedemiddag Anne,

Dank voor de toezending van de samenvatting van het gesprek van vorige week. Ik vind het een goede weergave ervan en heb geen op- of
aanmerkingen.

Ik wens je nog veel succes bij je onderzoek en studie en mogelijk zal het gesprek daar een klein beetje aan bijdragen.

Figuur 10

Goede samenvatting.
Succes met je onderzoek

Figuur 9

Bijlage 3: Vragenlijsten

3.1 De oudere inwoner van Twente

Vragenlijst naar gezond en zelfredzaam ouder worden

Ik ben Anne de Groote en volg de opleiding toegepaste gerontologie aan Windesheim in Zwolle. Met mijn opleiding ontwerp ik producten en diensten voor de oudere doelgroep, daarnaast schrijf ik ook adviezen aan organisaties. Ik ga komend jaar afstuderen voor Twentse Koers, hier ga ik de komende weken onderzoek voor doen. Ik ga onderzoek doen naar de behoeftes en mogelijkheden op het gebied van gezond en zelfredzaam ouder worden onder Twentse inwoners.

De Twentse Koers is een samenwerking tussen alle 14 Twentse gemeenten, zorgverzekeraar en zorgkantoor Menzis, GGD Twente en provincie Overijssel. Zij werken samen met vele partners als zorgaanbieders, huisartsen, schuldhulpverleningsorganisaties, welzijnsstichtingen en inwonersinitiatieven. De Twentse Koers bevordert de samenwerking op het gebied van wonen, zorg en welzijn. Dit doen ze door middel van het inzetten van initiatieven, krachten en het verbinden van de regio. Hierdoor versterken zij de juiste zorg voor de inwoners in Twente. (Merkus, 2022)

De mening van de inwoner is van groot belang bij projecten rondom gezond en zelfredzaam ouder worden in Twente. Om deze reden wordt hier onderzoek naar gedaan. Het is de bedoeling dat er via deze vragenlijst inzicht komt over hoe u kijkt naar gezond en zelfredzaam ouder worden?

Deze vragenlijst is volledig anoniem. U kunt uw gegevens achterlaten, maar dit is zeker niet verplicht.

Namens alle partijen in Twentse Koers dank u hartelijk voor het invullen van de vragenlijst!

Persoonsinformatie

1. Wat is uw geslacht

- ☐ Man
- ☐ Vrouw
- ☐ Anders

2. Wat is uw leeftijd?

3. In welke gemeente woont u?

- ☐ Almelo
- ☐ Borne
- ☐ Dinkelland
- ☐ Enschede
- ☐ Hof van Twente
- ☐ Haaksbergen
- ☐ Hellendoorn
- ☐ Hengelo

- ☐ Losser
- ☐ Oldenzaal
- ☐ Rijssen-Holten
- ☐ Tubbergen
- ☐ Twenterand
- ☐ Wierden

4. In welke plaats woont u?

5. Ontvangt u zorg of ondersteuning van een zorg- of welzijnsorganisatie?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Gezond en zelfredzaam ouder worden

1. Denkt u na over ouder worden?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

2. Wat is voor u gezond ouder worden?

- ☐ Gelukkig zijn
- ☐ Zelfredzaam zijn
- ☐ Niet ziek zijn
- ☐ Anders

3. Wilt u uw eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk behouden? (Wilt u zo lang mogelijk alles zelf kunnen)

- ☐ Ja
- ☐ Nee

4. Hoe belangrijk vindt u het dat u zelf nog alles kan? Omcirkel het cijfer.

- ☐ Niet belangrijk 1 2 3 4 5
Heel belangrijk

5. Denkt u erover na over hoe u uw leven wilt inrichten als u niet alles meer zelf kunt?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

6. Wilt u zelf bijdragen aan zelfredzaam ouder worden, bijvoorbeeld (weer) leren dingen zelf te kunnen?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

7. Wat wilt u zelf bijdragen om dingen (weer) zelf te kunnen? Meerdere opties aankruisen is mogelijk.

- ☐ Volgen van ergotherapie/fysiotherapie
- ☐ Technologie in huis aanschaffen
- ☐ Hulpmiddelen aanschaffen
- ☐ Uw huis veilig/anders inrichten
- ☐ Een cursus of een training volgen over gezond en zelfredzaam oud worden
- ☐ Een informatiefolder lezen
- ☐ Anders.....
-

8. Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

9. Wat zou u kunnen helpen om kennis te vergroten over gezonde en zelfredzaam ouder worden?

- ☐ Voorlichtingsavond
- ☐ Folder lezen
- ☐ Programma volgen
- ☐ In gesprek gaan met een professional
- ☐ Anders.....
-

10. Hoe vindt u het om hulp te vragen van mensen in uw omgeving?

- ☐ Ik vraag geen hulp
- ☐ Ik vraag wel hulp, maar voel me bezwaard
- ☐ Ik vraag hulp als ik het nodig heb

11. Waarom vraagt u wel of geen hulp?

12. Hoe belangrijk vindt u het nemen van eigen beslissingen in het leven?

Helemaal niet belangrijk	1	2	3	4	5	Heel belangrijk
--------------------------	---	---	---	---	---	-----------------

13. Maakt u gebruik van technologie in huis? (bijvoorbeeld: google home, digitale klok, automatische gordijnen/lampen)

- ☐ Ja
- ☐ Nee

14. Staat u open voor het gebruik van technologie?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

15. Wordt u gestimuleerd om zo lang mogelijk zelfredzaam oud te worden door zorgprofessionals? (Niet van toepassing voor mensen die geen zorg en ondersteuning ontvangen).

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ NVT

16. Op welke manier wordt u gestimuleerd door zorgprofessionals? (Niet van toepassing voor mensen die geen zorg en ondersteuning ontvangen).

- ☐ NVT
- ☐ Tips over veilig wonen
- ☐ Tips voor bepaalde activiteiten
- ☐ Wat ik zelf kan moet ik zelf doen van de professional
- ☐ Anders.....

17. Bent u op de hoogte van wat de gemeente voor u doet?

- ☐ Ja
- ☐ Nee
- ☐ Een beetje

18. Wordt u hierbij betrokken?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

19. Wilt u hier bij betrokken worden?

- ☐ Ja
- ☐ Nee

Mag ik contact opnemen naar aanleiding van deze vragenlijst? Zo ja, vul hieronder uw naam en telefoon nummer in.

3.2 Professional

Vragenlijst: De rol van professional ten aanzien van gezond en zelfredzaam ouder worden.

Namens Twente Koers (14 Twentse gemeenten, zorgverzekeraar en zorgkantoor Menzis, GGD Twente en provincie Overijssel) is er een onderzoek gestart naar de behoeften en mogelijkheden van de oudere inwoner van Twente op het gebied van gezond en zelfredzaam ouder worden. Hierbij willen wij ook kijken naar de bijdrage, mening en mogelijkheden van de professional.

De vragenlijst is kort en volledig anoniem opgesteld. Alvast bedankt voor het invullen!

Persoonsinformatie

1. Wat is uw functie?

- ☐ Huishoudelijke verzorgende
- ☐ Verzorgende of verpleegkundige
- ☐ Welzijnswerker
- ☐ Ouderen adviseur
- ☐ Wmo-consulent
- ☐ Mantelzorg consulent
- ☐ POH ouderen
- ☐ Anders...

2. In welke gemeente bent u werkzaam?

- ☐ Almelo
- ☐ Borne
- ☐ Dinkelland
- ☐ Enschede
- ☐ Hof van Twente
- ☐ Haaksbergen
- ☐ Hellendoorn
- ☐ Hengelo
- ☐ Losser
- ☐ Oldenzaal
- ☐ Rijssen-Holten
- ☐ Tubbergen
- ☐ Twenterand
- ☐ Wierden

3. Wat vindt u leuk aan uw werk en waarom heeft u er voor gekozen?

Onderzoeksvragen

4. Hoe belangrijk is de eigen regie en de zelfredzaamheid van de inwoner voor u?

Niet belangrijk	1	2	3	4	5	Heel belangrijk
-----------------	---	---	---	---	---	-----------------

5. Waarom vindt u de eigen regie en de zelfredzaamheid van de inwoner wel/niet belangrijk?
-

6. Bespreekt u de manier van gezond en zelfredzaam ouder worden met de oudere inwoner?

Wordt bijvoorbeeld bespreekbaar gemaakt hoe een inwoner zijn/haar woonomgeving in kan richten om zo veiliger te wonen?

Of bijvoorbeeld de bijwerkingen van medicatie en eventuele andere oplossingen/mogelijkheden?

Of stimuleert u mensen actief om bepaalde dingen zo lang mogelijk zelf te doen of weer te leren?

- ☐ Ja
☐ Nee

7. Zo ja, hoe maakt u dit bespreekbaar?
-

8. Wordt er gekeken naar oplossingen om zelfredzaamheid te vergroten door u of andere betrokken professionals?

Denk aan fysiotherapie, ergotherapie, technologie, cursusaanbod voor ouderen of valpreventie.

- ☐ Ja
☐ Nee

9. Op welke manier behoudt u de zelfredzaamheid bij de oudere inwoner zelf?

Neem als voorbeeld: als u op bezoek komt bij een oudere inwoner en jullie gaan een kop koffie drinken. Zet u de koffie of laat u de bewoner zelf de koffie zetten. Of terwijl, probeert u de oudere te motiveren om mee te helpen.

10. Staat u er voor open om scholing te volgen omtrent uw rol binnen het thema zelfredzaam en gezond ouder worden bij de oudere inwoner?

- ☐ Ja
☐ Nee

11. Bent u geïnteresseerd om in gesprek te gaan over het onderwerp gezond- en zelfredzaamheid van de inwoners? Laat dan uw naam en mailadres hieronder achter, dan benader ik u wellicht!
-

Bijlage 4: Codeer schema's: oudere inwoners

4.1 Open en axiaal coderen

Codeer schema geïnterviewde 1

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
"Voor mij is gezond ouder worden, niet hulpbehoevend worden, dus zelfredzaam blijven."	Niet hulpbehoevend, zelfredzaam	Zelfredzaamheid
"Daarnaast wil ik me goed en gezond voelen"	Goed en gezond voelen	Gezondheid
Geïnterviewde 1 heeft een euthanasie verklaring liggen bij de huisarts. Hij wil namelijk niet hulpbehoevend worden.	Euthanasie, niet hulpbehoevend	Maatregelen, euthanasie
Zelfredzaamheid		
"Ik vind mijn zelfredzaamheid heel belangrijk"	Zelfredzaamheid belangrijk	Belang
"Ik zal een rollator nemen als het nodig is of rekening houden met woonomgeving"	Rollator, rekening houden met woonomgeving.	Hulpmiddelen, woonomgeving.
Kennis		
"Ik volg veel nieuws en wat er in de krant staat"	Actief volgen van het nieuws	Nieuwsgierig, leergierig
"Ik vind dat ik genoeg kennis heb om gezond en zelfredzaam ouder te worden en anders zoek ik het zelf uit"	Genoeg kennis, zelf uitzoeken	Genoeg kennis, zelf uitzoeken
Netwerk		
Geïnterviewde 1 vindt het niet erg om zijn netwerk te benaderen	Niet erg om netwerk te benaderen	Geen bezwaar
"Zolang het niet aan mijn eigen lichaam is, dan wil ik het zelf kunnen. Als dat niet meer kan hoeft het voor mij niet meer."	Zolang het geen lichamelijke hulp is	Grenzen
Eigen regie		
'Hoe belangrijk vindt u uw eigen regie' "Heel belangrijk, dat is alles. 100%"	Eigen regie is alles	Van belang
"Ik wil mijn eigen keuzes maken en zelf de regie in handen hebben. Ook met de keuze van euthanasie."	Eigen keuzes maken, regie in handen, keuze euthanasie.	Euthanasie
"Nutteloos voelen vind ik stom"	Nutteloos voelen	Zinvol

Technologie		
Technologie is voor geïnterviewde 1 geen drempel, hij maakt naast zijn telefoon, iPad en computer geen gebruik van andere slimme technologie in huis.	Geen drempel, standaard technologie	Geen drempel
Hij staat open voor technologie in de toekomst	Open voor technologie, toekomst	Toekomst
“Als er een moment komt dat dagelijkse dingen te veel moeite schaffen, dan zal ik zeker willen investeren in technologie om mijn zelfredzaamheid te vergroten.”	Zelfredzaamheid vergroten	Zelfredzaamheid
“Voor mij is het betaalbaar, voor veel mensen niet”	Betaalbaar	Kosten
“Er moet gekeken worden naar het vergoeden van technologie”	Vergoeden van technologie	Vergoeding
Zorg en ondersteuning		
Geïnterviewde 1 ontvangt huishoudelijke hulp	Ontvangt huishoudelijke hulp	Ondersteuning
“De huishoudelijke hulp werkt heel goed voor mij”	Werkt goed voor geïnterviewde 1	Tevreden
“Ik de huishoudelijke hulp ook wel echt nodig, niet omdat ik het lichamelijk niet zelf zou kunnen, maar omdat het huis anders verwaarloosd zal worden.”	Oorzaak van hulp is verwaarlozing	Verwaarlozing
Geïnterviewde 1 wordt niet door de hulp gestimuleerd in zijn zelfredzaamheid, dit doet Jan zelf.	Geen stimulans door hulp	Geen stimulans
“Ze hoeft mij ook niet te enthousiasmeren om zelfstandig te blijven, dit doe ik zelf”	Stimulans niet nodig	Eigen stimulans
“Ik denk dat de huishoudelijke hulp ook weinig advies kan geven, is naar mijn mening niet 1 van hun taken”	Hulp kan weinig advies geven, niet hun taak	Advies
“Ik zou wel open staan voor tips”	Staat open voor tips	Tips
Gemeente		
“Ik weet waar ik heen moet binnen de gemeente”	Bekend binnen de gemeente	Gemeentelijk bekend
“De gemeente hielp me goed”	Tevreden over de gemeente	Tevreden
Geïnterviewde 1 vindt het mooi om zijn bijdrage te leveren, dus zal hier ook voor open staan binnen de gemeente.	Bijdrage leveren	Bijdrage

'Hoe kan de gemeente inspelen op uw zelfredzaamheid?' "Via een discussiegroep in de gemeente. Als ik het maar te horen krijg, maar een discussie groep lijkt me mooi."	Discussiegroep creëren	Discussiegroep
---	------------------------	----------------

Codeer schema geïnterviewde 2

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
Voor geïnterviewde 2 is het belangrijk om gelukkig ouder te worden. "Als je gezond bent ben je gelukkig"	Gelukkig ouder worden	Gelukkig
Geïnterviewde 2 denkt na over ouder worden	Denkt na over ouder worden	Bewustwording
Zelfredzaamheid		
"Je wilt het liefst zo lang mogelijk zelfstandig oud worden"	Zelfstandig oud worden	Zelfstandigheid
"Daar voel je je het prettigst bij, dat niet alles voor je gedaan moet worden"	Niet alles voor je gedaan moet worden	Afhankelijk zijn
"Als ik de mogelijkheid krijg om bepaalde dingen weer zelf te leren, dan zal ik het zeker weer zelf willen leren"	Zelf weer willen leren	Weer willen leren
"Als je praat over fysio, dat is wel heel duur. Dat kan niet iedereen betalen"	Fysio is duur, kan niet iedereen betalen	Kosten
"Dat stukje kosten is wel heel belangrijk. Het wordt niet allemaal vergoed"	Kosten, vergoeding	Vergoeding/Kosten
Kennis		
'Denkt u over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden?' "Ja, je kunt het allemaal vragen"	Ja, kan het vragen	Vragen bij onwetendheid
"Het wordt wel anders als je kijkt naar waar je het moet vragen. Dan moet ik het aan mijn dochter vragen, wat ik dan moet doen."	Vragen aan netwerk	Vragen aan netwerk
'Wat kan u helpen om informatie te verkrijgen' "Een voorlichtingsavond vind ik het prettigste, dan heb je ook	Kennis verbreden, voorlichtingsavond	Voorlichtingsavond

meer mensen die vragen stellen"		
Eigen regie		
Geïnterviewde 2 antwoorde op de vraag 'hoe belangrijk vindt u uw eigen regie' "Heel belangrijk"	Eigen regie is van belang	Van belang
"Het gevoel dat je nog zelfstandig bent. Dat je je eigen keuze in het leven kan maken"	Zelfstandigheid, eigen keuzes maken	Zelfstandigheid en eigen keuzes
Technologie		
"Ik vind technologie ideaal"	Technologie ideaal	Positief
"Ik heb bijvoorbeeld lampen die vanzelf aan gaan of wanneer je aanbelt gaat er ook licht knipperen i.p.v. alleen maar geluid"	Automatische lichten, snufjes in huis	Snufjes
Geïnterviewde 2 staat open voor het gebruik van technologie	Staat open voor technologie	Staat open
"Digitaal met iPad en telefoon zal ik nog wel meer over willen leren."	Digitaal minder vaardig	Digitale vaardigheid
Zorg en ondersteuning		
"Bij huishoudelijke hulp vind ik het wel belangrijk dat ik mee kan helpen en in beweging ben"	Meehelpen en bewegen	Bewegen
"Het liefste hebben ze dat je op de stoel gaat zitten en ze niet in de weg loopt"	De ondersteuning, liefste niks doen	Ondersteuning
Gemeente		
"Je weet weinig van wat er allemaal gebeurt binnen de gemeente. Van wat er kan voor ouderen"	Onbekend gebied	Onbekend
"Ik zou wel eens willen weten wat de gemeente allemaal doet"	Nieuwsgierig	Nieuwsgierig

"Fijn is het om informatie te verkrijgen met formulieren, dat ik het nog kan nalezen. Zoals een folder of informatieboekje"	Informatie verkrijgen, nalezen	Informatie voorzienig (folder/informatie boekje)
---	--------------------------------	--

Codeer schema geïnterviewde 3

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
"Ik wil graag gelukkig ouder worden en een leuk leven hebben op deze mooie leeftijd"	Gelukkig ouder worden, leuk leven.	Gelukkig
"Ik vind het belangrijk om een leuk leven te hebben, ik voel me hier en nu heel gelukkig"	Ervaart geluk	Gelukkig
Zelfredzaamheid		
Geïnterviewde 3 wilt zo lang mogelijk zelfredzaam blijven, maar vind het ook fijn dat je om hulp kan vragen wanneer dat nodig is."	Zelfredzaam blijven, hulp ook fijn	Zelfredzaamheid en hulp
"Ondersteuning door middel van bijvoorbeeld fysio of ergotherapie zal ik wel volgen om mijn zelfredzaamheid te vergroten, naar de kosten moeten niet te hoog worden"	Vergroten van zelfredzaamheid door ondersteuning. Kosten wel belangrijk	Ondersteuning en kosten
Kennis		
Geïnterviewde 3 denkt over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden.	Genoeg kennis	Genoeg kennis
"Ik vind het fijn om in gesprek te gaan met een professional, tijdens een voorlichting kan ik geen persoonlijke vragen stellen."	Gesprek met professional	Gesprek met professional
"Als ik iets niet weet ga ik naar de verpleegsters toe. Die helpen me altijd verder. Hun weten een weg waar ze hier heen moeten."	Vragen aan netwerk/professionals	Netwerk/professional
Netwerk		
"Ik probeer zoveel mogelijk zelf te doen, kom ik er niet uit dan vraag ik aan mijn familie of mensen om me heen"	Zoveel mogelijk zelf, geen bezwaar	Geen bezwaar, eigen regie
Eigen regie		
"Ik vind het belangrijk om anderen niet van last te zijn en bepaalde dingen zelf te proberen."	Niet van last zijn, zelf proberen	Zelf proberen
Technologie		
"Ik vind technologie echt handig"	Technologie is handig	Handig
"Hier binnenshuis hebben wij verschillende technologie,	Lampen op sensor, alarmsysteem	Technologische snufjes

zoals lampen op sensor, alarmsysteem.”		
“Als het mij kan helpen wil ik het”	Helpen, bijdragen	Bijdragen/ondersteunend
Zorg en ondersteuning		
Zorgprofessionals stimuleren geïnterviewde 3 om zelfredzaam te blijven.	Stimulans vanuit zorg	Stimulans (zorg)
“Ik probeer zoveel mogelijk zelf te doen en de zorg professional ondersteunt mij daarin”	Zelf doen wat je zelf kan	Ondersteuning
Huishoudelijke hulp is er verder vooral voor de schoonmaak en laten geïnterviewde 3 vaak lekker rustig zitten	Geen stimulans vanuit de hulp	Geen stimulans (hulp)
Gemeente		
“Ik weet weinig van de gemeente, de WMO is wel eens bij me geweest.”	Niet heel bekend binnen gemeente, Wmo	Gemeentelijk onbekend, Wmo
“Ik heb ook geen belang om hier betrokken bij te worden”	Geen behoefte aan betrokkenheid	Betrokkenheid

Codeerschema geïnterviewden 4

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
“We kijken binnen de toekomst ook naar hoe kunnen we zo lang mogelijk hier thuis blijven wonen.”	Thuis blijven wonen, toekomst	Wonen
“In je eigen familie zie je ook dingen gebeuren en dan ga je nadenken hoe wil je dat later zelf invullen. Je zit in een groot huis, dat gaat nu nog heel erg goed. Je weet niet hoe dat er over 10 jaar uit gaat zien.”	Ervaring, nadenken, groot huis	Ervaring (kennis)
“Zelfredzaamheid is voor mij het belangrijkste”	Zelfredzaam zijn	Zelfredzaamheid
“Als je alles nog kan, ben je ook een stuk gelukkiger en leef je als een stuk makkelijker en prettiger.”	Zelfredzaamheid zorgt voor geluk, makkelijker en prettiger leven	Gevolgen van zelfredzaamheid
Zelfredzaamheid		
Greetje: “Ik wil zo lang mogelijk alles zelf nog doen.”	Zo lang mogelijk alles zelf doen	Afhankelijk

Geïnterviewden 4 kijken ook naar hulpmiddelen die hun zelfredzaamheid kunnen vergroten	Kijken naar hulpmiddelen	Hulpmiddelen
“Maak het jezelf makkelijk in huis en tuin zodat je uit de voeten kan, simpele dingetjes. Zoals antislipmatjes.”	Jezelf thuis makkelijk maken door middel van hulpmiddelen.	Gemak
“Als je de kans krijgt om je zelfredzaamheid te vergroten door het zelf weer te leren, zouden we dat willen.”	Het weer leren	Weer leren
“Als dat betekent dat ik het zelf weer kan in plaats van de zorg ontvangen, wil ik dat graag”	Liever geen zorg maar zelf weer kunnen	Zelfredzaamheid
“In het verleden heb ik ook wel eens fysio gehad. Dat doe je dan om er minder last van te hebben en het weer zelf te kunnen.”	Fysio	Fysio
“Nu kunnen wij fysio etc. betalen. Wij zitten in de positie dat dat nog kan.”	Het betalen van de fysio	Kosten
Kennis		
“Je weet de hulpmiddelen niet altijd te vinden als er iets is.”	Onwetendheid	Onwetendheid
“We zijn geïnteresseerd in het verbreden van die kennis. Een folder of voorlichtingsavond zal heel goed werken. Vooral een combinatie ervan.”	Verbreden kennis, folder of voorlichtingsavond	Verbreden kennis: folder of voorlichtingsavond
*Geïnterviewden 4 noemde een voorbeeld over haar schoonzus die een hulpmiddel heeft aangeschaft op aanrader van de zorg. * “Dat soort dingen wisten wij ook pas toen de zorg daarmee kwam en het hun aanraadde.”	Onwetendheid aan hulpmiddelen	Hulpmiddelen
Netwerk		
“Op dit moment vragen wij hulp over bepaalde onderwerpen, bijvoorbeeld brieven of andere kleine dingen.”	Hulp voor kleine dingen	Kleinschalige hulp

De vrouw van het geïnterviewden 4 voelt zich soms wel bezwaard om hun kinderen grote gunsten te vragen.	Bezwaard	Bezwaard
De man van het geïnterviewden 4 denkt dat hun kinderen wel voor hen gaan zorgen. "Ze komen wel met een oplossing."	Oplossing voor hulp	Oplossingen
Eigen regie		
Technologie		
"We staan wel open voor ondersteunende technologie. Niet meteen google home, maar kleine snufjes."	Kleine technologische snufjes	Technologische snufjes
"Het is wel belachelijk duur"	Duur	Kosten
"Als het onze zelfredzaamheid kan bevorderen staan wij daar zeker voor open."	Zelfredzaamheid bevordering	Zelfredzaamheid bevordering
Geïnterviewden 4 vindt sommige technologie wel een stukje luxe	Technologie is luxe	Luxe
Zorg en ondersteuning		
Ontvangen beide geen zorg of ondersteuning.	Geen zorg of ondersteuning	Geen ondersteuning
Gemeente		
Geïnterviewden 4 zijn niet bekend met wat de gemeente doet	Onbekend binnen de gemeente	Gemeentelijk onbekend
"Wij zijn niet oud, dan weet je het niet. We hebben niet iets waar we nu hulp bij nodig hebben."	Nog niet de leeftijd bereikt dat je in aanraking komt met de gemeente	Leeftijd
"We vinden het wel interessant, dat je weet waar je terecht kan als je ergens tegen aanloopt."	Interesse over meer bekendheid voor hulp	Interesse, bekendheid
"Als de gemeente af en toe iets van zich laat horen is voor ons heel leuk en interessant."	Gehoor vanuit de gemeente	Gehoor vanuit de gemeente

“We willen wel meer informatie krijgen hiernaar, daar staan we heel erg voor open.”	Meer informatie verkrijgen	Informatie
---	----------------------------	------------

Codeerschema geïnterviewden 5

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
“We denken na over toekomst op het gebied van wat zijn de voorzieningen die er gaan komen?”	Toekomstgericht kijken, voorzieningen	Voorzieningen
“Je wilt zelfredzaam zijn maar dat lukt niet altijd meer. Daar komt een keer een eind aan.”	Zelfredzaam blijven, onzekerheid	Zelfredzaamheid
“Ik maak me daar wel zorgen over. Ik heb er erg problemen mee om afhankelijk te zijn van een ander.”	Angst en problemen met onafhankelijk zijn.	Angst
“Ik heb een vriendin in een verpleeghuis zitten. Dag in dag uit in dezelfde omgeving. Ik moet er niet aan denken. Dag in dag uit in dezelfde stoel.”	Angst voor verpleeghuis, niks doen	Verpleeghuis
Gelukkig en zelfredzaam blijven is belangrijk voor geïnterviewden 5.	Gelukkig en zelfredzaam blijven	Gelukkig en zelfredzaam
Zelfredzaamheid		
“Als ik voor eeuwig beperkt zal blijven, heb ik daar heel veel moeite mee.”	Beperkt blijven	Beperkt
“Als ik het zelf weer kan leren, wil ik het zelf weer leren.”	Weer zelf leren	Weer leren
“Zorg als ondersteuning vind ik niet erg, maar ik heb zelf de motivatie om dingen weer aan te leren.”	Ondersteuning vanuit de zorg, motivatie	Ondersteuning, motivatie
“Ik vond het mooier dat ze vroeger bejaardentehuizen hadden. Er is tegenwoordig geen tussenoplossing of je moet thuis blijven of meteen in het verpleeghuis.	Afschaffen van bejaardentehuizen.	Bejaardentehuizen
Kennis		
‘Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden?’	Niet genoeg kennis	Niet genoeg kennis
Man van stel 5: “Nee er zijn zoveel dingen, zoveel		

mogelijkheden waar ik denk ik nog nooit van gehoord heb.”		
Vrouw van stel 5: “Ik dacht het wel, soms is het wel moeilijk op het gebied van de gemeente. We krijgen er geen advies in.	Genoeg kennis, geen advies via de gemeente	Gemeente
Netwerk		
Eigen regie		
“Wij willen zelf graag de regie houden, omdat we het heel erg zouden vinden om van een ander afhankelijk te zijn.”	Afhankelijk zijn erg	Onafhankelijk zijn
Technologie		
Geïnterviewden 5 maken geen gebruik van (slimme) technologie.	Geen gebruik van technologie	Geen gebruik
“Zodra het mijn zelfredzaamheid vergroot staan wij ervoor open. Maar niet eerder dan dat het nodig is.”	Vergroten van zelfredzaamheid, niet eerder dan nodig	Niet eerder dan nodig
Zorg en ondersteuning		
“We ontvangen gelukkig nog geen zorg of ondersteuning.”	Geen zorg en ondersteuning	Geen ondersteuning
Al hoe wel we er wel samen over eens zijn dat we eventueel een keer huishoudelijke hulp willen.	Staan open voor huishoudelijke hulp	Staan open voor huishoudelijk hulp
“Ik zou wel willen helpen met huishouden, dat nemen ze me nog niet meteen helemaal uit handen.”	Helpen binnen het huishouden	Eigen regie
Gemeente		
“We weten niet wat ze doen binnen de gemeente en zijn er ook niet bekend mee. Het gaat niet vanuit de gemeente om je voor te lichten, dat is jammer.”	Onbekend binnen de gemeente	Gemeentelijk onbekend
“We willen niet betrokken worden bij de gemeente. Willen wel geïnformeerd worden.”	Niet betrokken, wel geïnformeerd	Betrokkenheid en informatie

--	--	--

Codeerschema geïnterviewde 6

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
‘Denkt u na over ouder worden?’ “Ja, je bent er toch wel mee bezig, hoe wil ik ouder worden. Van woonsituatie, eigenlijk wel kleiner willen wonen maar dat de mogelijkheden er niet voor zijn.”	Bezig met ouder worden, woonsituatie	Wonen
“Ik ben vorig jaar gestopt met werken, mijn man is dit jaar gestopt met werken. Dan ga je toch een soort van andere levensfase in.”	Nieuwe levensfase na pensioen	Levensfase
“Hoe wil je de rest van je leven invullen.”	Levensinvulling	Levensinvulling
Zelfredzaamheid		
“Zelfredzaam zijn is het belangrijkste, niet afhankelijk zijn. Je eigen leven willen realiseren.”	Zelfredzaam zijn, niet afhankelijk, eigen leven	Niet afhankelijk
“Vooral gevoelsmatig. Niet afhankelijk zijn van anderen.”	Niet afhankelijk zijn	Niet afhankelijk
Bij mindere zelfredzaamheid: “Dan ga je toch kijken naar hulp in huis of hulpmiddelen. Bijvoorbeeld een slaapkamer beneden of traplift naar boven.”	Kijken naar hulp en hulpmiddelen	Hulpmiddelen
‘Zou je bij mindere zelfredzaamheid het weer willen leren?’ “Het weer leren, dat is eigenlijk vanzelfsprekend. Ik vind het meer dan logisch dat als je iets overkomt je zo goed mogelijk probeert te revalideren.”	Het weer zelf leren, revalideren	Weer leren, revalideren
Kennis		
“Ik zoek informatie op, ik weet hoe ik de informatie moet vinden, denk ik. Ik denk wel dat ik weet hoe en waar ik terecht moet.”	Opzoeken van informatie	Opzoeken
Netwerk		
Geïnterviewden 6 maakt op dit moment nog geen gebruik van haar netwerk voor vragen.	Geen gebruik van netwerk	Onafhankelijk

Als het wel nodig zal zijn: "Kinderen is wat lastig, die wonen ver weg en hebben een eigen leven. Dan denk je eerder aan je vrienden en burens."	Kinderen wonen ver. Eerder burens en vrienden	Afstand
"Als het nodig is zal ik misschien ook particuliere hulp inschakelen, maar dat is ook een stuk financiering."	Particuliere hulp, financiering	Geld
Eigen regie		
"Zo lang mogelijk proberen zelfstandig te blijven. Ik kan niet alles overzien. Zo lang je met zijn 2en bent gaat dat een stuk makkelijker."	Zelfstandig blijven, samen zijn	Zelfstandigheid, samen
Voorbeeld van geïnterviewde 6: "Mijn moeder heeft heel lang een auto gehad, terwijl ze bijna niet meer reed, maar ze wilde hem houden voor als ze hem dan eens nodig heeft dat ze hem kan gebruiken."	Voorbeeld van zelfstandigheid	Zelfstandigheid
Technologie		
"Ik vraag me wel af hoe veilig is technologie, van kan het gehakt worden."	Veiligheid van technologie	Veiligheid
"Als technologie dan kan bijdragen aan mijn zelfredzaamheid sta ik daar zeker voor open."	Bijdragen aan zelfredzaamheid	Bijdragen/ondersteunend
Zorg en ondersteuning		
"Ik zou me bezwaard voelen als ik op een stoel zal zitten en ik nog wel wat zal kunnen en dan alles iemand anders laat doen."	Bezwaard, eigen regie	Bezwaard
"Ik denk dat de situatie op dit moment is dat de zorgprofessionals weinig tijd heeft en dus taken gaat overnemen om tijd hierin te winnen."	Weinig tijd voor zorgprofessionals	Tijd
"Soms kan het ook langer duren als je mensen weer zelf dingen laat doen. Duidelijke afspraken helpen daarin wel."	Zelfredzaamheid kan tijd kosten	Tijd
Gemeente		
"Ik ben bekend met het Wmo loket en het plaatselijke weekblad."	Bekend met de Wmo en weekblad	Gemeentelijk bekend
Zou je het fijn vinden om extra informatie te verkrijgen over ouder worden?	Genoeg kennis op dit moment	Kennis

“Ik denk dat als ik het nodig heb op het moment dat ik het wel weet te vinden.”		
“Ik heb wel eens gedacht hoe de gemeente raad van Almelo functioneert, maar in de gemeente raad gaan zal ik nu niet zo snel doen.”	Gemeente raad	Gemeente raad

Codeerschema geïnterviewde 7

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
“Ik ben getrouwd met een jongere vrouw. Dus met ouder worden, de kans is vrij groot of heel groot dat ik eerder kom te overlijden dan mijn huidige vrouw en dat ik dus hun toekomst veilig stel en hun goed achterlaat.”	Toekomst, overlijden, angst	Overlijden
“Ik wil graag in mijn huidige huis blijven wonen.”	Woonsituatie	Wonen
“Ik zou heel graag heel lang heel gezond willen blijven. Aan de andere kant heb ik ook van mijn oma geleerd, die allang is overleden: ‘ja Ricardo je kan ook een jaar minder lang leven en heel lekker leven.’”	Gezond blijven, goed lekker leven	Gezond vs. lekker leven
Zelfredzaamheid		
“Zelfredzaam in de zin, ik wil geen kastplantje worden Als ik niet meer kan communiceren wil ik euthanasie.”	Zelfredzaam, euthanasie	Zelfredzaamheid en euthanasie
Investeren in zelfredzaamheid: “Ja dat zal ik zeker doen, zodra er op een redelijke manier een betere kwaliteit van leven te bereiken is zal ik dat zekere doen.	Kwaliteit van leven bereiken	Kwaliteit van leven
“Ik sta open bij kleine dingen die goed verholpen te worden zijn om dit te leren en weer zelfredzaam te worden daarin. Ik ben zelf fysiotherapeut dus weet hoe belangrijk het is.	Het weer leren van kleine dingen	Weer leren
“Ik denk dat het niet alleen goed is dat jongeren ouderen steunen. Ook dat ouderen andere ouderen steunen in	Ouderen andere ouderen steunen in zelfredzaam	Ondersteunen

zelfredzaamheid. Gemotiveerd worden door mede mensen."		
Kennis		
"Ik denk over genoeg kennis te beschikken, gezien mijn achtergrond als fysiotherapeut."	Genoeg kennis door de achtergrond	Genoeg kennis
"Mijn huidige vrouw die is ook fysiotherapeut, psychologe en ze heeft bij de Wmo gewerkt. Dus met zijn 2en hebben we al een brede kennis."	Opleiding en werk achtergrond	Opleiding/werk
"Ik ben ook niet te beroerd om andere professionals te raadplegen."	Professionals raadplegen	Professional
Netwerk		
"Weet je wat het is, ik ben niet heel erg onbemiddeld. Als ik iets wil hebben huur ik gewoon mensen in."	Niet onbemiddeld	Geld en kosten
"Je netwerk wordt wel anders. Ik zou het niet erg vinden om mensen te vragen om hulp."	Veranderen van netwerk, geen bezwaar in hulp vragen	Netwerk veranderd
Eigen regie		
Hoe belangrijk vindt u uw eigen regie? "Heeeelll belangrijk. Dat heeft te maken met uw eigenheid, dat is voor mij een van de belangrijkste dingen voor je zelfrespect."	Je eigenheid, zelfrespect.	Eigenheid, zelfrespect
"Als ik kan voorkomen dat ik de eigen regie kwijt raak dan wil ik dat zeker doen en alles investeren."	Investeren in eigen regie	Investeren
Technologie		
"Ze noemen mij mister gadget."	Mister gadget	Gebruik
Geïnterviewde 7 maakt gebruik van verschillende technologie, zoals een digitale deurbel. Een digitaal horloge.	Digitale deurbel en horloge	Gebruik
"Ik sta er zeker voor open om technologie te gebruiken."	Staat open voor gebruik	Staat open

Zorg en ondersteuning		
Geïnterviewde 7 heeft een moeilijke ervaring gehad met het ontvangen van zorg en ondersteuning voor zijn moeder. En problemen gehad met de onwetendheid van de ambtenaren.	Moeilijke ervaring met het ontvangen van zorg	Ervaring
Gemeente		
"Ik ben niet bekend met wat de gemeente voor me doet, heb het ook nog niet nodig gehad."	Niet bekend binnen de gemeente, niet nodig op deze leeftijd	Gemeentelijk onbekend, leeftijd
"ik wil er wel betrokken bij worden. Ik sta altijd open voor een persoonlijk gesprek."	Betrokken worden, open voor gesprek	Betrokkenheid

Codeerschema geïnterviewde 8

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
"Je denkt er toch over na. Kunnen we hier blijven wonen? Wat moeten we ondernemen als dat niet kan? Als mijn man eerder overlijdt, als ik eerder overlijdt? Wat gaat het dan worden?"	Wonen, ondernemen, overlijden	Wonen en overlijden
"Het is niet zo dat ik me daar grote zorgen over maak, over de toekomst."	Geen grote zorgen over de toekomst	Toekomst
"Kunnen blijven bewegen is voor mij het allerbelangrijkste. Moet er niet aan denken om thuis de hele dag op de stoel te zitten."	Blijven bewegen	Bewegen
Zelfredzaamheid		
"Mijn schoonzus moet s 'ochtends wachten tot zij gewassen wordt, de ene keer gebeurt dat om 9 uur en de andere keer om 11 uur. Dat je daarvan afhankelijk ben moet ik niet aan denken."	Afhankelijk zijn door de zorg	Afhankelijk
"Ik zou natuurlijk de kans aannemen om weer zelfredzaam te worden als er een punt komt dat ik dat niet meer ben."	Kans om weer zelfredzaam te worden	Zelfredzaam
Wat draagt u zelf bij aan uw zelfredzaamheid? "Veel te bewegen. Ik ben pas, sinds een jaar bridgen gaan	Veel bewegen en hersenen actief houden	Bewegen

leren. Om zo mijn hersenen in beweging te houden. Moeilijke puzzels blijven maken.”		
Kennis		
Denkt u over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden? “Ja zeker, ik zoek heel vaak iets op.”	Genoeg kennis, opzoeken	Opzoeken
“Ik zou eerst zoeken binnen mijn vriendinnen. Ik zou niet meteen naar een officiële instantie gaan. Ik zou ook niet weten waar ik naar toe kan bellen.”	Binnen netwerk vragen	Netwerk
Netwerk		
“Ik zou wel genoeg mensen hebben die ik daarvoor in kan schakelen, dat mogen ze ook altijd voor ons doen.”	Wederzijdse hulp, groot netwerk	Groot netwerk
“We hebben oudere vrienden en jongere vrienden en een dorp waar je bij iedereen terecht kan.”	Groot netwerk	Groot netwerk
Eigen regie		
“Niet afhankelijk van anderen zijn, ook niet van de kinderen. Als het niet nodig is dan vragen we die hulp ook niet.”	Niet afhankelijk zijn van anderen	Onafhankelijkheid
Technologie		
“Ik maak op dit moment geen gebruik van technologie. Wij zijn ook extreem milieu bewust. Dus energie kosten speelt wel een rol bij technologie.”	Extreem milieu bewust	Milieu
“Als het maatregelen zijn die energie kosten zullen we dat tot op het laatst uitstellen. Als het niet anders kan is het soms nodig, maar we zouden geen technologie aanschaffen voor het gemak.”	Uitstellen van gebruik van technologie, gemak	Uitstellen, luxe
Zorg en ondersteuning		

“Als ik zorg zal ontvangen, hebben wij geen stimulans nodig om zelfredzaam te blijven. Want ik kan wil ik altijd zelf blijven doen.”	Geen stimulans nodig voor zelfredzaam blijven	Stimulans
Ontvangen van zorg: “het is ook de tijd, dat je je eigen regie kwijt bent in de dag.”	Eigen regie kwijt door zorg	Eigen regie
Gemeente		
“Soms krijgen we vanuit de gemeente wel eens een brief dat we ergens aan mee kunnen doen, maar daar sta ik nog niet echt voor open op dit moment.”	Behoeftes	Behoeftes
“Ik ben ook niet bezig met wat de gemeente doet. Daar wil ik ook niet betrokken bij worden. Wij hebben zo’n groot netwerk en zoveel bezigheden dat ik daar helemaal geen behoefte aan heb.”	Betrokken worden, groot netwerk, behoefte	Betrokkenheid, netwerk

Codeerschema geïnterviewde 9

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
“Verhuizen naar een gelijkvloerse woning. Had ook een beetje te maken met onze gezondheidssituatie. Dat is een vrij bewuste keuze geweest. Wetende dat op termijn, dat het toch onmogelijk zal worden om in een huis met trappen te wonen.”	Verhuizen naar gelijkvloerse woning	Wonen
Gezond ouder worden is voor geïnterviewde 9: “Dat je weinig last hebt van dingen en dat je dat kan doen dat je gewend was om te doen.”	Weinig last hebben, doen wat je gewend bent	Geen lasten
“Op een gegeven moment wordt je ouder na de pensioen datum. Dan realiseer je je wat komt daar nog na. De ellende die nog gaat komen.	Ouder worden, ellende	Ouder worden
“Ik draag aan mijn gezondheid ook bij door middel van crossfit. Ik hou hierdoor mijn balans en ontwikkel meer spierkracht.”	Crossfit, bewegen	Bewegen
Zelfredzaamheid		

“Zelfredzaam blijven is een soort doel he. Om alles proberen te blijven doen dat je gewend was.”	Zelfredzaamheid is een doel	Zelfredzaamheid
“Hoe meer zelf hoe beter en als je daar een bepaald traject of studie voor moet volgen of een training vind ik dat prima.”	Traject of studie of training volgen	Volgen van ondersteuning
“We willen de zorg zo lang mogelijk buiten de deur houden, niet omdat dat vervelend zal zijn. Natuurlijk als het moet dan moet het, maar gezond en zelfredzaam ouder worden is voor ons belangrijk.”	Gezond en zelfredzaam ouder worden is belangrijk.	Gezond en zelfredzaam
Kennis		
Denkt u genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden? “Ik denk het wel, geen idee wat er allemaal op je pad komt. Maar we laten ons goed voorlichten door diverse instanties.”	Genoeg kennis, laten voorlichten	Voorlichten
“We staan open voor voorlichtingen door verschillende organisaties. Gemeente Hengelo doet er ook van alles aan, die organiseren wel is middagen.	Open staan voor voorlichtingen	Voorlichtingen
Netwerk		
“Ik vraag met schroom soms hulp.”	Hulp vragen met schroom	Bezwaard
“De woonomstandigheden maken het vragen om hulp makkelijker. Je hebt vrij frequente contacten met de mensen die hier wonen.”	Woonomstandigheden, contacten	Woonomstandigheden
Eigen regie		
“Hoe minder je hulp hoeft te vragen aan anderen, hoe beter.”	Onafhankelijk zijn	Onafhankelijk
“Wij hebben een vrij grote vriendenkring en dan hebben we het wel regelmatig over bepaalde onderwerpen en krijg je tips van heb je dit al gedaan.”	Groot netwerk	Groot netwerk
Technologie		

Geïnterviewde 9 gebruikt weinig technologie.	Weinig gebruik	Geen gebruik
Aanschaf van technologie “Misschien niet zo zeer als luxe maar als het aan de orde zal zijn dan zouden we dat zeker aanschaffen.”	Niet als luxe product	Luxe
“De kennis voor technologie heb ik ook niet zo, maar er zijn wel een aantal sites die helpen.”	Weinig kennis in technologie	Kennis
“Ik sta wel open voor voorlichting of informatie op dat gebied. De ontwikkelingen gaan vrij snel. Op welke manier de informatie verkrijgen hangt af van het onderwerp of ik een folder, een gesprek of een voorlichting beter vind.”	Staat open voor extra informatie	Informatie voorziening
Zorg en ondersteuning		
Gemeente		
Geïnterviewde 9 is op de hoogte van wat de gemeente doet. Wordt er niet bij betrokken.	Bekend binnen gemeente, niet betrokken	Gemeentelijk bekend, betrokkenheid
“Als er nou iets is waarvan ik denk dat is precies iets waar ik in geïnteresseerd ben, dan zou ik wel naar die bijeenkomsten gaan.	Interessant onderwerpen, bijeenkomsten	Onderwerpen

Codeerschema geïnterviewde 10

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
“Ik denk niet heel veel over ouder worden na. Ik laat het op me afkomen. Ik hoop niet te maken te krijgen met ziekte.”	Denkt weinig na over ouder worden. Geen ziekte	Ziekte
De dingen die geïnterviewde 10 niet meer zelf lukken krijgt ze hulp bij. Zoals iemand die de tuin doet en huishoudelijke hulp.	Hulp voor de tuin	Hulpmiddelen

Zelfredzaamheid		
“Zelfredzaam blijven is voor mij belangrijk, als dat kan. Mag graag zelfstandig te werk gaan.”	Zelfredzaam blijven	Zelfredzaamheid
“Mijn moeder is overleden toen ik 7 jaar was. Dus ik werd thuis heel zelfstandig opgevoed, dat neem je toch mee.”	Zelfstandig opgevoed	Opvoeding
“Ik heb voorheen een operatie gehad waardoor ik weinig kracht had in mijn rechterbeen. Hiervoor heb ik therapie gekregen. De oefeningen vanuit de fysio doe ik nog steeds elke ochtend.”	Operatie, fysio, motivatie	Fysio, leren zelfredzaamheid.
Geïnterviewde 10 investeert ook binnenshuis aan hulpmiddelen. Zoals een douchestoel en beugels in het toilet.	Hulpmiddelen, douchestoel en beugels	Hulpmiddelen
Kennis		
Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden? “Nou dat durf ik niet te zeggen, maar ik denk zelf van ik weet nog wel aardig veel. Ik ben overal nog wel van op de hoogte en ben heel leergierig.	Twijfel over genoeg kennis, leergierig.	Onwetendheid, leergierig
Sta je open voor extra informatie om gezond en zelfredzaam ouder worden? “Als er nog iets is dan wil ik de informatie nog wel hebben. Ik wil graag op de hoogte blijven.”	Op de hoogte blijven	Leergierig
Netwerk		
Voor het benaderen van het netwerk voelt geïnterviewde 10 geen bezwaren. Haar familie woont naast haar, waardoor ze makkelijk wat kan vragen.	Familie dichtbij	Familie
Eigen regie		
Technologie		
Geïnterviewde 10 heeft qua technologie een traplift.	Traplift	Hulpmiddelen
“Als het nodig is sta ik open voor technologie.”	Staat open voor technologie	Gebruik

Zorg en ondersteuning		
Geïnterviewde 10 ontvangt huishoudelijke hulp.	Ontvangt huishoudelijke hulp	Ondersteuning
Stimuleert de huishoudelijke hulp u om zelfredzaam te blijven of mee te laten helpen. "De huishoudelijke hulp is heel zelfstandig, de was en strijken doe ik nog zelf. Ze doet de taken die mij niet meer zo goed lukken."	Huishoudelijke hulp is zelfredzaam, neemt de taken over die geïnterviewde 10 niet lukken	Taakovername
"Ik ben een bezig bij dus ik help graag mee."	Graag bezig	Actief
Gemeente		
Geïnterviewde 10 heeft contacten met iemand binnen de gemeente. Daar heeft zij de huishoudelijke hulp ook vanuit gekregen.	Contacten in de gemeente	Contacten
"Ik durf wel te bellen als ik ergens tegen aanloop."	Durven bellen	Geen bezwaren

Codeerschema geïnterviewde 11

Tekstfragment	Code	Categorie
Ouder worden		
Geïnterviewde 11 is veel ziek geweest en heeft lichamelijk veel last.	Lichamelijke klachten	Ziekte, klachten
"Ik denk niet heel veel na over ouder worden. Als ik geestelijk maar een beetje goed en gezond blijf."	Denkt niet na over ouder worden, geestelijk gezondheid belangrijk.	Geestelijke gezondheid
"Als ik lichamelijk een beetje slecht wordt, dan wordt het wel lastiger als je alleen thuis bent."	Lichamelijke gezondheid, lastig thuis wonen	Woonsituatie, gezondheid
"Het lijkt mij heel erg als je geestelijk niet meer goed gezond bent."	Geestelijke gezondheid	Geestelijke gezondheid
Zelfredzaamheid		
Geïnterviewde 11 ontvangt zorg voor het druppelen van zijn ogen. Die heeft hij al van toen zijn vrouw ziek was.	Ontvangt zorg voor druppelen van zijn ogen	Zorg
"De reden voor de zorg op dit moment is omdat ik alleen woon. Nu komt er elke morgen	Angst voor vallen of iets gebeuren in huis.	Angst voor vallen

iemand. Er kan namelijk wel iets gebeuren met mij en dan weet je niet hoe je iemand moet benaderen, want je kunt niks. Dan lig je hier in huis, dus nu komt er in de ochtend altijd iemand.”		
Geïnterviewde 11 staat open voor het investeren in zijn of haar gezondheid, zolang het wel binnen zijn verzekering past.	Investeren, kosten	Kosten
Kennis		
Geïnterviewde 11 denkt over genoeg te beschikken. Wanneer hij iets niet weet belt hij zijn dochter.	Genoeg kennis, vragen netwerk	Netwerk
Geïnterviewde 11 staat niet heel erg open voor informatie over gezond en zelfredzaam ouder worden. Hij houdt niet van overtollige informatie en reclame. Daarin is een één op één gesprek bevorderlijker dan overtollige informatie via een folder.	Niet open voor informatie	Geen nieuwe informatie
Netwerk		
Het benaderen van de dochters is voor geïnterviewde 11 geen probleem. Hij kan ze altijd rustig bellen en voelt hier geen bezwaren in.	Benaderen van familie, geen bezwaren	Geen bezwaren, familie
Eigen regie		
Technologie		
Op het gebied van technologie is geïnterviewde 11 niet heel erg bekend. Hij is niet heel technisch verteld hij.	Niet technisch en bekend met technologie	Niet technisch
Henk staat niet heel erg open voor technologie. Zodra het zijn zelfredzaamheid zodanig vergroot dat hij het zelf nog kan zal hij het eerder overwegen.	Overweging wanneer het zelfredzaamheid vergroot	Twijfel
Zorg en ondersteuning		
Geïnterviewde 11 is er heel erg aan gewend dat hij elke ochtend iemand vanuit de zorg op bezoek heeft. Hij kan zijn	Gewend aan de zorg, veiligheid	Gewenning en veiligheid

eigen ogen nog wel druppelen, maar heeft de zorg meer voor de zekerheid en veiligheid die het hem biedt. Wanneer dit weg zal vallen is het zeker wennen voor hem, hij is niet anders gewend dat dat er iemand langs komt.		
Ze komen vanuit de zorg 10 minuten langs, hierdoor is er geen tijd voor tips om gezond en zelfredzaam ouder te worden.	Geen tijd voor tips	Tijd, tips
Gemeente		
Geïnterviewde 11 heeft wel eens contact gehad met de gemeente over blad op de straten. Hij kwam niet door de gemeente heen om deze klacht te laten aanpakken.	Contact gehad met de gemeente	Contact
Over betrokken worden bij keuzes verteld geïnterviewde 11: "Ik heb daar de leeftijd ook niet meer voor"	Leeftijd bij betrokken worden	Leeftijd, betrokkenheid

Codeerschema geïnterviewde 12

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
'Denkt u na over ouder worden?' "Ja zeker denk ik er over na. Mijn kinderen en kleinkinderen wonen niet in de buurt. Op dit moment spelen er akelige en dramatische dingen in mijn familie. Daar word je behoorlijk mee geconfronteerd."	Familie niet in de buurt, ernstige familie situatie	Familie
"Ik mag niet mopperen. Ik heb wel van alles gehad en ik heb nog van alles, maar dat zijn krakkemikkige dingen. Ik ben verder nog hartstikke gezond."	Naast krakkemikkige dingen hartstikke gezond	Gezondheid
Zelfredzaamheid		
"Zelfredzaam blijven is hartstikke belangrijk, maar als het niet meer anders kan."	Zelfredzaamheid belangrijk	Zelfredzaamheid

“In oplossingen verzinnen ben ik goed en daar sta ik ook voor open om te kijken naar oplossingen.”	In oplossingen denken	Oplossingen
Wat wil uw investeren in uw zelfredzaamheid? (denk aan tijd en geld). “Ik doe elke ochtend oefeningen vanuit de fysio. Ik ben speciaal overgegaan naar een andere verzekeringen omdat die meer fysio bood.”	Doen van oefeningen vanuit de fysio	Fysio
“Mijn zus en ik zijn altijd naar fitness geweest. Maar ondertussen zijn mijn energiekosten omhoog gegaan. Dus ik wacht dat fitness nu nog even af. Het moet qua kosten wel allemaal kunnen.”	Hoge kosten	Kosten
Voorbeeld: Geïnterviewde 12 had een driewieler aangevraagd. Ze durft namelijk niet meer zelf te fietsen. Dit komt doordat ze niet snel kan reageren in het verkeer. De aanvraag voor de driewieler is afgekeurd. Ze vond hem te duur om zelf aan te schaffen. Ze kijkt dus wel naar oplossingen wanneer niet alles meer lukt.	Hulpmiddel de driewieler, kosten en oplossingen.	Hulpmiddelen, kosten en oplossingen.
Kennis		
Geïnterviewde 12 denkt over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden. Ze eet en leeft gezond. Daarnaast zoekt ze regelmatig informatie op wanneer ze iets niet weet.	Genoeg kennis, zoekt veel op	Opzoeken
Geïnterviewde 12 is heel goed met de telefoon en met de computer.	Digitaal goed	Digitaal vaardig
Ze staat wel open voor informatie over gezond en zelfredzaam ouder worden. Alleen zoekt ze het tot heden nog graag zelf op.	Graag zelf opzoeken, staat wel open voor informatie	Zelf opzoeken
Netwerk		

“Ik ben niet voor niets hier naar toe verhuisd. Ik kwam uit een 1 gezinswoning met een tuin. Dat werd steeds moeilijker voor mij.” Geïnterviewde 12 is daarom verhuisd om onafhankelijk te blijven.	Verhuisd om onafhankelijk te blijven.	Onafhankelijk, verhuizen
“Ik heb er de pest aan om mij afhankelijk op te stellen. Ik vind het niet erg om een keer iets te vragen aan iemand en zeker niet als ik dan ook nog iets terug kan doen. Maar als het iets is wat vast is en wat blijft, dan vind ik dat gewoon moeilijk.”	Pest aan afhankelijkheid op langer termijn	Onafhankelijkheid
Als er iets is waar geïnterviewde 12 hulp bij nodig heeft, weet ze genoeg mensen te bereiken. Ze heeft binnen haar appartement genoeg mensen die haar bij willen staan.	Groot genoeg netwerk aan burens en vrienden.	Groot netwerk
Eigen regie		
Technologie		
Geïnterviewde 12 staat open voor het gebruik van slimme technologie, maar het hangt af van het prijskaartje. Als de kosten niet hoog zijn of vergoed worden staat geïnterviewde 12 er zeker voor open	Kosten en vergoeding	Kosten
Geïnterviewde 12 wil graag zelfstandig blijven en als hulpmiddelen daarbij kunnen helpen staat ze daar zeker voor open, mits het betaalbaar blijft.	Staat open voor hulpmiddelen, betaalbaar	Hulpmiddelen, kosten
Zorg en ondersteuning		
Geïnterviewde 12 ontvangt huishoudelijke hulp. Huishoudelijke hulp heeft ze als sinds haar 35 ^e . Tegenwoordig heeft ze huishoudelijke hulp via de WMO.	Ontvangt huishoudelijke hulp	Ondersteuning

Persoon 12 staat open voor tips om bijvoorbeeld veiliger te wonen, maar op dit moment is dat nog niet van toepassing.	Staat open voor tips	Tips
Gemeente		
Geïnterviewde 12 weet veel van wijkmogelijkheden doordat ze actief vrijwilliger is binnen een wijkcentrum.	Bekend binnen de wijk	Wijk
Ze weet ook veel van wat er binnen de gemeente speelt, ze weet de weg wel te vinden als ze iets nodig heeft.	Bekend binnen de gemeente	Gemeentelijk bekend
Geïnterviewde 12 vindt het interessant om mee te denken over thema's en keuzes over de doelgroep ouderen.	Interesse over thema's binnen de doelgroep	Onderwerpen/ thema's

Codeerschema geïnterviewde 13

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
Hoe denkt u na over ouder worden? "Dat is een moeilijke vraag, dat doe je vanzelf als je ouder wordt. Dan denk je hoe gaat het verder. Dat is door mijn ongeluk wel heel dichtbij gekomen. Dat je gaat denken, kan ik mezelf straks nog wel redden?"	Invloed ongeluk op ouder worden	Ongeluk
De pijn maakt geïnterviewde 13 bang voor de toekomst. Hoe de pijn haar toekomst gaat beïnvloeden.	Angst voor de pijn en toekomst	Angst
"De pijn maakt me soms wel een beetje depressief, wat eigenlijk helemaal niet bij me past. Maar dat hoort toch bij ouder worden.	Gevolgen pijn	Pijn, klachten
"Ik heb van alles geprobeerd, maar ik ben op dit moment op een punt dat ik denk, ik moet hiermee leven. Ik heb vooral pijn bij bewegen en dat beperkt mij heel erg."	Beperking bij bewegen	Bewegen

"Ik heb wel een scootmobiel, maar ben wel bang geworden. Vooral in het verkeer."	Angst in het verkeer, hulpmiddel	Angst, hulpmiddel
Zelfredzaamheid		
Wilt u uw eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk behouden? "Ja, dat is voor iedereen denk ik wel belangrijk. Het is niet zo dat ik kosten wat kost in mijn eigen huis wil blijven wonen. Dat heb ik wel bewezen met het verhuizen."	Zelfredzaamheid belangrijk, wonen en verhuizen	Zelfredzaamheid en wonen
"Ik zag mijn ouders opfleuren toen ze verhuisden naar een verzorgingstehuis. Ze wilden eerst nooit verhuizen. Ik vind het zo stom dat die verzorgingstehuizen weg zijn gehaald. Nou moet je wel thuis blijven wonen. Je moet wel zelfstandig blijven en natuurlijk wil iedereen dat. Je wilt niet afhankelijk zijn van hulp en van anderen. Maar toch zijn er wat mooie zaken verdwenen."	Verzorgingstehuis afgeschaft	Verzorgingstehuis
"Ik ben in de gelukkig omstandigheden dat ik een goed pensioen heb en ik heb bijvoorbeeld ook zelf de rollator en scootmobiel gekocht. Dan denk ik je koopt je hele leven voor jezelf een fiets en voor je kinderen. Waarom moet de gemeenschap op het laatst dan de scootmobiel betalen."	Goed pensioen, zelf aanschaffen van hulpmiddelen	Pensioen en hulpmiddelen
"Geef het aan de mensen die het niet kunnen betalen. De eigen bijdrage van de huishoudelijke hulp is er ook af. Dan denk ik, ik betaal hetzelfde als iemand anders die weinig geld heeft."	Kosten en geld	Kosten
Kennis		
Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden? "Er is genoeg, ik beschik denk ik wel over genoeg. De telefoon biedt ook veel"	Genoeg te vinden aan informatie	Opzoeken
"Ik ben geen digibeet. Het is best moeilijk als je ouder wordt, de telefoon. Vroeger wist ik het sneller. Nu moet ik	Geen digibeet, al wordt het wel moeilijker	Digitaal vaardig

het opschrijven om het de volgende keer te doen.”		
Staat u open voor extra informatie door bijvoorbeeld een voorlichtingsavond of folder? “Ja hoor ik sta er wel voor open. Soms weet je ook niet alles. Ik had zelf al een zadelkruk gekocht, die reed niet zo lekker en die kon niet hoog genoeg. Toen zei mijn dochter, je moet ook bij de posten even langs de ergo gaan. Ik heb gebeld en had meteen zo’n stoel. Dat moet je soms wel even weten of iemand moet het zeggen.”	Staat open voor extra informatie. Voorbeeld: informatie via netwerk	Netwerk
Netwerk		
“Ik heb geen bezwaren bij het benaderen van mijn netwerk. Ik heb vrienden en familie waar ik altijd op terug kan vallen. De posten is daarbij ook een netwerk. Hun staan altijd klaar voor ons.	Geen bezwaren. Groot genoeg netwerk	Geen bezwaren, groot netwerk
Eigen regie		
Technologie		
“Ik heb een alarmknop die ik in kan drukken als ik de zorg nodig heb. Voor als ik bijvoorbeeld val. Die heb ik gelukkig nog niet hoeven gebruiken.”	Alarmknop voordelig	Hulpmiddelen
“Ik heb in het gaste toilet en in de douche een bewegingssensor. Daar gaat de licht dus automatisch aan.”	Beweging sensoren bij het licht	Hulpmiddelen, gebruik
“De bewegingssensoren heb ik ook in de slaapkamer gehad. Die sloegen regelmatig op hol. Die ging regelmatig zomaar aan. Ze zijn nu uitgeschakeld.”	Nadeel van niet werkende technologie	Nadeel
Zorg en ondersteuning		

Geïnterviewde 13 ontvangt 1 keer per week huishoudelijke hulp.	Ontvangt huishoudelijk hulp	Ontvangt ondersteuning
“Ik help niet bij het huishouden, zij doet dat volledig. Ik ga haar ook niet in de weg lopen. Eigenlijk hoef ik daarin niks meer te doen. Ik vind het ook fijn dat het zo gebeurt.	Totale overname van huishouden	Overname huishouden
Geeft de huishoudelijke hulp u tips over bijvoorbeeld veilig wonen? “Nee dat hoeft ook helemaal niet. Als het nodig is dan zoek ik dat wel ergens anders.”	Geen tips, zoek ik ergens anders	Geen tips
Gemeente		
“Ik kan niks negatiefs zeggen over de gemeente. De huishoudelijke hulp heb ik meteen gekregen.”	Positief over de gemeente	Positief
Wordt u genoeg betrokken om uw eigen regie te behouden? “Het betrokken worden bij de gemeente hoeft van mij op dit moment niet. Dat doen anderen wel. Als ze willen weten hoe ik erover denk moeten ze mij maar benaderen. Ik hoef daarin niet actief mee te helpen, heb als mijn vrijwilligerswerk al afgezegd door het vallen.”	Geen behoefte aan betrokkenheid	Betrokkenheid

Codeerschema geïnterviewde 14

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
“Ik had graag in een bejaardentehuis gewild. Toen is dat gesloten. Nu zoekt iedereen vrijwilligers om al die eenzame mensen te helpen. Dat krijgen ze nooit meer op de rails.”	Bejaardentehuis, eenzaamheid	Bejaardentehuis
Geïnterviewde 14 woont in een flat met 2 zorgsteunpunten van zorgaccent. Hij vertelt daarover:	Bejaardentehuis, sociale gemis	Sociaal

“Wat dat betreft zit ik hier wel redelijk gunstig. Ik had wel graag in een bejaardentehuis gewild. Want als ik dan een keertje een kopje koffie wil drinken, dan kom je daar nog wel eens mensen tegen en dan maak je nog eens een praatje.”		
“Ik denk dat ik met het laatste stukje nu bezig ben. Want ik heb afgelopen jaar een gecompliceerd jaar achter de rug.”	Laatste levensfase	Levensfase
“Rond Pasen ben ik 3x met de ambulance naar het ziekenhuis gegaan waarvan 2x in de nacht. Het paasweekend lag ik daar ook, nou ik vond het heerlijk. Want als ik alleen thuis was geweest had ik er geen barst aan gevonden. En daar ben je tenminste gezellig met een hoop mensen. Ik vond het een gezellig paasweekend in het ziekenhuis.”	Eenzaamheid, sociaal gemis	Eenzaamheid
“Er zijn een hoop dingen waar je tegen aanloopt als je ouder wordt waar je niks tegen kunt doen. Bijvoorbeeld het toeslaan van slijtage. Ik probeer het nog een beetje op gang te houden en dat is alles wat je kunt doen.”	Toeslaan van slijtage, ouderdomskwalen	Slijtage
Zelfredzaamheid		
“De zorg is welkom. In de periode dat ik een aantal keer naar het ziekenhuis moest. Dat werd ook georganiseerd door de zorg hier in de flat. Dan waren ze er ook altijd voor me. Ik hoefde alleen te bellen en dan stonden ze voor me klaar. Nu heb ik het alarm en kan ik erop drukken als ik hulp nodig heb.”	Zorg is welkom, ondersteuning	Zorg en ondersteuning
Als je aangeboden krijgt om bepaalde dingen weer zelf te leren bij mindere zelfredzaamheid. Sta je daar dan voor open? “Laat het mooi lopen zoals het nu is. Dan had dat eerder gemoeten en niet nu nog.”	Het laten zoals het is. Geen motivatie voor zelfredzaamheid.	Motivatie

Kenniss		
Geïnterviewde 14 denkt over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden. "Ik heb het gevoel dat ik dat allemaal wel weet. Ik ben altijd zelfredzaam geweest."	Zelfredzaam, genoeg kennis	Zelfredzaam
Weet u waar u terecht moet als u ergens tegen aanloopt? "Maak ik me eigenlijk niet meer zo druk om. Ik zie wel hoe het loopt. Ik heb vrienden om me heen en dat is ook een heleboel waard. Zorgaccent geeft ook een deel van de ondersteuning."	Netwerk en zorg	Netwerk en zorg
Geïnterviewde 14 is eens een gratis alarm aangeboden, waar je dan ook was. Je kon altijd op de knop drukken en er was hulp. Geïnterviewde 14: Dus ik wou daar wel eens wat van weten. Toen werd ik eens gebeld daarover en toen werd er het een en ander verteld. En toen vroeg ik hoeveel kost dat? Toen noemden ze de prijs en dat was zeker niet gratis. Dus toen wou ik dat dus niet.	Kosten zijn van belang	Kosten
Netwerk		
"Mijn netwerk is uitgewerkt. De laatste van de vorige generatie is pas overleden."	Uitgewerkt netwerk	Netwerk veranderd
"Het probleem komt ook met dat gezond alleen ouder worden. Je hebt niemand meer om erover te kunnen praten. Je kunt erover met je kinderen, maar dat is toch anders."	Alleen ouder worden	Alleen zijn
Eigen regie		
Als je kijkt naar uw eigen regie, zo lang mogelijk uw eigen keuzes maken. Hoe belangrijk is dat voor u? "Nou ik maak me daar niet meer zo druk om. Ik laat het komen zoals het komt. Veel dingen kun je niet meer beïnvloeden."	Niet meer bezig met eigen regie	Geen belang
Technologie		

“Ik heb een paar dingetjes met een afstandsbediening. De lampen kan ik hoger en lager zetten en van kleur veranderen. Met de reden voor minder verbruik van stroom.”	Lichten aan en uit doen en dempen, minder verbruik van stroom	Gebruik
“De technologie is meer voor het gemak. Ik sta open voor het gebruik van technologie als het leuk is en makkelijk is zeker.	Voor het gemak	Gemak, luxe
“Ik heb ook wel een computer maar daar doe ik niet zoveel mee. Ik heb ook een huistelefoon, maar dat duurt ook nog wel jaren voordat ik er alle verstand van heb.	Weinig verstand van technologie	Weinig kennis
Staat u open voor het leren van dit soort technologie? “Nee, ik kan het niet meer onthouden. Als ik het niet iedere dag doe, vergeet ik het simpelweg. Ik sta er ook niet voor open. Ik ben er ook niet van afhankelijk dus dan vind ik het goed.”	Staat niet open voor extra informatie	Geen extra informatie
Zorg en ondersteuning		
De huishoudelijke hulp en zorg stimuleren geïnterviewde 14 op gezond en zelfredzaam ouder te worden.	Stimulans	Stimulans
Hoe doen ze dat? “Door er te zijn als je denkt dat je ze nodig hebt. Maar als je dat niet vraagt laten ze rustig je gang gaan. Dan heb je zelf de keus.”	Er te zijn voor de mens, eigen keuze	Ondersteunen, eigen keuze
“In de periode dat ik zorg ontving hebben ze me wel eens gedoucht en geholpen met aankleden. Want je kunt het niet allemaal meer zelf. Maar dat is allemaal weer terug gekomen en heb ik zelf weer opgepakt.”	Zelfredzaamheid weer opgepakt	Zelfredzaamheid
“Het nadeel van als ze je helpen, je moet er voor klaar staan. Als ze komen moet je wakker zijn. Je bent afhankelijk	Afhankelijk zijn van de zorg, tijd	Afhankelijk, tijd

van anderen. Zo lang dat niet hoeft dan doe ik het zelf allemaal nog.”		
“Ik vind het niet erg om afhankelijk te zijn van de zorg.”	Afhankelijk zijn niet erg	Afhankelijk
Gemeente		
Geïnterviewde 14 gaat elke week naar de huiskamerbijeenkomsten in zijn woonplaats. “Ik lach altijd voor 14 dagen in zo’n huiskamer s’ morgens.”	Huiskamerbijeenkomsten	Welzijn
“Ik heb geen zin om betrokken te worden door de gemeente. Ik doe mijn best er ook niet meer voor. Ik zit er allemaal niet meer op te wachten.”	Betrokkenheid	Betrokkenheid

Codeerschema geïnterviewde 15

Tekstfragment	Open coderen	Axiaal coderen
Ouder worden		
Bent u bezig met ouder worden? “Daar denk ik gewoon nog niet aan.”	Niet bezig met ouder worden	Ouder worden
Geïnterviewde 15 is al wel bezig met het stukje overlijden. Bij de notaris staat vast waar zijn geld heen gaat bij na het overlijden	Overlijden	Overlijden
Voor geïnterviewde 15 is zijn vrije tijd heel belangrijk. Hij wil kunnen genieten van zijn vrije tijd en vakantie.	Vrije tijd en vakantie	Vrije tijd
Zelfredzaamheid		
Geïnterviewde 15 staat er voor open om zijn eigen regie en zelfredzaamheid terug te winnen wanneer het minder gaat.	Zelfredzaamheid terug winnen	Terugwinnen zelfredzaamheid
Hij volgt ook oefeningen vanuit de fysio voor zijn knie en doet die oefeningen ook altijd.	Oefeningen vanuit de fysio	Oefeningen, fysio
Kennis		

Geïnterviewde 15 regelt veel dingen nog zelf en anders kan hij terecht bij zijn begeleiders de AB-hulp.	Netwerk/professionals	Netwerk/professionals
Geïnterviewde 15 is niet zo zeer bezig met het verbreden van zijn kennis op dit gebied. Hij staat wel open voor hulpmiddelen in zijn huis, bijvoorbeeld een alarmknop. Hij heeft ook een rollator vast aangeschaft voor als hij het nodig heeft.	Niet bezig met verbreden. Hulpmiddelen staat hij wel voor open, voorzorg	Hulpmiddelen
Netwerk		
Geïnterviewde 15 heeft niet een heel groot netwerk. Als hij tegen dingen aanloopt belt hij de begeleiding en die helpen hem dan (Ambulante hulpverlening). Hier voelt hij ook geen bezwaren in.	Klein netwerk, professionele hulp	Klein netwerk, professional
Eigen regie		
Eigen keuzes maken is voor geïnterviewde 15 heel belangrijk, dat doet die ook nog allemaal zelf.	Zelf dingen kunnen	Eigen regie
"Ik wil de andere mensen daarin ook niet lastig vallen."	Anderen niet lastigvallen	Bezwaren
Technologie		
Geïnterviewde 15 staat open voor technologie, maar het moet niet te moeilijk zijn. Een alarmknop is bijvoorbeeld een technologisch hulpmiddel waar hij voor open staat.	Technologie moet niet te moeilijk zijn	Eenvoud
Zorg en ondersteuning		
Geïnterviewde 15 ontvangt huishoudelijke hulp. Die hij heeft gekregen na een operatie.	Ontvangt huishoudelijke hulp	Ontvangt ondersteuning
De huishoudelijke hulp geeft verder geen tips in hoe je zelfstandig gezond en oud kan worden. Geïnterviewde 15 zal tips soms wel fijn vinden. De thuiszorg die hij voorheen had gaf hem wel regelmatig deze tips.	Geen tips over ouder worden, wel behoefte soms	Geen tips, behoefte

Gemeente		
Geïnterviewde 15 is niet op de hoogte van wat de gemeente doet. Hij vertelt wel dat hij voorheen naar een dagbesteding ging maar dit niet meer mag 'omdat hij nog te goed is.'	Niet bekend met de gemeente, dagbesteding	Gemeentelijk onbekend

4.2 Selectief coderen

Thema: Ouder worden	
Geïnterviewde 1	Zelfredzaamheid, Gezondheid, Maatregelen, euthanasie
Geïnterviewde 2	Gelukkig, bewustwording
Geïnterviewde 3	Gelukkig, gelukkig
Geïnterviewde 4	Wonen, ervaring (kennis), zelfredzaamheid, gevolgen van zelfredzaamheid
Geïnterviewde 5	Voorzieningen, zelfredzaamheid, angst, verpleeghuis, gelukkig en zelfredzaam
Geïnterviewde 6	Wonen, levensfase, levensinvulling
Geïnterviewde 7	Overlijden, wonen, gezond vs. lekker leven
Geïnterviewde 8	Wonen, overlijden, toekomst, bewegen
Geïnterviewde 9	Wonen, geen lasten, ouder worden, bewegen
Geïnterviewde 10	Ziekte, hulpmiddelen
Geïnterviewde 11	Ziekte, klachten, geestelijke gezondheid, woonsituatie, gezondheid, geestelijke gezondheid
Geïnterviewde 12	Familie, gezondheid
Geïnterviewde 13	Ongeluk, angst, pijn, klachten, bewegen, angst, hulpmiddel
Geïnterviewde 14	Bejaardentehuis, sociaal, levensfase, eenzaamheid, slijtage
Geïnterviewde 15	Ouder worden, overlijden, vrije tijd

Terugkerende woorden: wonen, bejaardentehuis (bij andere thema's), gelukkig, angst, overlijden, bewegen, gezondheid, zelfredzaamheid.

Thema: Zelfredzaamheid	
Geïnterviewde 1	Belang, hulpmiddelen, woonomgeving
Geïnterviewde 2	Zelfstandigheid, afhankelijk, weer willen leren, kosten, vergoeding/kosten
Geïnterviewde 3	Hulp, ondersteuning en kosten
Geïnterviewde 4	Afhankelijk, hulpmiddelen, gemak, weer leren, zelfredzaamheid, fysio, kosten
Geïnterviewde 5	Beperkt, weer leren, ondersteuning, motivatie, bejaardentehuizen
Geïnterviewde 6	Afhankelijk, afhankelijk, hulpmiddelen, weer leren revalideren
Geïnterviewde 7	Euthanasie, kwaliteit van leven, weer leren, ondersteunen
Geïnterviewde 8	Afhankelijk, zelfredzaam, bewegen
Geïnterviewde 9	Zelfredzaamheid, volgen van ondersteuning, gezond
Geïnterviewde 10	Zelfredzaamheid, opvoeding, fysio, leren, hulpmiddelen
Geïnterviewde 11	Zorg, angst, vallen, kosten
Geïnterviewde 12	Zelfredzaam, oplossingen, fysio, kosten, hulpmiddelen, kosten en oplossingen
Geïnterviewde 13	Zelfredzaamheid, wonen, verzorgingstehuis, pensioen, hulpmiddelen, kosten
Geïnterviewde 14	Zorg en ondersteuning, motivatie
Geïnterviewde 15	Terugwinnen zelfredzaamheid, oefeningen, fysio

Terugkerende woorden: Zelfredzaamheid, afhankelijk, kosten, weer leren, hulpmiddelen, motivatie.

Thema: Kennis	
Geïnterviewde 1	Geen bezwaar, Grenzen
Geïnterviewde 2	Vragen bij onwetendheid, vragen aan netwerk, voorlichtingsavond
Geïnterviewde 3	Genoeg kennis, gesprek met professional, netwerk/professionals
Geïnterviewde 4	Onwetendheid, verbreden kennis, folder, voorlichtingsavond, hulpmiddelen
Geïnterviewde 5	Niet genoeg kennis, gemeente
Geïnterviewde 6	Opzoeken
Geïnterviewde 7	Genoeg kennis, opleiding/werk, professionals
Geïnterviewde 8	Opzoeken, netwerk
Geïnterviewde 9	Voorlichten, voorlichtingen
Geïnterviewde 10	Onwetendheid, leergierig, leergierig
Geïnterviewde 11	Netwerk, geen nieuwe informatie
Geïnterviewde 12	Opzoeken, digitaal vaardig, zelf opzoeken
Geïnterviewde 13	Opzoeken, digitaal vaardig, netwerk
Geïnterviewde 14	Zelfredzaam, netwerk en zorg, kosten
Geïnterviewde 15	Netwerk/professionals, hulpmiddelen

Terugkerende woorden: Opzoeken, netwerk, professionals, voorlichting

Thema: Netwerk	
Geïnterviewde 1	Geen bezwaar, grenzen
Geïnterviewde 2	
Geïnterviewde 3	Geen bezwaar, eigen regie
Geïnterviewde 4	Kleinschalige hulp, bezwaard, oplossingen
Geïnterviewde 5	
Geïnterviewde 6	Onafhankelijk, afstand, geld
Geïnterviewde 7	Geld en kosten, netwerk veranderd
Geïnterviewde 8	Groot netwerk, groot netwerk
Geïnterviewde 9	Bezwaard, woonomstandigheden
Geïnterviewde 10	Familie
Geïnterviewde 11	Geen bezwaren, familie
Geïnterviewde 12	Onafhankelijk, verhuizen, onafhankelijkheid, groot netwerk
Geïnterviewde 13	Geen bezwaren, groot netwerk
Geïnterviewde 14	Netwerk veranderd, alleen zijn
Geïnterviewde 15	Klein netwerk, professionele hulp

Terugkerende woorden: Onafhankelijk, geen bezwaar

Thema: Eigen regie	
Geïnterviewde 1	Van belang, euthanasie, zinvol
Geïnterviewde 2	Van belang, zelfstandigheid en eigen keuzes
Geïnterviewde 3	Zelf proberen
Geïnterviewde 4	
Geïnterviewde 5	Onafhankelijk zijn
Geïnterviewde 6	Zelfstandigheid, samen, zelfstandigheid
Geïnterviewde 7	Eigenheid, zelfrespect, investeren
Geïnterviewde 8	Onafhankelijkheid
Geïnterviewde 9	Onafhankelijk, groot netwerk
Geïnterviewde 10	
Geïnterviewde 11	
Geïnterviewde 12	
Geïnterviewde 13	
Geïnterviewde 14	Geen belang
Geïnterviewde 15	Eigen regie, bezwaren

Terugkomende woorden: Onafhankelijkheid, belangen

Thema: Technologie	
Geïnterviewde 1	Geen drempel, toekomst, zelfredzaamheid, kosten, vergoeding
Geïnterviewde 2	Positief, snufjes, staat open, digitale vaardigheid
Geïnterviewde 3	Handig, snufjes, bijdragen/ondersteunend
Geïnterviewden 4	Snufjes, kosten, zelfredzaamheid bevordering, luxe
Geïnterviewden 5	Geen gebruik, niet eerder dan nodig
Geïnterviewde 6	Veiligheid, bijdragen/ondersteunend
Geïnterviewde 7	Gebruik, gebruik/snufjes, staat open
Geïnterviewde 8	Milieu, uitstellen, luxe
Geïnterviewde 9	Geen gebruik, luxe, kennis, informatie voorziening
Geïnterviewde 10	Hulpmiddelen, gebruik
Geïnterviewde 11	Niet technisch, twijfel
Geïnterviewde 12	Kosten, hulpmiddelen, kosten
Geïnterviewde 13	Hulpmiddelen, hulpmiddelen, gebruik, nadeel
Geïnterviewde 14	Gebruik, gemak, luxe, weinig kennis, geen extra informatie
Geïnterviewde 15	Eenvoud

Terugkomende woorden: snufjes, bijdragen/ondersteunend, luxe, kosten

Thema: Zorg en ondersteuning	
Geïnterviewde 1	Ondersteuning, tevreden, verwaarlozing, geen stimulans, eigen stimulans, advies, tips
Geïnterviewde 2	Bewegen, ondersteuning
Geïnterviewde 3	Stimulans (zorg), ondersteuning, geen stimulans (hulp)
Geïnterviewde 4	Geen ondersteuning
Geïnterviewde 5	Geen ondersteuning, staan open voor huishoudelijke hulp, eigen regie
Geïnterviewde 6	Bezwaard, tijd, tijd
Geïnterviewde 7	Geen ondersteuning, Ervaring
Geïnterviewde 8	Stimulans, eigen regie
Geïnterviewde 9	Geen ondersteuning
Geïnterviewde 10	Ondersteuning, taakovername, actief
Geïnterviewde 11	Gewenning en veiligheid, tijd, tips
Geïnterviewde 12	Ondersteuning, tips
Geïnterviewde 13	Ontvangt ondersteuning, overname huishouden, geen tips
Geïnterviewde 14	Stimulans, ondersteunen, eigen keuze, zelfredzaamheid, afhankelijk, tijd, afhankelijk
Geïnterviewde 15	Ontvangt ondersteuning, geen tips, behoefte

Terugkomende woorden: stimulans, ondersteunen

Thema: Gemeente	
Geïnterviewde 1	Gemeentelijk bekend, tevreden, bijdrage, discussiegroep
Geïnterviewde 2	Onbekend, nieuwsgierig, informatievoorziening
Geïnterviewde 3	Gemeentelijk onbekend, Wmo, betrokkenheid
Geïnterviewde 4	Gemeentelijk onbekend, leeftijd, interesse, bekendheid, gehoor vanuit gemeente, informatievoorziening
Geïnterviewde 5	Gemeentelijk onbekend, betrokkenheid en informatie
Geïnterviewde 6	Gemeentelijk bekend, kennis, gemeenteraad
Geïnterviewde 7	Gemeentelijk onbekend, leeftijd, betrokkenheid
Geïnterviewde 8	Behoeftes, betrokkenheid, netwerk
Geïnterviewde 9	Gemeentelijk bekend, betrokkenheid, onderwerpen
Geïnterviewde 10	Contacten, geen bezwaren
Geïnterviewde 11	Contact, leeftijd, betrokkenheid
Geïnterviewde 12	Wijk, gemeentelijk bekend, onderwerpen/thema's
Geïnterviewde 13	Positief, betrokkenheid
Geïnterviewde 14	Welzijn, betrokkenheid
Geïnterviewde 15	Gemeentelijk onbekend

Terugkomende woorden: Bekendheid, betrokkenheid, leeftijd

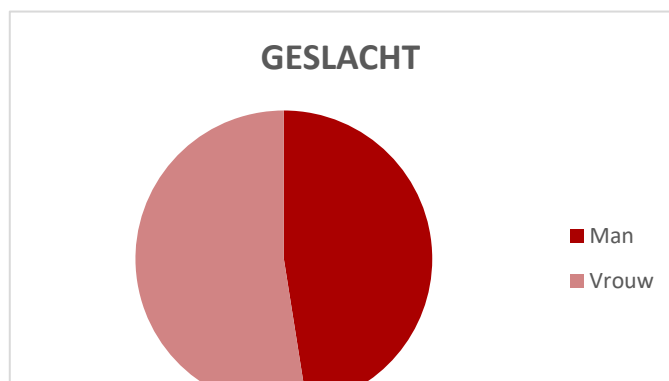
Bijlage 5: Resultaten oudere inwoners

5.1 Persoonlijke informatie

Wat is uw geslacht?

Antwoordmogelijkheid	Wat is uw geslacht?
Man	57
Vrouw	63
Totaal	120

Tabel 14 57 van de 120 respondenten is man en 63 van 120 respondenten is vrouw. Dit is te zien in tabel 14 en figuur 11



Figuur 11

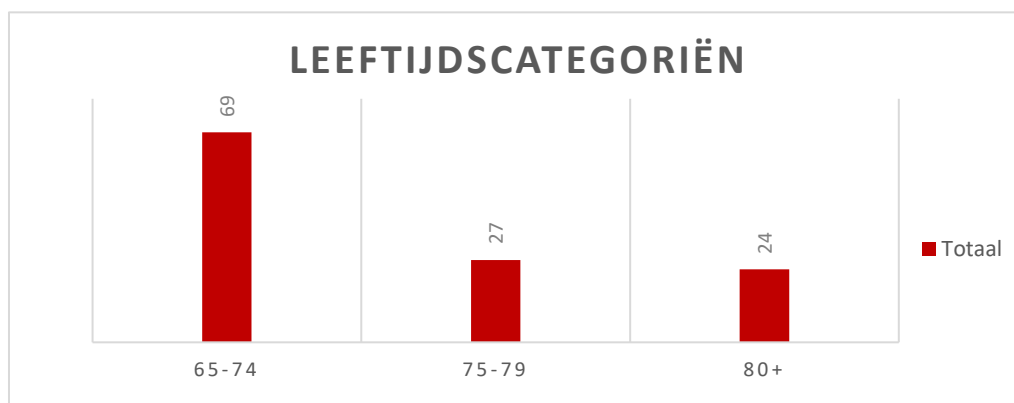
Wat is uw leeftijd?

De respons op de vraag 'wat is uw leeftijd?' is verdeeld onder drie leeftijdscategorieën. De leeftijdscategorieën zijn 65-74, 75-79 en 80+ zoals hieronder is af te lezen in tabel 15

Antwoordmogelijkheid	Leeftijdscategorie
65-74	69
75-79	27
80+	24
Totaal	120

Tabel 15

Groot deel van de respondenten valt onder de leeftijdscategorie 65-74. De overige 51 respondenten zijn verdeeld onder de andere twee leeftijdsgroepen.

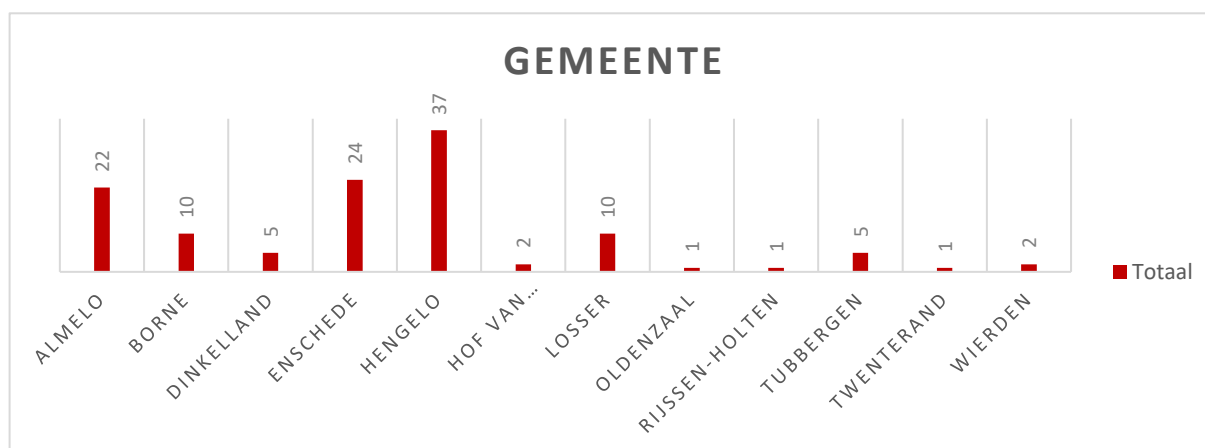


Figuur 12

In welke gemeente woont u?

Antwoordmogelijkheid	In welke gemeente woont u?
Almelo	22
Borne	10
Dinkelland	5
Enschede	24
Hengelo	37
Hof van Twente	2
Losser	10
Oldenzaal	1
Rijssen-Holten	1
Tubbergen	5
Twenterand	1
Wierden	2
Totaal	120

Tabel 16 De 120 respondenten zijn verdeeld onder de veertien Twentse gemeenten. De ene gemeente heeft meer respondenten dan de andere. De meeste personen komen uit Almelo, Borne, Enschede, Hengelo en Losser. Elke gemeente bevat in ieder geval 1 respondent.



Figuur 13

Ontvangt u zorg of ondersteuning van een zorg- of welzijnsorganisatie?

Antwoordmogelijkheid	Ontvangt u zorg of ondersteuning van een zorg- of welzijnsorganisatie?
Ja	18
Nee	102
Totaal	120

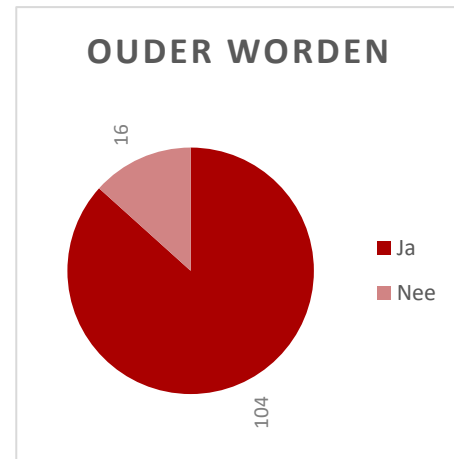
Tabel 17

15% van de respondenten heeft aangegeven zorg- en/of ondersteuning te ontvangen van een zorg- of welzijnsorganisatie. Van deze 15% zijn grotendeels 80+, dit is 66.7%. De overige 33.3% is verdeeld over de andere twee leeftijdscategorieën.

5.2 Thema's

Denkt u na over ouder worden?

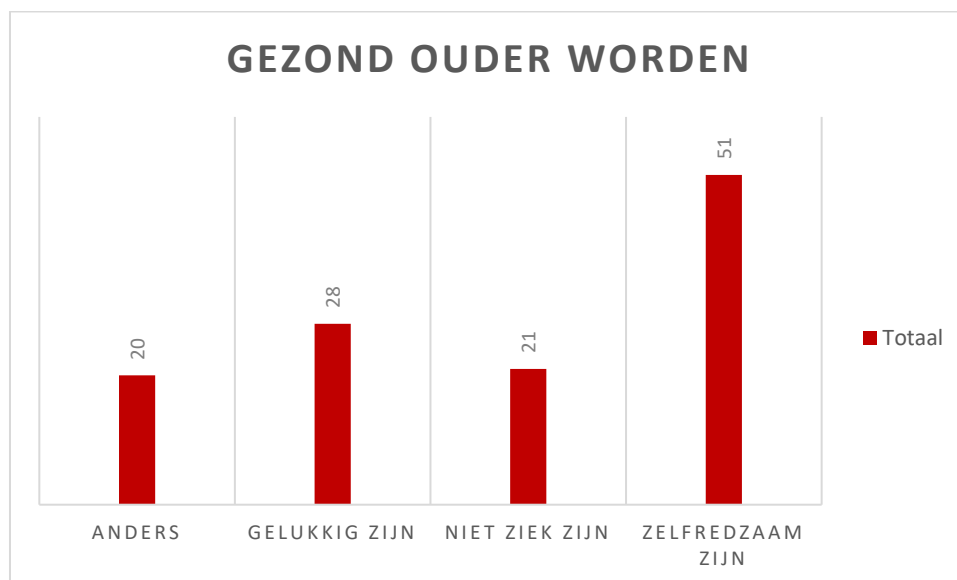
Uit het onderzoek is gebleken dat groot deel van de respondenten bezig is met ouder worden. 87% van de 120 respondenten denkt na over ouder worden. In figuur 14 is een cirkeldiagram te zien met deze resultaten. Kijkend naar leeftijd denkt de leeftijdscategorie 80% het minst na over ouder worden. Dit verschil zit in minimale percentage.



Figuur 14

Wat is voor u gezond ouder worden?

Kijkend naar gezond ouder worden is het voor de oudere inwoner in Twente redelijk verdeeld. De antwoordmogelijkheden die geboden werden waren: gelukkig zijn, niet ziek zijn of zelfredzaam zijn. Ook was er een mogelijkheid om 'anders' in te vullen en je eigen antwoord achter te laten. In figuur 15 kan je de resultaten zien van de vraag: 'Wat is voor u gezond ouder worden?'. Er is te zien dat de meeste respondenten vallen onder 'zelfredzaam zijn'.



Figuur 15

Respons	Aantal keer
Alle 3 de antwoordmogelijkheden	8
Gelukkig en zelfredzaam zijn	4
Waardevol leven	1
Zowel geestelijk als lichamelijk gezond en zelfredzaam zijn	1
Het beste ervan maken	1
Langer leven en van nut zijn	1
Alleen zijn doorstaan	1
Gezond en eigen regie over mijn leven	1
Actief blijven	1
Prettig wonen	1

Tabel 18

In tabel 18 vind je de antwoorden die zijn gegevens bij het kopje 'anders' op de vraag 'wat is voor u gezond ouder worden'. Over het algemeen gaven mensen aan dat ze alle 3 antwoordmogelijkheden (gelukkig zijn, niet ziek zijn en zelfredzaam zijn) belangrijk vonden. Daarnaast kwamen er ook nog andere onderwerpen naar voren zoals: waardevol leven, langer leven, actief leven, wonen.

Wilt u uw eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk behouden? (Wilt u zo lang mogelijk alles zelf kunnen)

Antwoordmogelijkheid	Wilt u uw eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk behouden? (Wilt u zo lang mogelijk alles zelf kunnen)
Ja	119
Nee	1
Totaal	120

Tabel 19

Eén persoon van alles respondenten gaf aan niet zo lang mogelijk zijn eigen regie en zelfredzaam te willen behouden. De andere 119 respondenten gaven aan hun eigen regie en zelfredzaamheid zo lang mogelijk te willen behouden. Dit is te zien in tabel 19 en af te lezen in figuur 16.



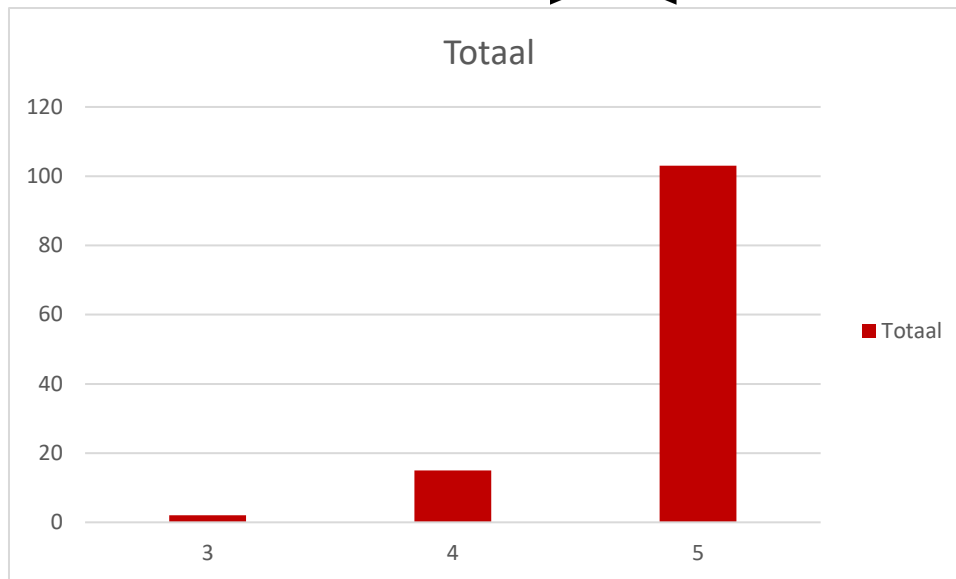
Figuur 16

Hoe belangrijk vindt u het dat u zelf nog alles kan? Omcirkel het cijfer.

De vraag 'hoe belangrijk vindt u het dat u zelf nog alles kan?' werd veel beantwoord met antwoordmogelijkheid 5 'heel belangrijk'. Geen enkele respondent vond het 'niet belangrijk'.

Antwoordmogelijkheid	Hoe belangrijk vindt u het dat u zelf nog alles kan
1 (niet belangrijk)	0
2	0
3	2
4	15
5 (heel belangrijk)	103
Totaal	120

Tabel 20

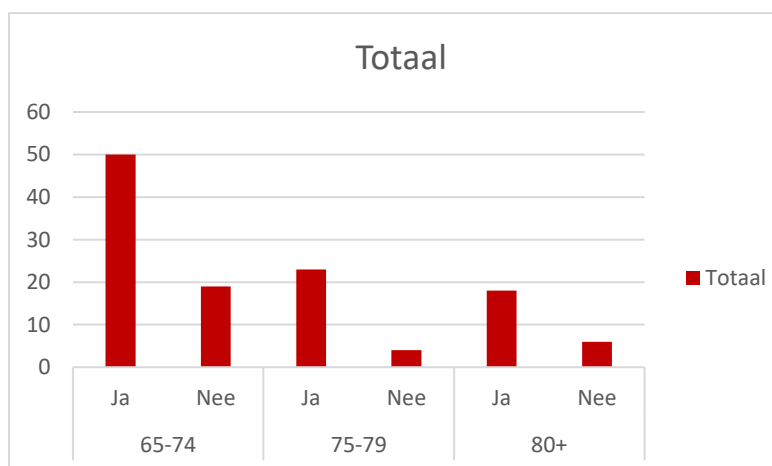


Figuur 17

Denkt u erover na over hoe u uw leven wilt inrichten als u niet alles meer zelf kunt?

Antwoordmogelijkheid	Denkt u erover na over hoe u uw leven wilt inrichten als u niet alles meer zelf kunt?
Ja	91
Nee	29
Totaal	120

Tabel 21



Figuur 18

Groot deel van de respondenten denkt na over hoe zij hun leven willen inrichten als zij niet meer alles zelf kunnen. Kijkend naar leeftijd zie je verschillen in de gegeven antwoorden. In figuur 18 zijn de resultaten te lezen op de vraag: 'Denkt u erover na over hoe u uw leven wilt inrichten als u niet alles meer zelf kunt?' verdeeld onder leeftijdscategorieën. De doelgroep 65-74 jaar hebben het hoogste percentage bij het

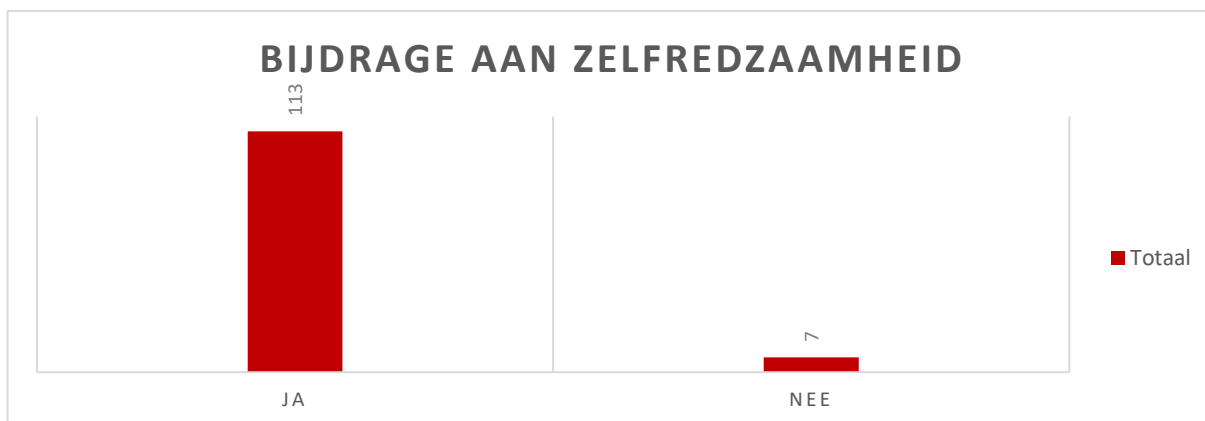
antwoord 'nee' op deze vraag. Ook kijkend naar de vergelijking met het aantal respondenten blijft deze doelgroep met de hoogste respons op 'nee'.

Wilt u zelf bijdragen aan zelfredzaam ouder worden, bijvoorbeeld (weer) leren dingen zelf te kunnen?

Grotendeel van de inwoners willen investeren en bijdragen aan hun zelfredzaamheid door bijvoorbeeld dingen weer te leren. Belangrijk is daarin op welke manier mensen bepaalde dingen weer zelf zouden willen leren.

Antwoordmogelijkheid	Wilt u zelf bijdragen aan zelfredzaam ouder worden, bijvoorbeeld (weer) leren dingen zelf te kunnen?
Ja	113
Nee	7
Totaal	120

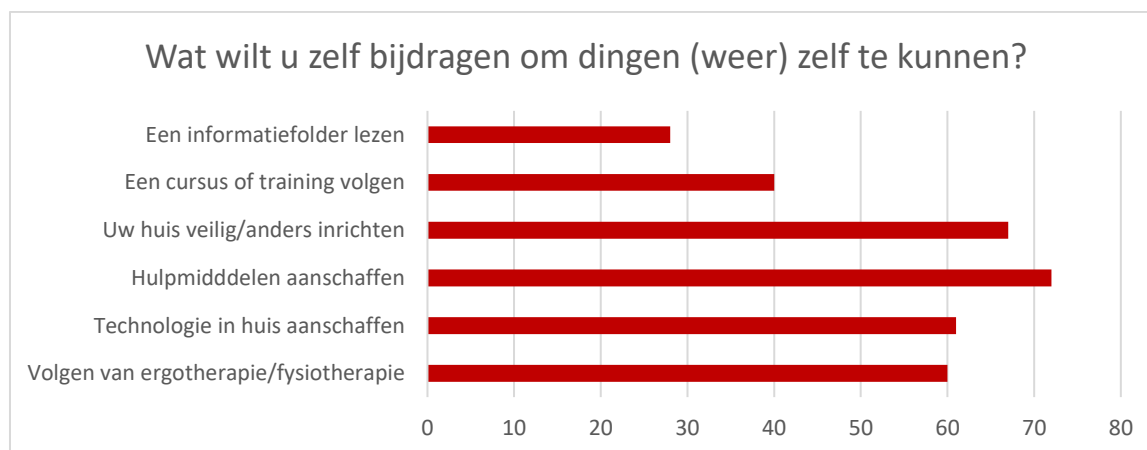
Tabel 22



Figuur 19

Wat wilt u zelf bijdragen om dingen (weer) zelf te kunnen? Meerdere opties aankruisen is mogelijk.

De antwoorden van 'wat wilt u zelf bijdragen om dingen (weer) zelf te kunnen?'. De mogelijkheid was er om meerdere antwoordmogelijkheden aan te kruisen. Het minst vaak is de antwoordmogelijkheid 'een informatiefolder lezen' aangekruist. Het vaakst is ingericht 'het veilig inrichten van je huis.' Ook zijn er verschillende antwoorden op het kopje 'anders' naar voren gekomen. Hierbij werden antwoorden ingevuld omtrent eten, bewegen en verhuizen.



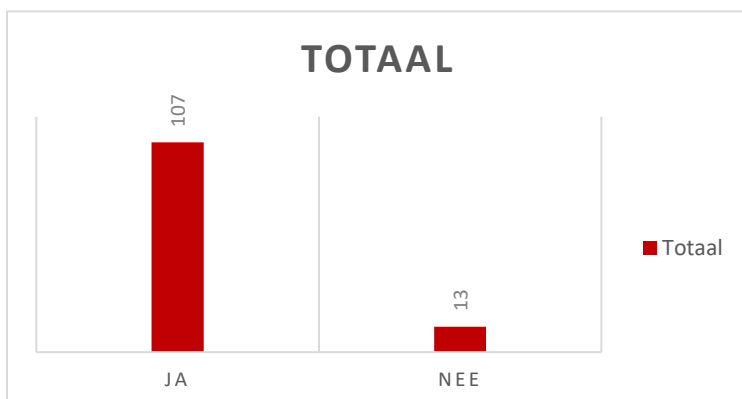
Figuur 20

Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden?

Antwoordmogelijkheid	Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden?
----------------------	---

Ja	107
Nee	13
Totaal	120

Tabel 23



Veel van de respondenten denkt over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te kunnen worden.

Figuur 21

Zoals je in tabel 24 kan zien neemt dit wel met leeftijd af. Je ziet een percentage verschil per leeftijd. De laagste leeftijdscategorie 65-74 denkt het meest over genoeg kennis te beschikken. De hoogste leeftijdscategorie 80+ denkt het minst over genoeg kennis te kunnen beschikken. Toch zijn alle drie de percentages boven de 80+ en denken de ouderen in Twente die meegedaan hebben aan dit onderzoek over het algemeen over genoeg kennis te beschikken om gezond en zelfredzaam ouder te worden.

Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden?

	Leeftijdscategorie	Totaal	Percentage
Ja	65-74	63	91.3%
	75-79	24	88.9%
	80+	20	83.3%
Totaal:			
Nee	65-74	6	8.7%
	75-79	3	11.1%
	80+	4	16.7%
Totaal:		120	

Tabel 24

Wat zou u kunnen helpen om kennis te vergroten over gezonde en zelfredzaam ouder worden?

De antwoordmogelijkheden: voorlichtingsavond, folder lezen, programma volgen, in gesprek gaan met een professional. Veel respondenten gaven ook andere antwoorden via de antwoordmogelijkheid 'anders'. Hierin werd veel al benoemd dat of mensen de kennis al beschikten of het zelf uitzochten. Veel respondenten gaven ook aan dat zijn familie en vrienden hiervoor benaderden.

Antwoordmogelijkheid	Percentage
Voorlichtingsavond	14.3%
Folder lezen	15.1%
Programma volgen	8.7%
In gesprek gaan met een professional	30.2%

Anders: waarin werd geantwoord dat de respondenten het niet van toepassing vonden doordat ze het zelf wel uitzochten of hun netwerk benaderden.

31.7%

Tabel 25

Hoe vindt u het om hulp te vragen van mensen in uw omgeving?

Antwoordmogelijkheid	Hoe vindt u het om hulp te vragen van mensen in uw omgeving?
Ik vraag geen hulp	15
Ik vraag hulp als ik het nodig heb	82
Ik vraag wel hulp, maar voel me bezwaard	21
Anders	2
Totaal	120

Tabel 26

Veel respondenten hebben de antwoordmogelijkheid 'ik vraag hulp als ik het nodig heb' ingevuld. Toch zijn er nog aardig wat respondenten die hebben de andere antwoordmogelijkheden hebben gebruikt. Er is gekeken naar verschillen in leeftijden onder de overige antwoordmogelijkheden 'ik vraag geen hulp' en 'ik vraag hulp, maar voel me bezwaard'. In tabel ... die hieronder te zien is, is gekeken naar antwoorden op leeftijd. In de tabel is te zien dat bij de antwoordmogelijkheid 'ik vraag wel hulp, maar voel me bezwaard', het hoogste percentage ligt bij de 80+ers.

Denkt u dat u over genoeg kennis beschikt om gezond en zelfredzaam ouder te worden?

	Leeftijdscategorie	Totaal	Percentage
65-74		69	100%
	Anders	1	1.5%
	Ik vraag geen hulp	12	17.4%
	Ik vraag hulp als ik het nodig heb	45	65.2%
	Ik vraag wel hulp maar voel me bezwaard	11	15.9%
75-79		27	100%
	Anders	1	3.7%
	Ik vraag geen hulp	1	3.7%
	Ik vraag hulp als ik het nodig heb	20	74.1%
	Ik vraag wel hulp maar voel me bezwaard	5	18.5%
80+		24	100%
	Ik vraag geen hulp	2	8.4%
	Ik vraag hulp als ik het nodig heb	17	70.4%
	Ik vraag wel hulp maar voel me bezwaard	5	20.8%
Eindtotaal:		120	100%

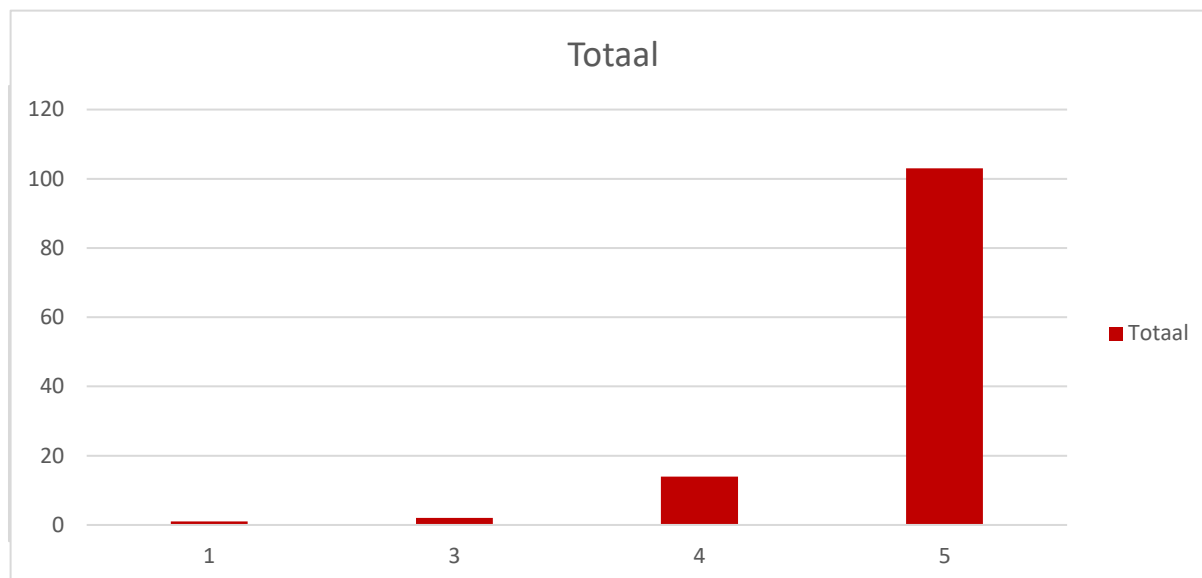
Hoe belangrijk vindt u het nemen van eigen beslissingen in het leven?

Antwoordmogelijkheid	Hoe belangrijk vindt u het nemen van eigen beslissingen in het leven?
1 (niet belangrijk)	1
2	0
3	2
4	14
5 (heel belangrijk)	103
Totaal	120

Tabel 28

Maakt u gebruik van technologie in huis? (bijvoorbeeld: google home, digitale klok, automatische gordijnen/lampen)

Minder dan de helft van de respondenten maakt gebruik van technologie binnenshuis. Denk hierbij aan slimme technologie als google home, digitale klokken en



Figuur 22

automatische lichten.

Aantal personen die zorg en ondersteuning ontvangen kijkend naar het gebruik van technologie:

	Gebruik van technologie	Geen gebruik van technologie	Totaal:
Zorg en ondersteuning ontvangend	10	31	41

Niet zorg en ondersteuning ontvangend	8	71	79
Totaal:	18	102	120

Tabel 29

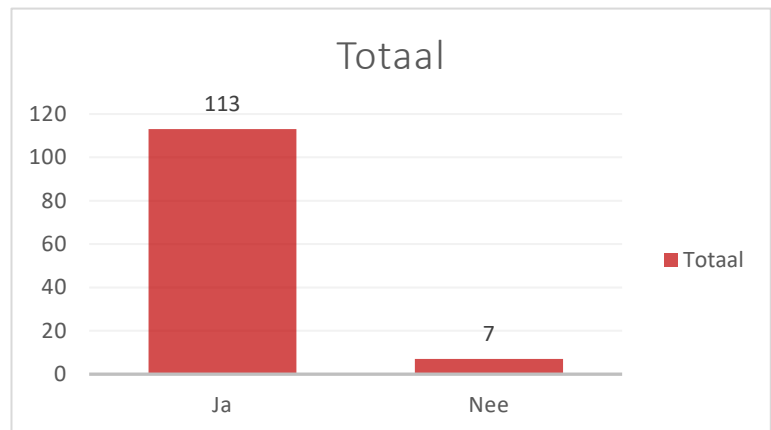
In de bovenstaande tabel wordt de zorg en ondersteuning vergeleken met het gebruik van technologie. Er is te zien dat het percentage dat gebruikt maakt van technologie ook gebruik maakt van zorg en/of ondersteuning.

Staat u open voor het gebruik van technologie?

Antwoordmogelijkheid	Staat u open voor het gebruik van technologie?
Ja	113
Nee	7
Totaal	120

Tabel 30

113 van de 120 respondenten staat open voor het gebruik van technologie. Slechts 7 respondenten, dat is 5.8% van de respondenten staat niet open voor het gebruik van technologie.



Figuur 23

Wordt u gestimuleerd om zo lang mogelijk zelfredzaam oud te worden door zorgprofessionals? (Niet van toepassing voor mensen die geen zorg en ondersteuning ontvangen).

Antwoordmogelijkheid	Wordt u gestimuleerd om zo lang mogelijk zelfredzaam oud te worden door zorgprofessionals?
Ja	13
Nee	1
NVT	4
Totaal	18

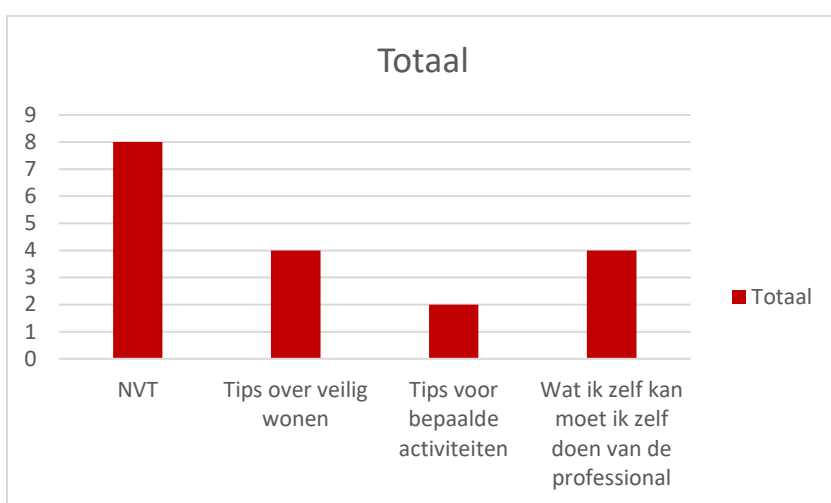
Tabel 31

Van de 18 respondenten die zorg en ondersteuning ontvangen worden 13 gestimuleerd door de zorgprofessional om zo lang mogelijk zelfredzaam oud te worden. Eén respondent geeft heeft aangegeven niet gemotiveerd te worden door zorgprofessionals en vier respondenten hebben aangegeven 'niet van toepassing'. Dit antwoordmogelijkheid kan komen doordat zorgprofessionals in hun gevallen niet hun stimuleren of omdat de ouderen vinden dat ze die stimulans niet nodig hebben vanuit zorgprofessionals.

Op welke manier wordt u gestimuleerd door zorgprofessionals? (Niet van toepassing voor mensen die geen zorg en ondersteuning ontvangen).

Antwoordmogelijkheid	Op welke manier wordt u gestimuleerd door zorgprofessionals? (Niet van toepassing voor mensen die geen zorg en ondersteuning ontvangen).
NVT	8
Tips over veilig wonen	4
Tips voor bepaalde activiteiten	2
Wat ik zelf kan moet ik zelf doen van de professional	4
Totaal	18

Tabel 32



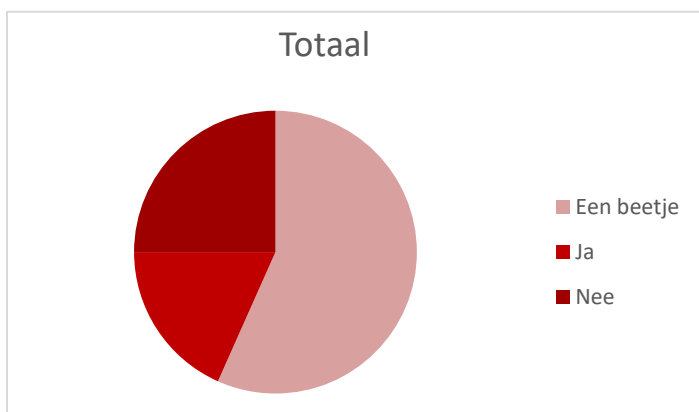
Van de 18 respondenten die zorg en ondersteuning ontvangen geven 10 respondenten aan op welke manier zij worden gestimuleerd door zorgprofessionals. De antwoorden van de 10 respondenten zijn verdeeld onder de drie antwoordmogelijkheden. Zie tabel 32.

Figuur 24

Bent u op de hoogte van wat de gemeente voor u doet?

Antwoordmogelijkheid	Bent u op de hoogte van wat de gemeente voor u doet?	Percentage
Een beetje	68	56.67%
Ja	22	18.33%
Nee	30	25%
Totaal	18	100%

Tabel 33

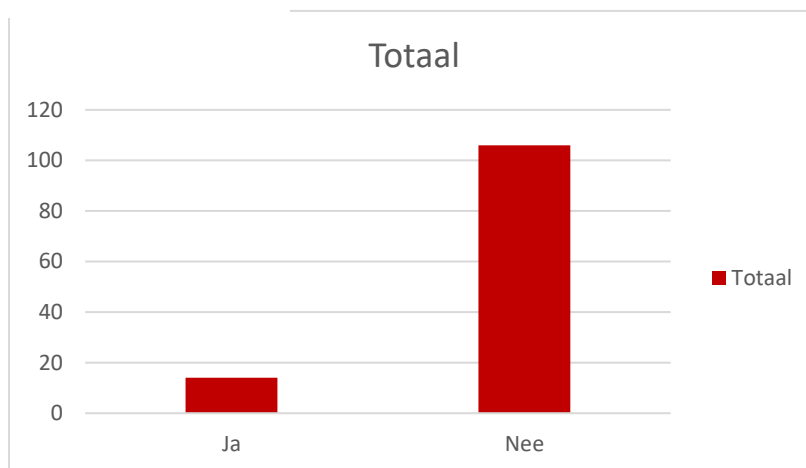


Groot deel van de respondenten is 'een beetje' op de hoogte van wat de gemeente voor hen doet. Het kleinste aantal met 18.33% is helemaal op de hoogte van wat de gemeente voor hem/haar doet.

Wordt u hierbij betrokken?

Van de 120 worden 14 respondenten naar hun mening betrokken bij de gemeente. Dat is 11.67% van de oudere inwoners die gereageerd hebben op deze vragenlijst.

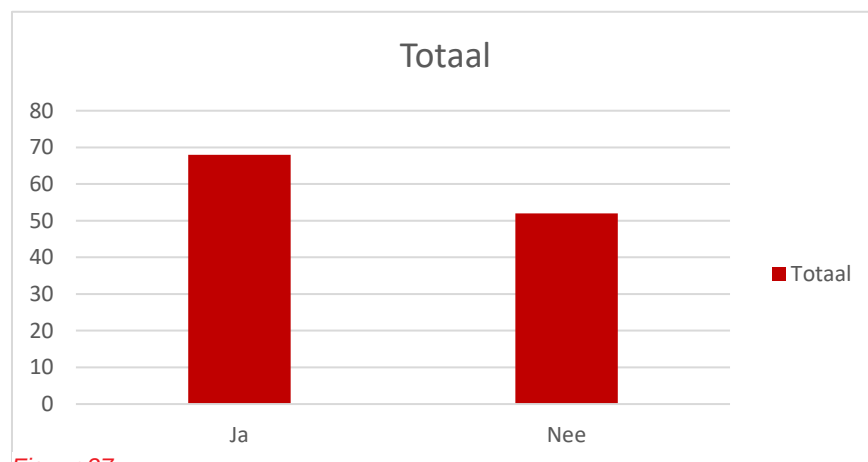
Figuur 25



Figuur 26

Wilt u hier bij betrokken worden?

De meeste respondenten willen betrokken worden bij de gemeente en zijn benieuwd naar mogelijkheden voor de doelgroep de oudere inwoner. Toch reageren ook 52 respondenten met 'nee', zij willen niet betrokken worden bij de gemeente.



Figuur 27

Antwoordmogelijkheid	Wordt u hierbij betrokken?
Ja	14
Nee	106
Totaal	120

Tabel 34

Mag ik contact opnemen naar aanleiding van deze vragenlijst? Zo ja, vul hieronder uw naam en telefoon nummer in.

Als afsluitende vraag konden respondenten hun gegevens achterlaten om in gesprek te gaan over het onderwerp 'gezond en zelfredzaam ouder worden'. 59 van de 120 respondenten heeft zijn/haar gegevens achtergelaten.

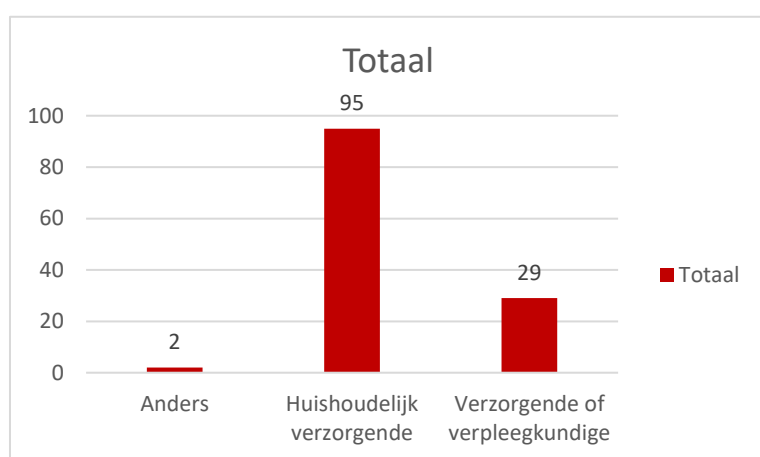
Bijlage 6: Resultaten en codeerschema's: professionals

Vraag 1: Wat is uw functie?

Anders: 1. Coach 2. Huisbezoeken voor huishoudelijke ondersteuning

Antwoordmogelijkheid	Wordt er gekeken naar oplossingen om zelfredzaamheid te vergroten door u of andere betrokken professionals?
Anders	2
Huishoudelijke verzorgende	95
Verzorgende of verpleegkundige	29
Totaal	126

Tabel 35



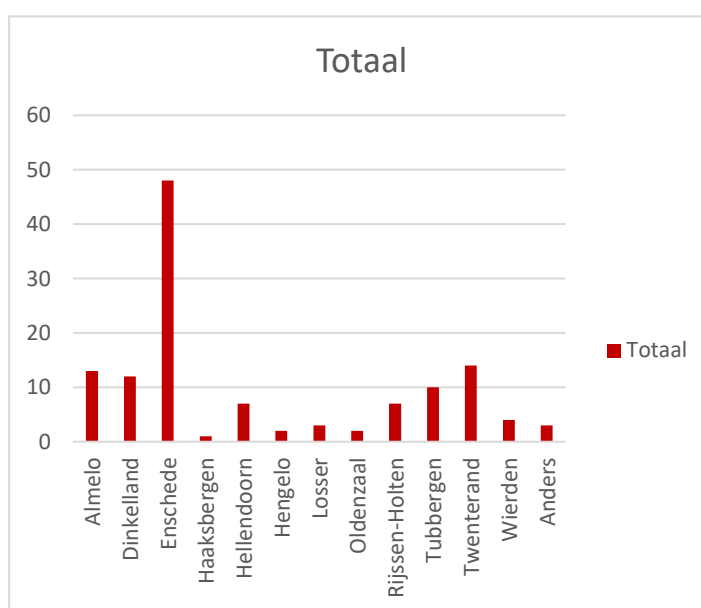
Figuur 28

De vragenlijst is verspreid onder professionals die met regelmaat over de vloer komen bij de oudere inwoner van Twente. De respons die hieruit is gekomen zijn verzorgenden/verpleegkundigen en huishoudelijke verzorgenden. Onder het kopje anders valt een coach en professional die huisbezoeken doet.

Vraag 2: In welke gemeente bent u werkzaam?

Antwoordmogelijkheden	In welke gemeente bent u werkzaam?
Almelo	13
Dinkelland	12
Enschede	48
Haaksbergen	1
Hellendoorn	7
Hengelo	2
Losser	3
Oldenzaal	2
Rijssen-Holten	7
Tubbergen	10
Twenterand	14
Wierden	4
Anders	3
Totaal	126

Tabel 36



Figuur 29

Groot deel van de respondenten komt uit Enschede. De rest van de respondenten zijn verdeeld over de overige gemeenten. Onder het kopje 'anders' vallen de respondenten die onder meerdere gemeentes werkzaam zijn.

Vraag 3: Wat vindt u leuk aan uw werk?

Respondenten	Wat is uw functie?	1. Wat vindt u leuk aan uw werk en waarom heeft u er voor gekozen?	Codes
1	Verzorgende of verpleegkundige	De diversiteit aan aandoeningen en mensen, maakt dat ik uitdaging ervaar en mogelijk invloed kan uitoefenen op het stabiliseren en/of verbeteren van de leefwijze en aandoening(en).	Diversiteit
2	Verzorgende of verpleegkundige	Het contact met mensen, die zo verschillend zijn. Het verzorgen ter voorkoming van pijn en het kunnen zorgen dat mensen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen.	Contact, zelfstandig wonen
3	Huishoudelijk verzorgende	I.v.m. combinatie mantelzorg, leuk is het contact met cliënten, het werk niet en wordt slecht betaald	Mantelzorg, contact
4	Verzorgende of verpleegkundige	Het mooie van mijn werk is zorg verlenen bi mensen die het echt nodig hebben, ook de begeleiding naar zelfzorg vind ik een leuk aspect van mijn werk.	Zorg verlenen, zelfzorg
5	Verzorgende of verpleegkundige	Het ondersteunen van de kwetsbare ouderen in de wijk. Advies en instructie geven bij problemen rondom ziekte en ouder worden. Indiceren welke zorg passend en nodig is en stimuleren van zelfredzaamheden doormiddel van hulpmiddelen indien mogelijk.	Ondersteunen, advies, stimuleren
6	Huishoudelijk verzorgende	Vind het werk keel mooi en dankbaar. Om mensen te helpen, een luisterend oor te zijn en voor de gezelligheid voor de mensen.	Luisterend oor
7	Verzorgende of verpleegkundige	Het contact met de mensen. Ik heb voor dit werk gekozen omdat ik vind dat onze doelgroep er ook toe doet. Door de aandacht en zorg die ik deze mensen kan geven hoop ik dat ze zich gewaardeerd voelen en het gevoel hebben/krijgen ook een	Onderdeel in de maatschappij

		onderdeel te zijn van onze maatschappij. Ik hoop dat dat zal bijdragen aan een positieve geestelijke en lichamelijke gezondheid.	
8	Verzorgende of verpleegkundige	De afwisseling van zelfstandig werken en in teamverband. Ik vind het leuk om voor mensen te zorgen en om het positieve naar boven te halen. Niet kijken naar de beperking maar naar de mogelijkheden	Afwisseling, mogelijkheden
9	Verzorgende of verpleegkundige	De afwisseling van zorgsituaties, persoonlijkheden en de dankbaarheid na het uitvoeren van mijn werk. Ik heb voor dit werk gekozen, omdat ik van jongs af aan al wilde zorgen voor anderen die dit moeilijker of niet meer kunnen. Dit geeft mij voldoening.	Afwisseling, zorgen voor
10	Verzorgende of verpleegkundige	Het werken met mensen, interesse in de zorg/ziektebeelden. Een doener.	Met mensen, doener
11	Huishoudelijk verzorgende	Wat ik leuk vind aan mijn werk is: dat ik mij toegewezen cliënten mag helpen om zo verzorgd en zelfstandig mogelijk in hun eigen vertrouwde omgeving kan/mag laten wonen door hun huishouding te ondersteunen en veelal ook een luisterend oor te bieden op basis van wederzijds vertrouwen en eerlijkheid. Waarom ik voor dit werk heb gekozen (na 24 jaar (s)lopende bandwerk in een vleesverwerkend bedrijf): Is dat ik niet meer alleen voor geld mijn inkomsten wou en hoeft te genereren maar liever een baan met betekenis en inhoud wenselijk vindt en hoop fit nog jaren te kunnen volhouden.	Zelfstandig wonen, ondersteunen, luisterend oor
12	Verzorgende of verpleegkundige	Iets kunnen betekenen voor mensen, door helpen, zorgen, adviseren	Betekenis, help, zorg, advies
13	Verzorgende of verpleegkundige	Contact met mensen. Mensen kunnen ondersteunen in de thuissituatie.	Contact, ondersteunen
14	Verzorgende of verpleegkundige	Ik vind het leuk iets te kunnen betekenen voor cliënten om kwaliteit van leven te kunnen bevorderen en om cliënten weer	Kwaliteit van leven, diversiteit

		in eigen kracht te kunnen zetten. De diversiteit in ziektebeelden en thuissituaties houdt het werk uitdagend.	
15	Verzorgende of verpleegkundige	Om mensen te helpen	Helpen
16	Verzorgende of verpleegkundige	de omgang met verschillende cliënten en hun ziektebeelden.	Omgang
17	Verzorgende of verpleegkundige	Vind het persoonlijk contact het leukste en een afwisselend beroep	Contact, afwisselend
18	Verzorgende of verpleegkundige	Iets voor mensen kunnen betekenen, het menselijk lichaam vind ik daarnaast interessant	Betekenis, menselijk lichaam
19	Huishoudelijk verzorgende	Vind het leuk om met mensen om te gaan en hoe ze zich voelen en hoe ze met hun dag om gaan	Contact
20	Huishoudelijk verzorgende	Het contact met de mensen En wil graag iemand helpen en wat kunnen betekenen voor de mensen .	Contact, betekenis
21	Huishoudelijk verzorgende	Fijn om anderen te kunnen helpen in wat hunzelf niet meer lukt.	Helpen
22	Huishoudelijk verzorgende	Persoonlijk contact met de cliënt en wat voor hen te kunnen betekenen	Contact, betekenis
23	coach	Het helpen van teams in samenwerkingsvraagstukken. De vraag van de ouderen wordt complexer, hoe gaan medewerkers hiermee om? Wat is de wensvraag i.r.t. de zorgvraag?	
24	Verzorgende of verpleegkundige	Er voor mensen zijn als ze iemand nodig hebben, mensen ondersteunen en raad/daad bieden, band met mensen opbouwen die heel sterk kan zijn.	Ondersteunen, band
25	Verzorgende of verpleegkundige	Liefde voor de oudere mens, de vrijheid, en achter elke deur kom je wat anders tegen. Dat trekt mij al 34 jaar.	Ouderen
26	Verzorgende of verpleegkundige	Dynamisch, verschil kunnen maken. ondersteunend zijn.	Dynamisch, verschil maken
27	Verzorgende of verpleegkundige	Zorgen dat cliënten goede zorg krijgen, een waardevolle dag hebben. Leuk aan mijn werk is, een blijde glimlach, tevreden cliënten, mijn werk is mijn hobby niets is mijnteveel.	Werk = hobby
28	Verzorgende of verpleegkundige	Het contact met onze cliënten en hen te helpen waar nodig. Ook	Contact, afwisselend, zelfredzaam

		vind ik het werk in de wijkverpleging heel afwisselend, wat maakt dat het eigenlijk nooit saai is. Ik fiets van de een naar de ander en achter elke voordeur zit weer een heel ander verhaal en bijbehorende taken. Iemand helpen om weer zelfredzaam te worden, of er te zijn wanneer iemand afscheid moet gaan nemen, ... het is heel bijzonder om er bij te mogen zijn.	
29	Verzorgende of verpleegkundige	Ik ben een zorgzaam type en vind het fijn iets voor anderen te kunnen betekenen. De afwisseling van het werken in de wijk spreekt me zeer aan. Ik ben te gast bij de client en achter iedere voordeur zit weer een nieuw verhaal.	Zorgzaam afwisseling
30	Verzorgende of verpleegkundige	Dat mensen weer vooruit kunnen wanneer ze ondersteuning hebben gehad.	Ondersteuning
31	Huishoudelijk verzorgende	Mensen ontlasten in de dingen die ze zelf niet meer kunnen	Ontlasten
32	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het erg leuk om voor oudere hun huishoudelijke gewoonte schoon te maken omdat hun het niet kunnen	Voor ouderen
33	Huishoudelijk verzorgende	Ik wou graag wat bijverdienen.	Bij verdienen
34	Huishoudelijk verzorgende	Persoonlijk contact met cliënten en makkelijk in te delen werktijd	Contact
35	Huishoudelijk verzorgende	Iets betekenen voor een ander	Betekenen
36	Verzorgende of verpleegkundige	Afwisselingen tussen revalidatie en langdurige zorg(relaties)	Afwisseling
37	Huishoudelijk verzorgende	Omdat oudere mensen toch vaak eenzaam zijn en ze uitzien naar ons omdat ze dan wat te praten hebben onder het doen van het huishouden. Daarom heb ik hier voor gekozen	Eenzaamheid, praten
38	Huishoudelijke hulp	Mag graag schoonmaken en gezellig onder leuke mensen	Schoonmaken, gezellig
39	Huishoudelijk verzorgende	Het leuke aan mijn werk vind ik alle verhalen van mijn oudere cliënten. Wat ze allemaal hebben meegemaakt. En de verschillende situaties waar ik in kom. Elke cliënt, gezin is anders. Ook kunnen de ouderen langer in hun huis blijven wonen door onze hulp.	Contact, wonen

40	Huishoudelijk verzorgende	Om ouderen een leefbaar leven te geven in eigen omgeving	Leefbaar, eigen omgeving
41	Huishoudelijk verzorgende	Vindt mijn werk erg leuk en doe het dan ook met veel plezier. Vindt het fijn om mensen te helpen die mij echt nodig zijn en zo langer zelfstandig kunnen wonen. Ik heb hier niet echt voor gekozen, als vakantiekracht gesolliciteerd omdat ik op dat moment geen werk had. Dit is nu acht jaar geleden en hoop nog zeker lang te kunnen werken.	Helpen, zelfstandig wonen
42	Huishoudelijk verzorgende	Prima te combineren met de thuissituatie, en net iets meer tijd voor de cliënt dan tijdens de reguliere zorgmomenten	Tijd
43	Huishoudelijk verzorgende	Cliënten zijn bijna altijd blij als je bent geweest.	Blijve personen
44	Verzorgende of verpleegkundige	Vindt het mooi om wat voor de cliënt te betekenen. Ervoor zorgen dat iemand zo lang mogelijk zelfstandig is en blijft en daardoor thuis in zijn vertrouwde omgeving kan blijven wonen. Het is erg dankbaar werk.	Betekenen, zelfstandig
45	Huishoudelijk verzorgende	DE tijden kan ik zelf delen. Daar door kan ik veel onder school tijd doen. Verder vind ik het werk wat menselijker vergeleken met wat ik eerst deed. Nauw contact met DE cliënten. Is fijn. Een praatje op z'n tijd.	Tijd, contact
46	Huishoudelijk verzorgende	Een helpende hand bieden	Helpen
47	Verzorgende of verpleegkundige	Vrijheid, zelf verantwoordelijk, creatief moeten zijn	Verantwoordelijkheid, vrijheid
48	Wijkverpleegkundige	Afwisseling, het verschil in zorgvragen, preventie toepassen, samenwerking met andere disciplines zoals Casemanager, zorgregelaar, huisarts, fysio, ergo	Afwisseling, samenwerken
49	Verzorgende of verpleegkundige	Dat ik cliënten kan helpen zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen in hun eigen woonomgeving.	Zelfstandig thuis wonen
50	Huishoudelijk verzorgende	Omdat ik graag help, vooral de ouderen in deze maatschappij. Het is dankbaar werk, cliënten zijn altijd blij dat je komt.	Helpen
51	Verzorgende of verpleegkundige	Ik werk als wijkverpleegkundige. Het uitdagende aan mijn werk	Thuis wonen, zelfredzaamheid

		vind ik dat ik kijk naar het systeem bij de cliënt. Wat heeft de cliënt nodig om zo lang mogelijk in de thuissituatie te kunnen blijven wonen zowel lichamelijk als geestelijk en sociaal. Vervolgens kijken naar de zelfredzaamheid en hier mee aan de slag te gaan is een enorme uitdaging daarbij wel ik het oog blijven houden dat iets haalbaar moet zijn	
52	Verzorgende of verpleegkundige	Echt iets kunnen betekenen	Betekenen
53	Huishoudelijk verzorgende	Het contact met ouderen vind ik leuk	Contact
54	Huishoudelijk verzorgende	Mensen helpen	Helpen
55	Huishoudelijk verzorgende	Ik ben altijd langer bij één cliënt dan een collega die de ADI doet. Dit betekent dat je met mensen een band krijgt . Oudere mensen zijn altijd heel blij en dankbaar,, ik help daarbij het huishouden waar zender zelf niet meer kunnen . En mensen hechten waarde aan een schoon huis.	Band, contact
56	Huishoudelijk verzorgende	Dat de client blij is dat ik weer kom om hun behulpzaam te zijn . Het contact met de cliënt en de mensen te helpen waar nodig	Contact, helpen
57	Huishoudelijk verzorgende	Hulp bij de mensen die het zelf om wat voor reden niet meer kunnen	Hulp
58	Huishoudelijk verzorgende	Oudere mensen helpen, en effe een praatje met hen maken	Helpen, praatje maken
59	Huishoudelijk verzorgende	Contacten met mensen	Contact
60	Huishoudelijk verzorgende	voor andere mensen zorgen	Zorgen
61	Huishoudelijk verzorgende	Het is heel dankbaar werk de cliënten genieten ervan als je hun huisje weer mooi schoonmaakt en ook nog even een praatje met hen maakt ik zelf ga altijd met een fijn gevoel weg bij de cliënten Ze kijken jou vaak na tot je de straat uit bent	Praatje maken, schoonmaken
62	Huishoudelijk verzorgende	Omgang met mensen	Omgang
63	Huishoudelijk verzorgende	De contacten met cliënten en de werktijden vind ik prettig	Contacten, werktijden

64	Huisbezoeken voor huishoudelijke ondersteuning	Ik vind het heel fijn om met oudere mensen te werken	Ouderen
65	Huishoudelijk verzorgende	Vooral mensen helpen een waardig bestaan te hebben	Helpen
66	Huishoudelijk verzorgende	Het is heel belangrijk dat oudere en zieken hun huis schoon hebben en houden	Schoonmaken
67	Huishoudelijk verzorgende	Het helpen van mensen die zelf niet meer alles kunnen.	Helpen
68	Huishoudelijk verzorgende	veel cliënten zijn eenzaam en wonen al dan niet verplicht veel te lang thuis. Kunnen zich amper redden. Alternatieven zijn er niet. Wij zijn er om een deel van het huishouden te doen en bieden een vorm van contact. De cliënten waarderen dit enorm en dat vind ik erg belangrijk. Helaas wordt ook deze vorm van hulp weer langzaam afgebroken, moet weer goedkoper, minder uren. Alle extra zoals even ramen lappen mag niet meer. Moet allemaal weer in aparte modules door client worden aangeschaft en betaald. We zijn een christelijke organisatie maar feitelijk draait alles om geld i.p.v. ouderen en hulpbehoevenden. Dat maakt me soms verdrietig. Steeds komen er nieuwe ideeën en plannen met maar een doel...kan het nog goedkoper, kunnen de cliënten nog meer zelf, kunnen ze met minder uren af. Cliënten staan niet meer centraal, ze zijn een product geworden. Maar ik werk bij deze mensen, zie hun verdriet, hun eenzaamheid.....	Alternatieven, bezuinigingen
69	Huishoudelijk verzorgende	Het contact met ouderen. Het samen werken en praten.	Contact, samenwerken
70	Huishoudelijk verzorgende	Het is dankbaar werk en je komt met diverse mensen in contact!	Contact, dankbaar werk
71	Huishoudelijk verzorgende	het werken met mensen.	Samen
72	Huishoudelijk verzorgende	Dankbaar werk	Dankbaar werk
73	Huishoudelijk verzorgende	Het omgaan met mensen en ouderen kunnen helpen bij het zo lang mogelijk zelfstandig te wonen.	Zelfstandig wonen

74	Huishoudelijk verzorgende	Mensen helpen	Helpen
75	Huishoudelijk verzorgende	Doe het al 35jaar met heel veel plezier ik hou van de mensen en van schoonmaken	Mens, schoonmaken
76	Huishoudelijk verzorgende	oorspronkelijk als bijverdienste, nu flexibel in uren, contact met mensen	Contact, werktijd
77	Huishoudelijk verzorgende	Het is fijn als de mensen blij zijn, dat alles weer wat schoner is en ze zich dan prettiger voelen. En de persoonlijke aandacht voor hen.	Schoner, persoonlijke aandacht
78	Huishoudelijk verzorgende	Contact met ouderen en schoonmaken van hun woonplek	Contact, schoonmaken
79	Huishoudelijk verzorgende	Iets voor ze kunnen betekenen	Betekenen
80	Huishoudelijk verzorgende	Mensen blij te maken , aandacht een op een,	Mens, aandacht
81	Huishoudelijk verzorgende	wat betekenen voor andere mensen en hen te helpen waar ik kan ook met dingen wat we eigenlijk niet kunnen doen omdat er geen voldoende tijd voor is	Betekenen, helpen
82	Huishoudelijk verzorgende	Het gesprek dat je hebt met cliënten	Gesprek
83	Huishoudelijk verzorgende	Om geld te verdienen i.v.m. de scheiding	Geld
84	Huishoudelijk verzorgende	Schoonmaken. Is mijn hobby. En ouderen bezighouden. 🧘	Schoonmaken, ouderen
85	Huishoudelijk verzorgende	Bijbaan, hulp aan ouderen	Hulp, ouderen
86	Huishoudelijk verzorgende	Het contact met ouderen spreekt mij erg aan	Contact
87	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het leuk om ouderen te helpen en omdat je gewaardeerd wordt	Ouderen, waardering
88	Huishoudelijke ondersteuning	Een luisterend oor te zijn voor mijn oudere medemens, vaak hebben ze geen familie of vrienden meer en vinden ze het fijn dat je komt.... even afleiding in een lange week van alleen zijn.	Luisterend oor
89	Huishoudelijk verzorgende	Contact met de cliënten	Contact
90	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het leuk Omdat het dankbaar is.	Dankbaar
91	Huishoudelijk verzorgende	Het persoonlijk contact met de ouderen.	Contact
92	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het fijn om mijn cliënten een schoon en leefbaar huis aan te bieden! Door ze een handje te	Leefbaar huis

		helpen in de huishouding het is ontzettend dankbaar werk!	
93	Huishoudelijk verzorgende	Contract met ouderen en laat mij denken aan mijn overledene ouders	Contact
94	Huishoudelijk verzorgende	Helpen van ouderen.	Helpen
95	Huishoudelijk verzorgende	Het contact met de mensen en de voldoening die het geeft als de mensen blij zijn dat hun huis weer schoon is,	Contact, schoon huis
96	Huishoudelijk verzorgende	Mooi om omgaan met mensen en zo te kunnen helpen	Omgaan, helpen
97	Huishoudelijk verzorgende	Het zorgen en verzorgen voor de woning van de Ouderen en minder Validen en het contact met de cliënten	Verzorging woning, contact
98	Huishoudelijk verzorgende	Mensen helpen die zelf bijna niets kunnen. Dankbaar werk	Mensen helpen, dankbaar
99	Huishoudelijk verzorgende	Het contact met de mensen vind ik het leukste , het werk zelf niet . De dankbaarheid van de cliënten daar doe ik het voor .	Contact, dankbaar
100	Huishoudelijk verzorgende	Het werken met hulpbehoevende ouderen is dankbaar t.o.v. een kantoorbaan	Dankbaar
101	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het leuk om mensen te helpen. Ik krijg veel liefde terug. En ik heb mijn werk gekozen, ook voor flexibiliteit factor.	Helpen, flexibel
102	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het leuk om te doen, zodat ik de ouderen goed kan helpen en daarbij hun blij maken, waardoor ik mij voldaan voel.	Helpen
103	Huishoudelijk verzorgende	Dat ik al heel veel jaren dit doe	Altijd al
104	Huishoudelijk verzorgende	Help graag ouderen	Helpen
105	Huishoudelijk verzorgende	Na een ernstige ziekte en weer genezen, wilde ik wat terug doen in de zorg. En wat heeft mij dit vreugde opgeleverd. En zin in het leven om het voor andere wat te betekenen.	Betekenen
106	Huishoudelijk verzorgende	Het omgaan met ouderen	Omgaan
107	Huishoudelijk verzorgende	Zie dat ze blij zijn als ik kom	Blijde mensen
108	Huishoudelijk verzorgende	Mensen helpen en een luisterend oor, afwisselend werk	Helpen, luisterend oor, afwisselend
109	Huishoudelijk verzorgende	Zorgzaam zijn	Zorgzaam
110	Huishoudelijk verzorgende	werken met mensen/verzorgen, door ongeluk kan ik niet veel, of	

		heel zwaar verzorgende hulp bieden, maar op deze manier wel	
111	Huishoudelijk verzorgende	Werk goed te combineren met gezinssituatie, leuk contact met cliënten. Dankbaar werk	Dankbaar, flexibel
112	Huishoudelijk verzorgende	ik ben blij om de mensen te kunnen helpen en ondersteunen.. omdat ik altijd in de zorg wou	Helpen ondersteunen
113	Huishoudelijk verzorgende	Om met ouderen om te gaan	Ouderen
114	Huishoudelijk verzorgende	Om de ouderen te helpen	Ouderen, helpen
115	Huishoudelijk verzorgende	Met cliënten omgaan	Met cliënten omgaan
116	Huishoudelijk verzorgende	Om ouderen te helpen in hun dagelijks leven	Helpen
117	Huishoudelijk verzorgende	Oude mensen helpen in de huishouding en is heel dankbaar werk. Ze zijn blij als ze komen.	Helpen, dankbaar
118	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het fijn iets te betekenen voor de oudere medemens.	Betekenen
119	Huishoudelijk verzorgende	De omgang met ouderen mensen de dankbaarheid en het gevoel dat je echt wat voor hen betekent al wordt dat door de werkdruk en het korten van uren steeds minder	Omgaan, dankbaar
120	Huishoudelijk verzorgende	Zorgen voor ouderen en zelfstandig werken	Zorgen
121	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind leuk	
122	Huishoudelijk verzorgende	zelfstandig werken en je werkt met mensen	Zelfstandig werken, mens
123	Huishoudelijk verzorgende	Contact met cliënten	Contact
124	Huishoudelijk verzorgende	Contact met mensen	Contact
125	Huishoudelijk verzorgende	Het omgaan met de cliënten en ik wilde wat betekenen voor cliënten die hulp nodig hebben	Omgaan, betekenen
126	Huishoudelijk verzorgende	Toen mijn kinderen nog kleiner waren, was her voor mij heel makkelijk te combineren met opvang en school. Ik krijg er zelf een heel goed gevoel bij, als ik mensen blij kan maken en kan helpen.	Combineren, helpen

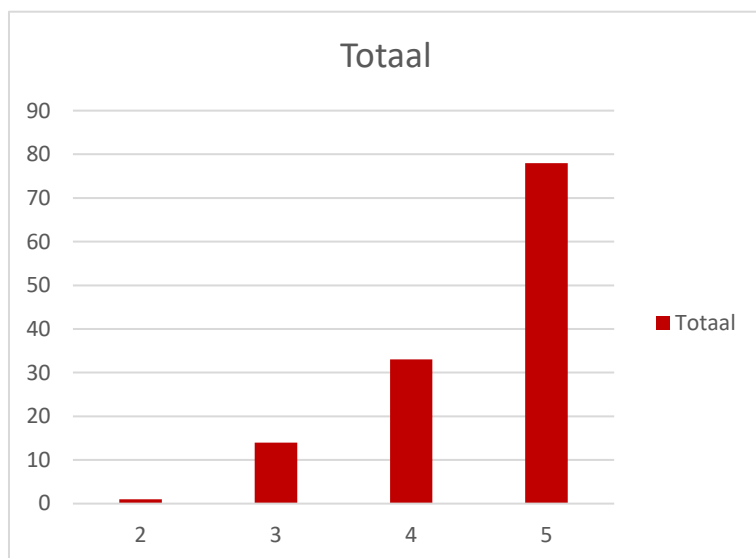
Vraag 4: Hoe belangrijk is de eigen regie en zelfredzaamheid van de inwoner voor u?

Antwoordmogelijkheden

Wordt er gekeken naar oplossingen om zelfredzaamheid te vergroten door u of andere betrokken professionals?

1 (Niet belangrijk)	0
2	1
3	14
4	33
5 (Heel belangrijk)	78
Totaal	126

Tabel 37



Figuur 30

In tabel .. en grafiek .. is te zien dat De antwoordmogelijkheid 5 (heel belangrijk) het vaakst is gekozen bij de vraag 'hoe belangrijk is de eigen regie en zelfredzaamheid van de inwoner voor u?'. Geen enkele respondent vindt de eigen regie en zelfredzaamheid totaal niet belangrijk. De respondenten die gekozen hebben voor antwoordmogelijkheden 3 en 4 zijn allen huishoudelijke verzorgenden.

Vraag 5: Waarom vindt u de eigen regie en de zelfredzaamheid van de inwoner wel/niet belangrijk?

Respondent	Wat is uw functie?	2. Waarom vindt u de eigen regie en de zelfredzaamheid van de inwoner wel/niet belangrijk?	Codes
1	Verzorgende of verpleegkundige	De toenemende werkdruk wordt mede veroorzaakt door de toenemende hulpvraag. Het is van belang dat mensen beseffen, dat zij medeverantwoordelijk zijn voor de gezondheid en de gevolgen daarvan.	Werkdruk, besef, medeverantwoordelijkheid
2	Verzorgende of verpleegkundige	Wanneer eigen regie kan blijven gevoerd, zorgt dat voor beter afgestemde zorg. Zelfredzaamheid is erg belangrijk, omdat overname van handelingen vaak betekent dat mensen de handelingen ook nooit meer zelf kunnen/willen doen.	Nooit meer kunnen/willen bij overname
3	Huishoudelijk verzorgende	Omdat ik zelf ook graag zo lang mogelijk zelfredzaam zou zijn en de regie in eigen handen zou willen houden, ik denk mijn cliënten dus ook	Zelf ook
4	Verzorgende of verpleegkundige	Het blijkt altijd weer in de contacten met cliënten dat eigen regie veel beter is, veel minder afhankelijk en geeft een betere invulling van de dag	Minder afhankelijk
5	Verzorgende of verpleegkundige	Eigen regie zegt iets over eigen zeggenschap over eigen leven. het is zo eigen en zo bepalend voor iemands gevoel van eigenwaarde en manier van leven. Komen veel aspecten naar boven wanneer je praat over regie.	Eigen waarde
6	Huishoudelijk verzorgende	Voor de eigenwaarde van de mensen. En het idee dat ze nog iets kunnen.	Eigen waarde
7	Verzorgende of verpleegkundige	Ik vind eigen regie belangrijk omdat ieder mens verdient wat hij nodig heeft. De bewoner kan vaak zelf nog heel goed aangeven wat hij/zij wil. Door dingen te gaan doen die de bewoner niet prettig vindt zal het geluk van deze bewoner in de weg staan wat weer negatieve invloed kan hebben op het functioneren. Door de zelfredzaamheid zo hoog mogelijk te houden voelt de bewoner zich ook nuttig en een onderdeel van de maatschappij.	Communicatie, nuttig, maatschappij
8	Verzorgende of verpleegkundige	Zo kan iemand zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen en ook kunnen keuzes zo goed afgestemd worden	Zelfstandig wonen, keuzes
9	Verzorgende of verpleegkundige	Omdat de arbeidsmarkt oververhit is en er te weinig personeel is om alles van de cliënt over te nemen. Daarbij geeft het bevorderen van zelfredzaamheid vaak	Personeelstekort, eigenwaarde

		ook positieve boost aan het zelfbeeld en eigenwaarde van de client.	
10	Verzorgende of verpleegkundige	Ervaring is dat cliënten gelukkiger zijn wanneer zij hun eigen regie behouden en hiertoe gestimuleerd worden. Hierdoor is vaak minder professionele zorg nodig.	Geluk, minder hulp
11	Huishoudelijk verzorgende	Door goed en eerlijk overleg kun je elkaar stimuleren dat samenwerken van waarde is op je leven en zelfvertrouwen en datgene wat iemand nog zelf kan veel belangrijker is dan datgene wat iemand niet méér kan doen.	Eigen kunnen, overleg, zelfvertrouwen
12	Verzorgende of verpleegkundige	Belangrijk voor de eigenwaarde en levensgeluk van mensen. Er zijn echter ook mensen die de eigen regie niet (meer) kunnen voeren, dan moet er iemand zijn die dat kan overnemen met inachtneming van de (hopelijk bekende) eigen normen en waarden van betreffende persoon.	Eigen waarde, levensgeluk
13	Verzorgende of verpleegkundige	Om mensen zo lang en gezond mogelijk thuis te laten worden is dit van belang.	Thuis wonen
14	Verzorgende of verpleegkundige	Gezien dit de gezondheid bevordert en zodoende weer gemakkelijker deel kan nemen aan de maatschappij. Ook de gezondheidszorg wordt zodoende geminimaliseerd.	Gezondheid, maatschappij, zog
15	Verzorgende of verpleegkundige	Beweging omdat ze anders hele dag stil zitten. Mensen moeten baas over hun eigen leven blijven hebben hun eigen gewoontes.	Beweging, eigen regie
16	Verzorgende of verpleegkundige	Het is goed om in beweging te blijven en goed voor de eigen waarde	Beweging, eigen waarde
17	Verzorgende of verpleegkundige	Belangrijk om zelf invulling te geven en zelf bepalen wat ze vinden en welke hulp ze nodig hebben	Zelf
18	Verzorgende of verpleegkundige	Het moet zo kunnen zijn dat een mens zijn eigen ding moet kunnen doen, waar en wanneer die dat maar wil	Eigen ding kunnen doen
19	Huishoudelijk verzorgende	Vind het belangrijk hoe de cliënt zich redt en dat ze het nog kunnen wat ze nog doen	Redden
20	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind dat een ander niet zomaar over iemand leven kan bepalen . En met hulp kan iemand nog lang thuis blijven in eigen omgeving dat vind ik belangrijk .	Thuis wonen
21	Huishoudelijk verzorgende	Stukje eigenwaarde.	Eigen waarde
22	Huishoudelijk verzorgende	Om te kijken wat er nodig is om voor de cliënt te doen	Kijken wat er nodig is

23	coach	zolang je eigen regie en zelfredzaamheid voorop stelt blijft de client in de lead.	Cliënt lead
24	Verzorgende of verpleegkundige	Ik vind het heel belangrijk dat mensen eigen keuzes en beslissingen kunnen maken, of dit op jonge leeftijd, op oude leeftijd, of ten tijde van ziekte is. Autonomie en zelfstandigheid of zelfredzaamheid vind ik heel belangrijke aspecten in de omgang met mensen.	Autonomie, zelfstandigheid, zelfredzaamheid
25	Verzorgende of verpleegkundige	Eigen regie vind ik heel belangrijk zolang je bij het (volle) verstand bent dan mag je over je eigen regie beslissen, als dit niet meer gaat dan vind ik dat derden over je mogen mee beslissen. Ook de zelfredzaamheid is heel belangrijk voor de oudere mens zo blijf je zolang meedraaien in de maatschappij.	Eigen keuzes, bij verstand
26	Verzorgende of verpleegkundige	Het is geen bewoner, maar een zelfstandig wonende client. Ik vind het belangrijk dat cliënten eigen regie hebben, waardoor er in goede samenspraak en juiste informatie beslissingen genomen kunnen worden over gezondheid/ziekte. Zelfredzaamheid maakt onafhankelijk.	Onafhankelijk
27	Verzorgende of verpleegkundige	Dan blijven de cliënten goed in hun leven staan, met eigen wensen. Waarden en normen zijn bespreekbaar en met goed overleg kan alles.	Waarden, normen, wensen
28	Verzorgende of verpleegkundige	Wanneer het kan, is het uiteindelijk voor elk mens beter zichzelf te kunnen redden. Of zover mogelijk. Maar blijf wel de client zien bebouw niet af, wanneer de client zich er niet gerust mee voelt.	Zelf redden
29	Verzorgende of verpleegkundige	Door eigen regie en zelfredzaamheid behouden de client hun eigen waarde en tellen ze mee in de maatschappij. Een stuk eigen regie houdt de zorg betaalbaar.	Eigen waarde
30	Verzorgende of verpleegkundige	Eigen regie en zelfredzaamheid geeft kwaliteit aan je leven.	Kwaliteit van leven
31	Huishoudelijk verzorgende	Ik doe eigenlijk alles zelf. Geen enkele cliënt die mij mee helpt.	Professionals doet zelf
32	Huishoudelijk verzorgende	Het is gewoon belangrijk voor de ouder	Belangrijk
33	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het fijn dat de bewoner zelf kan aangeven wat ik kan doen.	Zelf aangeven
34	Huishoudelijk verzorgende	Zodat ze het idee hebben dat ze er toe doen	Er toe doen
35	Huishoudelijk verzorgende	Eigen waarde en kunnen is erg belangrijk	Eigen waarde

36	Verzorgende of verpleegkundige	Enige afweging dient per persoon gemaakt te worden. M.n. op basis van cognitief niveau. Uiteindelijk dient maximale eigen regie te worden nagestreefd. Het containerbegrip zelfredzaamheid is daarvoor te beperkt. Denk ook aan omschrijvingen "samenredzaamheid" "voorliggende voorzieningen" en "positieve gezondheid (Machteld Huber)" "empowerment"	Cognitief
37	Huishoudelijk verzorgende	Wel belangrijk het zijn geen robots.	Mens zelf
38	Huishoudelijke hulp	Het is prettig als de mensen zichzelf kunnen redden al wordt het niet makkelijker	Niet makkelijker
39	Huishoudelijk verzorgende	Het is belangrijk dat de cliënten de dingen die ze nog kunnen doen ook blijven doen. Daar voelen ze zich goed bij. Vaak vinden ze het ook gezellig om het samen te doen als ze dat nog kunnen.	Samen
40	Huishoudelijk verzorgende	Om eenzaamheid te voorkomen	Eenzaamheid
41	Huishoudelijk verzorgende	Door samen te bespreken wat belangrijk is en vooral veel energie kost. Bepaalde dingen kunnen ze nog wel maar vergt wel veel waardoor ze minder kunnen wat de zelfredzaamheid betreft .	Samen
42	Huishoudelijk verzorgende	Omdat ze op die manier langer thuis kunnen blijven wonen en meer sociale contacten hebben	Sociaal, langer thuis
43	Huishoudelijk verzorgende	Cliënten vinden het zelf vaak vervelend als ze steeds minder kunnen. Ze voelen zich daardoor vaak een beetje nutteloos.	Minder kunnen, nutteloos
44	Verzorgende of verpleegkundige	Ik vind het belangrijk dat een cliënt zo lang mogelijk wat hij kan zelf te doen, zo blijft hij mobiel en is niet zo afhankelijk van anderen. Ook blijft zijn sociale leefomgeving dan beter in balans.	Mobiel, afhankelijk, sociaal
45	Huishoudelijk verzorgende	Soms is het fijn. Dat ze je kunnen vertellen wat ze het liefst gedaan willen hebben. Is dit niet het geval dan maak ik mijn eigen ronde door het huis.	Samen
46	Huishoudelijk verzorgende	Vind het heel belangrijk dat de inwoner zelf de regie zelf aangeeft en jij daar bij helpt zodat de inwoner zichzelf kan redden, soms kun je tips geven	Ondersteunen, zelf regie
47	Verzorgende of verpleegkundige	De client is op deze wijze in staat om zelf beslissingen te nemen betreffende zijn leven en wat hij wel of niet wenst	Zelf beslissen
48	Wijkverpleegkundige	Het is de sleutel tot zo lang mogelijk zelfstandig thuis te kunnen wonen	Thuis wonen

49	Verzorgende of verpleegkundige	Het zelfstandig zijn van een client is belangrijk voor zijn/haar gevoel van eigenwaarde. ook voor een cliënt die bepaalde dingen niet meer kan is het van belang dat hij dat wat hij/zij Langedijk vindt in het leven zo lang mogelijk kan doen, tevens is het van belang om de kosten van de gezondheidszorg te beperken.	Eigen waarde
50	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind dat het beter is dat, wat ze nog zelf kunnen, ook mooi zelf laten doen.	Zelf kunnen, zelf doen
51	Verzorgende of verpleegkundige	Zeer belangrijk zodat de cliënt in zijn kracht blijft en we kijken naar mogelijkheden en niet naar onmogelijkheden. Niet direct overnemen maar eerst vragen wat hebt u allemaal al gedaan en wat hebt u van ons nodig vind ik belangrijk	Gast
52	Verzorgende of verpleegkundige	Heel belangrijk omdat we te gast zijn bij de client	Zelfstandig
53	Huishoudelijk verzorgende	Zelfstandig dingen blijven en kunnen doen	Verschilt per persoon
54	Huishoudelijk verzorgende	Verschilt per persoon de ene kan het wel de andere niet. Dit weet je als hulp. Wij komen 1 keer per week mantelzorg verzorging komen vaker.	Zelf kunnen, eigen waarde
55	Huishoudelijk verzorgende	Die vind ik wel Belangrijk, als mensen nog zoveel mogelijk dingen zelf kunnen doen is dat goed voor hun eigenwaarde. Mensen voelen zich al snel nutteloos , maar willen ondanks hun leeftijd nog graag mee tellen .. het lichaam wordt ouder maar in hun hoofd blijven zei hetzelfde.	Eigen waarde, leeftijd
56	Huishoudelijk verzorgende	De client moet in hun eigen huis zelf de regie houden en met eventueel hulp zichzelf kunnen redden zodat ze nog fijn in hun eigen vertrouwde huis kunnen wonen.	Huis, wonen, regie
57	Huishoudelijk verzorgende	Je moet zoveel en lang mogelijk alles zelf doen om je geest alert te houden en fit	Zelf doen, geest, fit
58	Huishoudelijk verzorgende	Zelfstandig kunnen blijven wonen	Thuis wonen
59	Huishoudelijk verzorgende	meer regie geeft meer zelfstandigheid , beter voor lichaam en geest	Zelfstandigheid, lichaam, geest
60	Huishoudelijk verzorgende	meeste ouderen hebben geen goed gevoel als ze alles uit handen moeten geven worden ze niet happy van	Uit handen geven
61	Huishoudelijk verzorgende	Ik vraag altijd of ze zelf nog iets kunnen ook al is het maar iets kleins stof afnemen hoog afwassen zo blijven ze toch in beweging wat goed voor ze is	Beweging, eigen kunnen

62	Huishoudelijk verzorgende	Zelfstandigheid	Zelfstandigheid
63	Huishoudelijk verzorgende	Neutraal	Neutraal
64	Huisbezoeken voor huishoudelijke ondersteuning	Daar blijft iemand actief bij	Actief
65	Huishoudelijk verzorgende	Zolang mogelijk zelf de verantwoording dragen over zijn of haar leven	Zelfverantwoording
66	Huishoudelijk verzorgende	Zodat er meer mensen de hulp kunnen krijgen die nodig is	Hulp die nodig is
67	Huishoudelijk verzorgende	Het is hun laatste stukje eigenwaarde.	Eigen waarde
68	Huishoudelijk verzorgende	wat is zelfredzaamheid? kan op vele niveaus ouderen proberen het echt wel. niemand vraagt voor zijn/haar plezier om hulp.	Ouderen zelf proberen
69	Huishoudelijk verzorgende	Hierdoor kun je zien of het gehoor, het verstand en lichamelijke mankementen ontstaan	Mankementen
70	Huishoudelijk verzorgende	{Omdat de client dan controle heeft over haar/zijn huishouden!	Controle bij oudere
71	Huishoudelijk verzorgende	wel.	Wel
72	Huishoudelijk verzorgende	Ze hebben hun eigen dingen en behoeftes	Eigen behoeftes
73	Huishoudelijk verzorgende	Daardoor houden ze voor het grootste gedeelte zelf de regie over hun manier van leven.	Zelf regie
74	Huishoudelijk verzorgende	Geeft de mensen meer zelfvertrouwen wanneer ze alledaagse dingen nog zelf kunnen doen.	Zelf vertrouwen
75	Huishoudelijk verzorgende	Als de bewoner niet de regie kan voeren dan doe ik het voor haar of hem	Wanneer niet zelf lukt
76	Huishoudelijk verzorgende	geeft de cliënt zelf meer voldoening en blijft gevoel van zelfstandigheid bij de cliënt	Voldoening, zelfstandigheid
77	Huishoudelijk verzorgende	Het is voor de mensen toch belangrijk dat ze nog wat kunnen doen ook voor hun gevoel van onafhankelijkheid.	Onafhankelijkheid
78	Huishoudelijk verzorgende	Goed voor het actief blijven van de oudere	Actief blijven
79	Huishoudelijk verzorgende	Op elkaar af kunnen stemmen	Afstemmen
80	Huishoudelijk verzorgende	Zelf positief en beter omgaan	Positief
81	Huishoudelijk verzorgende	ik vind dat ze ook zelf zolang het mogelijk is over dingen wat hun aan gaat kunnen en mogen beslissen	Zelf beslissen
82	Huishoudelijk verzorgende	Ik doe ondersteuning geven in huishoudelijke taken. Kan ik overleggen wat te doen met de cliënten	Huishouden, overleggen
83	Huishoudelijk verzorgende	Dat ze zolang zelf moeten kunnen beslissen zolang dat t kan	Zelf beslissen

84	Huishoudelijk verzorgende	Ze willen nog graag nog zelf dingen doen. En ik kan ze er bij helpen.	Zelf dingen doen
85	Huishoudelijk verzorgende	Wel, want dan kan een bewoner zelf ook nog dingen in huishouden doen, en aangeven wat hij/zij fijn vindt	Zelf aangeven
86	Huishoudelijk verzorgende	Wij zijn er om te helpen en de regie geheel of gedeeltelijk over te nemen	Regie overnemen
87	Huishoudelijk verzorgende	Zodat ze zelf kunnen zeggen wat ze g Raag gedaan willen hebben wat ze zelf niet kunnen	Zelf kunnen
88	Huishoudelijke ondersteuning	Ze kunnen heel goed zelf aangeven wat ze graag gedaan willen hebben en ik vind het goed dat ze meehelpen zodat ze niet de hele dag maar in de stoel zitten. Ik heb er erge moeite mee dat ouderen vaak behandeld worden als onmondige kleine kinderen.	Zelf aangeven, meehelpen.
89	Huishoudelijk verzorgende	Geeft de cliënten t gevoel dat ze er toe doen.	Er toe doen
90	Huishoudelijk verzorgende	Zodat de bewoner niet het idee krijgt dat hij of zij niks meer kan of te vertellen heeft. Positieve stimulatie is mijn motto.	Positieve stimulatie
91	Huishoudelijk verzorgende	Het is wel belangrijk. Anders kan een inwoner niet meer zelfstandig wonen.	Zelfstandig wonen
92	Huishoudelijk verzorgende	Zolang het verantwoord is vind ik het heel belangrijk dat de cliënt nog thuis kan blijven wonen en als wij daar bij kunnen helpen is het toch geweldig	Thuis wonen
93	Huishoudelijk verzorgende	Ze kunnen dan over hun eigen leven beslissen.	Eigen beslissingen
94	Huishoudelijk verzorgende	Zodat zij betrokken blijven bij het leven, dagelijkse doen en laten, in beweging blijven, niet vervelen.	Bewegen, betrokken
95	Huishoudelijk verzorgende	Ik kom bij mensen die zelfstandig wonen. Het lijkt mij beter om op oudere leeftijd zo veel mogelijk zelf te doen, indien mogelijk. Dit bevordert de zelfredzaamheid.	Zelfredzaamheid bevorderen
96	Huishoudelijk verzorgende	Omdat mensen zo lang mogelijk in hun eigen omgeving kunnen blijven	Eigen omgeving
97	Huishoudelijk verzorgende	Zelfredzaamheid omdat ze dan nog een deel regie kunnen houden in het dagelijks leven	Eigen regie
98	Huishoudelijk verzorgende	Ze blijven in beweging , en veel onder mensen ook belangrijk	Beweging
99	Huishoudelijk verzorgende	De cliënt voelt zich nog nuttig en mee tellen wanneer ze zelf nog wat kunnen en niet volledig afhankelijk zijn van hulp .	Afhankelijk, meetellen
100	Huishoudelijk verzorgende	De inwoner moet op respectvolle manier ondersteuning krijgen, maar wel gestuurd worden om zo veel mogelijk nog zelf te doen	Respectvol, eigen kunnen

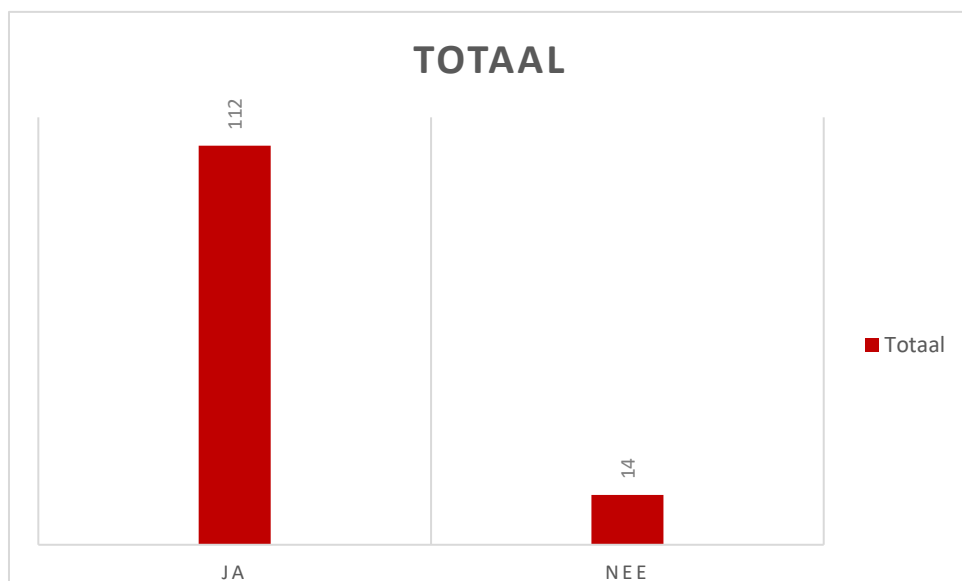
101	Huishoudelijk verzorgende	Ik ga bij volwassenen mensen bij hen thuis. Het is belangrijk dat zij zo voelen.	Volwassen mensen
102	Huishoudelijk verzorgende	Zodat we ons allemaal goed voelen en makkelijker werk kan doen	Goed voelen
103	Huishoudelijk verzorgende	Wel	Wel
104	Huishoudelijk verzorgende	Belangrijk	Belangrijk
105	Huishoudelijk verzorgende	Ze kunnen dan langer thuis wonen wat de meeste toch het liefste willen.	Langer thuis wonen
106	Huishoudelijk verzorgende	Om bezig te blijven	Bezig blijven
107	Huishoudelijk verzorgende	Vervoer	Vervoer
108	Huishoudelijk verzorgende	Mensen willen het liefst zo lang mogelijk in hun eigen woning blijven en dan is tevens alle hulp welkom	Eigen woning
109	Huishoudelijk verzorgende	Indien mogelijk zo lang mogelijk zelfstandig blijven met de zo nodige bijbehorende tools	Zelfstandig
110	Huishoudelijk verzorgende	ouder worden is niet altijd even leuk, omdat ook nog te moeten verhuizen maakt het vaak nog moeilijker, mensen hebben nu vaak het idee dat ze er nog toe doen	Verhuizen
111	Huishoudelijk verzorgende	Voor een zinvol leven, een cliënt moet het gevoel hebben dat ze er nog toedoen	Zinvol leven
112	Huishoudelijk verzorgende	zodat ze zo lang mogelijk op zichzelf kunnen blijven maar wel met hulp	Zelf kunnen
113	Huishoudelijk verzorgende	Wel belangrijk	Belangrijk
114	Huishoudelijk verzorgende	Je moet iedereen in zijn waarde laten.	In waarde laten
115	Huishoudelijk verzorgende	Dat ze zelf kunne redden	Zelf redden
116	Huishoudelijk verzorgende	Wel	Wel
117	Huishoudelijk verzorgende	!	-
118	Huishoudelijk verzorgende	Dat de oudere nog in eigen huis kan blijven wonen en niet naar ouderen flat	Wonen
119	Huishoudelijk verzorgende	Ik vind het vooral belangrijk dat ze voelen de regie nog in handen te hebben als ze niet zelfredzaam meer zijn. Bijvoorbeeld dat hun huis zo ingedeeld blijft zoals zij dat willen en dat er ook schoongemaakt wordt op de manier die zij gewent waren.	Regie in handen
120	Huishoudelijk verzorgende	Wat je nog kunt doen	Wat je nog kunt
121	Huishoudelijk verzorgende	Ik weet niet	-

122	Huishoudelijk verzorgende	dat als je weg gaat dat de client zichzelf redt dan heb je als je weg bent geen rot gevoel	Zichzelf redden
123	Huishoudelijk verzorgende	Omdat ze zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen, in hun vertrouwde omgeving	Thuis wonen
124	Huishoudelijk verzorgende	Dat ze nog zo lang nog in hun eigen omgeven kunnen zijn	Eigen omgeving
125	Huishoudelijk verzorgende	Zolang cliënten nog zelfstandig thuis kunnen wonen en wij hun daar in kunnen ondersteunen , hoe mooi is dat. En dat ze hun eigen regie kunnen behouden.	Thuis wonen, eigen regie
126	Huishoudelijk verzorgende	Bij mensen die de regie nog in eigen handen kunnen hebben, vind ik het erg belangrijk dat hun ook weten dat hun nog steeds "baas in eigen huis" zijn en ook mogen zijn. Ik stimuleer de mensen dan ook om dingen die ze zelf kunnen doen, zo veel mogelijk te gaan doen. Ik kijk hier zelf ook bij elk zorg moment of hun bepaalde dingen op die ochtend ook aan kunnen en waar nodig pas ik mijn werk erop aan.	Eigen regie, stimuleren

Vraag 6: Bespreekt u de manier van gezond en zelfredzaam ouder worden met de oudere inwoner?

Antwoordmogelijkheden	Bespreekt u de manier van gezond en zelfredzaam ouder worden met de oudere inwoner?
Ja	112
Nee	14
Totaal	126

Tabel 38



Figuur 31

Grotendeel van de respondenten geeft aan de manier van gezond en zelfredzaam ouder worden te bespreken, zoals is te zien in tabel ... en grafiek ... In vraag 7 wordt toegelicht op welke manier deze professionals

het bespreekbaar maken.

Vraag 7: Zo ja, hoe maakt u dit bespreekbaar?

Respondent	Wat is uw functie?	Zo ja, hoe maakt u dit bespreekbaar?	Codes
1	Verzorgende of verpleegkundige	Door te vragen hoe zij de toekomst zien en wat voor hen kwaliteit van leven is. Open vragen stellen om actief te kunnen luisteren.	Toekomst, kwaliteit van leven, open vragen
2	Verzorgende of verpleegkundige	Meestal al tijdens de intake, maar ook tijdens het verdere verloop v.d. zorg.	Bij intake, verder verloop
3	Huishoudelijk verzorgende	In gesprekken met de bewoner	In gesprek
4	Verzorgende of verpleegkundige	Telkens wanneer er zorg wordt gegeven of meer zorg wordt gevraagd of wanneer ik zelf zie dat het anders kan	Zorg moment
5	Verzorgende of verpleegkundige	Door eerlijk het gesprek aan te gaan en niet te zwijgen.	Eerlijk, niet zwijgen
6	Huishoudelijk verzorgende	Tijdens een gesprek te overleggen met de client hoe ze zelf denken dat het ook zou kunnen.	Gesprek, mening client
7	Verzorgende of verpleegkundige	Ik zal dit met de bewoner bespreken tijdens de zorg of bij het gezamenlijke koffie/thee drinken. Bij medicatie zal ik dat doen op het moment van aanreiken van de medicatie. Indien de bewoner cognitief sterk heeft moeten inleveren bespreek ik dit met eerstverantwoordelijke van de familie.	Bespreken met bewoner
8	Verzorgende of verpleegkundige	Tijdens een intake of evaluatie maak ik dit bespreekbaar	Intake of evaluatie, bespreekbaar
9	Verzorgende of verpleegkundige	Tijdens de zorg, wanneer een cliënt zichtbaar ergens tegen aanloopt m.b.t. belemmeringen bij de zelfredzaamheid, of onder het genot van een kop thee/koffie aan de keukentafel of tijdens een evaluatiemoment.	Wanneer client ergens tegen aan loopt
10	Verzorgende of verpleegkundige	Tijdens een indicatie-gesprek of bijv. tijdens de zorg. Tips- en adviezen geven, maar ook mensen hiertoe te stimuleren.	Indicatie gesprek
11	Huishoudelijk verzorgende	Bij al m'n cliënten heb ik vanaf dag 1 besproken dat we eerlijk naar elkaar toe kunnen en mogen zijn, aangeven wat wel of niet van elkaar verlangt kan of mag worden en de hulp die geboden wordt is ter ondersteuning van de cliënt die de aanvraag doet en niet zoals soms gedacht wordt dat een hulp alles overneemt wat huishouding betreft en de cliënt maar kan "bevelen" wat hij/zij gedaan wil hebben. Zo heb ik 2 cliënten inmiddels over de	Afspraken, hulpmiddelen, advies

		drempel van aanschaf van een traplift geholpen wat hun veel gemak biedt omdat traplopen hen veel energie koste. Medicatie vind ik lastig inschatten aangezien ik geen medische achtergrond heb en zal daar niet gauw advies over geven, maar als ik merk dat een cliënt door nieuwe of andere medicatie zich slechter is gaan voelen of dit aangeeft, probeer ik hem of haar wel te adviseren om contact op te nemen met huisarts of medisch specialist om dit te bespreken.	
12	Verzorgende of verpleegkundige	Tijdens zorgmomenten of in een apart gesprek. Soms moeten mensen ook over een drempel om juist hulp te aanvaarden om langer thuis te kunnen blijven wonen. De meeste mensen vinden het prettig om alles zo lang mogelijk zelf te kunnen doen en niet afhankelijk te zijn. Slechts een enkeling vindt het wel makkelijk om geholpen te worden, maar vaak speelt dan een sociale component mee	Zorgmomenten, zelfstandigheid
13	Verzorgende of verpleegkundige	D.m.v. een positief gesprek waarin we het hebben over wat iemand nog zelf kan en daardoor toch nog meer dingen op kan pakken dan de persoon in eerste instantie dacht.	Positief gesprek
14	Verzorgende of verpleegkundige	Tijdens een indicatie gesprek en tijdens de zorg. Dit wordt ook vast gelegd in het zorgplan.	Indicatie gesprek
15	Verzorgende of verpleegkundige	.	-
16	Verzorgende of verpleegkundige	Ik leg uit waarom ik de client bepaalde handelingen laat doen	Uitleggen
17	Verzorgende of verpleegkundige	Tijdens de zorg en of er inderdaad mogelijkheden zijn die voor die persoon zouden kunnen werken afhankelijk van situatie conditie en ziekte beelden	Kijken naar mogelijkheden
18	Verzorgende of verpleegkundige	Bespreken met de client of iets wel zo handig is, zoals kledjes op de vloer. Het is natuurlijk wel diegene zijn eigen verantwoordelijkheid en ik ga er niet mee in discussie	Tips wonen, geen discussie
19	Huishoudelijk verzorgende	Je komt er al snel achter wat een cliënt wel en niet kan.	Komt erachter
20	Huishoudelijk verzorgende	Ik probeer de mensen zoveel mogelijk te betrekken bij alles wat ik doe . En dan komt dat gesprek ook beter op gang .	Betrekken, gesprek
21	Huishoudelijk verzorgende	Gewoon over praten! Tips geven	Tips
22	Huishoudelijk verzorgende	Dat ze hier zelf veel positief effect van hebben!	Positief effect

23	coach	binnen teams bij cliëntbesprekingen. Binnen samenwerking bij gemeenten en netwerkpartners vanuit de kracht van positieve gezondheid	Binnen teams
24	Verzorgende of verpleegkundige	Door tijdens gesprekken het hierover met ze te hebben, als wijkverpleegkundige voeren we veel gesprekken met cliënten, ook indicatie gesprekken en tijdens dit soort gesprekken komen veel van deze onderwerpen aan bod.	Gesprekken, indicatie
25	Verzorgende of verpleegkundige	Met de mensen in gesprek gaan wat de mogelijkheden zijn, als het niet alleen gaat met de oudere dan fam vragen om aan te schuiven en dan met elkaar brainstormen.	Gesprek, mogelijkheden
26	Verzorgende of verpleegkundige	Bij een intake. In het zorgplan dat samen met de cliënt wordt vastgesteld. Tijdens zorgmomenten/evaluatie.	Intake, zorgplan
27	Verzorgende of verpleegkundige	Door tijd te nemen, open en eerlijk rustig bespreken. Vragen of ze het eens zijn met de vraag. Of ze het willen proberen en er op terug komen, hiervoor een tijd afspreken.	Tijd nemen, open, eerlijk
28	Verzorgende of verpleegkundige	Tijdens de zorg komt dit vaak ter sprake.	Tijdens de zorg
29	Verzorgende of verpleegkundige	Dit komt tijdens de intake aan de orde. Er wordt samen met de cliënt gekeken wat de cliënt denkt nodig te hebben aan zorg en wat er ingezet dient te worden om dit te realiseren.	Intake
30	Verzorgende of verpleegkundige	Wanneer de oudere hier zelf over begint of wanneer de situatie er naar is. Of wanneer het nodig is.	Wanneer oudere over begint of nodig is
31	Huishoudelijk verzorgende	Wordt niet besproken	Niet besproken
32	Huishoudelijk verzorgende	Om te vragen kun u mij misschien even helpen?	Vragen
33	Huishoudelijk verzorgende	.	-
34	Huishoudelijk verzorgende	Vragen of er meubels anders moeten staan zodat de doorloop makkelijker wordt	Vragen/tips
35	Huishoudelijk verzorgende	We bespreken wat we gaan doen	Bespreken
36	Verzorgende of verpleegkundige	Wederom afhankelijk van situatie en (ook professionele) toekomstverwachtingen. Puur preventief heeft mijn professie momenteel geen capaciteit toe. Mijn acties zijn dan ook veelal "secundair" en "tertair" preventief in Jargon. Als verpleegkundige werken wij doelmatig in een cyclisch proces.	Verwijzen

		Daarnaast werk ik waar mogelijk en nodig graag multidisciplinair en verwijst waar nodig. Dat kan zowel voorliggende- als professionele- als mantelzorg zijn. Zelf ben ik (en zo zie ik mijn beroep ook) een specialist generalist. Ik weet van veel dingen afdoende af. En heb daarnaast een breed netwerk om gebruik van te maken indien er specifiekere vraagstelling ontstaat.	
37	Huishoudelijk verzorgende	Niet van toepassing	-
38	Huishoudelijke hulp	Komt vaak vanzelf in de spraak te pas	Vanzelf te spraak
39	Huishoudelijk verzorgende	Je leert je vaste cliënten goed kennen als je er al een poos komt. Dan zie je wel wat wel of niet kan. Bij de cliënten die niets meer kunnen dring ik er niet op aan dat ze mee moeten helpen. Maar bij cliënten die nog wel wat kunnen die probeer ik wel te motiveren om mee te helpen. De ene keer willen ze wel helpen. Maar soms hebben ze er ook geen zin.	Motiveren
40	Huishoudelijk verzorgende	Met een lach en humor	Lach, humor
41	Huishoudelijk verzorgende	Dit gaat vanzelf als je dingen ziet. Bijvoorbeeld boodschappen niet onder in de kast. Een wasbak pv een mand .	Gaat vanzelf
42	Huishoudelijk verzorgende	Door gewoon het gesprek aan te gaan, ze te betrekken bij de werkzaamheden	Gesprek, betrekken
43	Huishoudelijk verzorgende	Daar waar mogelijk probeer ik wel te stimuleren om dingen zelf te doen.	Stimuleren
44	Verzorgende of verpleegkundige	Door in gesprek te gaan met cliënt en evt. familie leden	In gesprek gaan
45	Huishoudelijk verzorgende	Sommigen doen heel veel nog zelf. N ik geef aan Dat ik Dat knap vind. Maar wel Dat ze DE zwaardere klussen laten liggen voor mij. Omdat ik het niet fin. Vind Dat iemand van 80 + nog op n trapje gaat.	Veel zelf
46	Huishoudelijk verzorgende	Als je aan het werk bent. Kijk even in de koelkast als die schoon is. Zie eten liggen wat er niet fris uitziet. Dan zeg ik er wat van. Probeer de inwoner te stimuleren om mij een beetje te helpen opruimen, planten verzorgen, afstoffen, samen dingen doen wordt als gezellig ervaren en aandacht	Stimuleren, aandacht
47	Verzorgende of verpleegkundige	Vaak tijdens intake, soms tussentijds en soms als problemen aandienen	Intake

48	Wijkverpleegkundige	Tijdens intake gesprekken en tijdens de zorg momenten of tijdens overleg momenten met familie en mantelzorger	Intake en zorg momenten
49	Verzorgende of verpleegkundige	Ik ga terwijl ik de zorg verleen in gesprek met de cliënt over wat ik zie, bespreek welke dingen gevaarlijk kunnen zijn, draag oplossingen aan, benoem het belang hiervan. Laat mensen erover nadenken en kom er op een later moment nog eens op terug. Ook help ik mensen op weg met hoe ze aan dingen kunnen komen, wijs ze de weg in hulpmiddelenland en help ze als het niet lukt dit zelf te regelen. Ik bespreek het belang van bewegen, zelf dingen te doen en ben altijd erg bezig geweest met de cliënt dat wat hij/zij zelf kan ook zelf te laten doen. In het verleden konden we als teams wijkverpleging hier meer in betekenen omdat er meer geld was voor preventief werk, ik heb ouderenhuisbezoeken gebracht, had een aantal cliënten waar ik kwam om ze op weg te helpen met bepaalde dingen, waarbij de cliënt het nadien weer zelf op kon pakken. Binnen de organisatie waar ik werk heeft het bevorderen van de zelfredzaamheid altijd voorop gestaan, (Zorg Accent)	Reablement, zelfredzaamheid
50	Huishoudelijk verzorgende	Gewoon, erover praten en vragen.	Praten, vragen
51	Verzorgende of verpleegkundige	Ja maar dat moet geen benadering op Zich zijn. Je moet ook oog houden voor cliënten die het echt niet kunnen. Die groep moet je niet uit het oog gaan verliezen	Oog op cliënt
52	Verzorgende of verpleegkundige	Ja	Ja
53	Huishoudelijk verzorgende	In de tijd dat ik bij de bewoner ben	Tijd
54	Huishoudelijk verzorgende	Vaak geven de cliënten dit zelf aan.	Geven zelf aan
55	Huishoudelijk verzorgende	Heel gewoon onder een kopje koffie , of tijdens t werken.. vragen staat vrij en dat vraag ik dan ook gewoon. Je geeft mensen dan toch ook het gevoel dat je interesse in ze toont .	Vragen
56	Huishoudelijk verzorgende	Bij het koffie drinken soms iets vertellen en ze op die manier duidelijk te maken dat iets makkelijker kan of via een filmpje op de telefoon iets laten zien. Of ik zeg ook wel eens iets van goh mijn oma of buurvrouw doet het zo en dat werkt heel fijn	Tips, kennis, video's

57	Huishoudelijk verzorgende	Goede duidelijke gesprekken En tijd nemen hiervoor	Tijd, gesprekken
58	Huishoudelijk verzorgende	Over praten	Praten
59	Huishoudelijk verzorgende	Informeel gesprekken bij de koffie en soms een dringend advies	Informeel gesprekken, advies
60	Huishoudelijk verzorgende	als er wat gebeurt in de buurt of iets van tv dan bespreek je sommige dingen of als ze zelf niet iets meer kunnen en ik weet iets wat voor hen een grote hulp zou zijn om het zelf te doen dan bespreken we dat	Bespreken van gebeurtenissen
61	Huishoudelijk verzorgende	Onder de koffie praat ik er vaak over of op eind van de ochtend de cliënt geeft dan aan wat ze wel niet meer kunnen	Praten
62	Huishoudelijk verzorgende	Benoemen zoals het is.	Benoemen
63	Huishoudelijk verzorgende	Nee, dat laat ik aan professionals over. Geen taak voor huishoudelijke hulp	Geen taak voor professional
64	Huisbezoeken voor huishoudelijke ondersteuning	Het met de cliënt bespreken en samen kijken naar oplossingen	Bespreken, samen
65	Huishoudelijk verzorgende	Vragen hoe het met hen gaat en van daaruit verder praten	Praten
66	Huishoudelijk verzorgende	Aanvoelen hoe een client is en als t dan ter sprake komt er open maar vooral ook eerlijk over praten en vragen of ze moeite hebben met t een of ander waar ik misschien een tip voor heb	Over praten
67	Huishoudelijk verzorgende	Als HH geef je geen advies over medicatie. Wel dingen laten doen die ze zelf nog kunnen. Bv afstoffen.	Advies
68	Huishoudelijk verzorgende	NEE want ik zie zelf wel wat ze wel en niet kunnen	Ziet zelf
69	Huishoudelijk verzorgende	Bij iedereen verschillend. De een geef je een handreiking bij zelf opruimen van .. De ander helpen bij papieren voor doktersbezoeken . Een volgende praten en ondertussen koffie drinken. Enz.	Helpen
70	Huishoudelijk verzorgende	Op een vriendelijke manier. Gezellig bij een kopje thee of koffie!	Vriendelijk
71	Huishoudelijk verzorgende	ja, met de bewoner.	Met de bewoner
72	Huishoudelijk verzorgende	Door er met ze over te praten / kletsen babbeltje maken	Praten
73	Huishoudelijk verzorgende	Door tips te geven terwijl ik aan het werken bij de cliënt.	Tips
74	Huishoudelijk verzorgende	Door tips te geven of te zeggen dat er hulpmiddelen zijn voor bepaalde dingen	Tips, hulpmiddelen
75	Huishoudelijk verzorgende	Door het gesprek aan te gaan	Gesprek
76	Huishoudelijk verzorgende	n.v.t.	-

77	Huishoudelijk verzorgende	Je kunt de mensen bepaalde raad geven, maar ze zijn zelf diegene die moet beslissen of ze het aannemen of niet.	Eigen beslissing
78	Huishoudelijk verzorgende	Tijdens de koffie over beginnen	Tijdens koffie
79	Huishoudelijk verzorgende	Samen met cliënt	Samen
80	Huishoudelijk verzorgende	Hun vertellen zelf het verhaal en dan kun je beetje op inspreken of mee praten dat ze het misschien zelf kunnen proberen	Mee praten
81	Huishoudelijk verzorgende	N.v.t.	-
82	Huishoudelijk verzorgende	Heb nee ingevuld	-
83	Huishoudelijk verzorgende	Omdat ik niet vind dat ik de oudere mensen nu moet vertellen wat ze wel of niet mogen dat voor familie ben maar huishoudelijk hulp	Niet mijn beslissing
84	Huishoudelijk verzorgende	Om zelf nog dingen te doen vinden de mensen erg belangrijk. Ps. kan niet bij iedereen hoor	Zelf dingen doen
85	Huishoudelijk verzorgende	Tijdens de koffie, rustig bespreken	Tijdens koffie, rust
86	Huishoudelijk verzorgende	In overleg	Overleg
87	Huishoudelijk verzorgende	Ik probeer meestal advies te geven en dat wateren ze vaak wel	Advies
88	Huishoudelijke ondersteuning	Ik kan gelukkig met mijn cliënten overal over praten....we behandelen elkaar met respect.	Praten, respect
89	Huishoudelijk verzorgende	Door open en eerlijk te zijn.	Open, eerlijk
90	Huishoudelijk verzorgende	Door uit te leggen wat ik doe en hoe en waarom. Als ik wat tegenkom Direct bespreekbaar maken op een vriendelijke manier .	Uitleggen, bespreekbaar
91	Huishoudelijk verzorgende	Ik vraag de inwoner/cliënt wat ze zelf kunnen. Zelf afstoffen, zelf de afwas doen. De vensterbank leeg maken, zodat ik een keer ramen kan zemen. Wij hebben onvoldoende tijd om een keer iets extra's te doen voor de client/inwoner. Ik bespreek niet met een inwoner/hoe hij/zij het veiliger kan maken. Losse kledjes enz.	Vragen, tijd
92	Huishoudelijk verzorgende	Ik kom met ideeën hoe we dingen kunnen aanpakken maar dit doen we alleen als de cliënt het er mee eens is	Ideeën
93	Huishoudelijk verzorgende	Niet mee gemaakt	-
94	Huishoudelijk verzorgende	Hetgeen ik boven heb aangegeven, ook aangeven aan de ouderen (als advies).	Advies

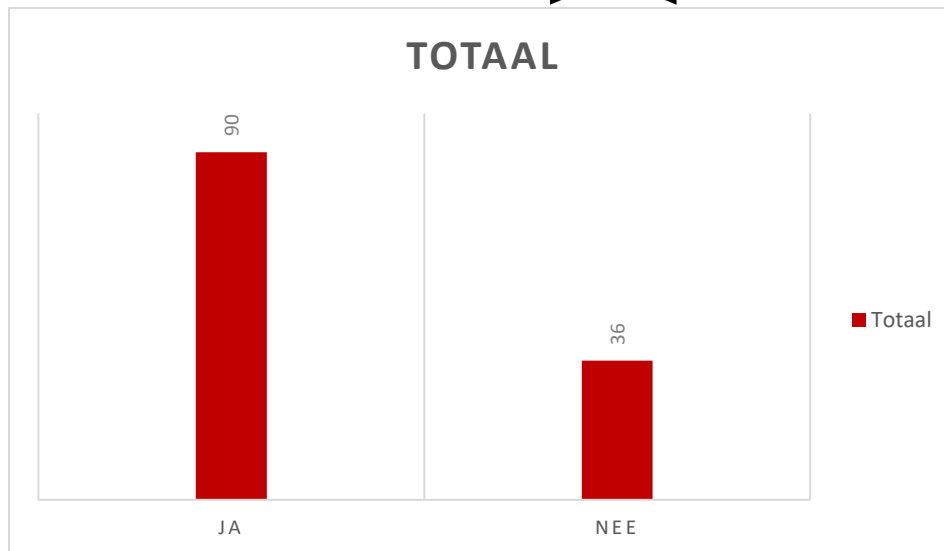
95	Huishoudelijk verzorgende	De mensen waar ik werk doen dat eigenlijk uit , dat hoef ik bij hen niet te stimuleren.	Doen ze zelf
96	Huishoudelijk verzorgende	Door er over te praten met de mensen waar ik kom	Praten
97	Huishoudelijk verzorgende	Tijdens mijn werkzaamheden wordt gepraat met de cliënten hoe ze zich voelen en wat ze gedaan hebben en over hoe het ze dit dan afgaat	Praten, vragen
98	Huishoudelijk verzorgende	Gewoon een gesprek beginnen	Gesprek
99	Huishoudelijk verzorgende	Wanneer de cliënt aangeeft “ niets “ meer te kunnen en er geen zin meer in heeft , dan probeer ik altijd de positieve kanten te benadrukken van wat ze nog wel kunnen	Positieve benadering
100	Huishoudelijk verzorgende	Zodra een situatie zich aandient, probeer ik het erover te hebben	Praten
101	Huishoudelijk verzorgende	Wij praten samen veel, en zij vinden leuk en interessant om adviezen of tips te krijgen	Praten, advies, tips
102	Huishoudelijk verzorgende	Vaak doe ik dat door te zeggen dat ik het knap vind dat mensen nog zoveel kunnen.	Positief benaderen
103	Huishoudelijk verzorgende	Client	Client
104	Huishoudelijk verzorgende	Sociale contact en bespreek dit goed mogelijk	Sociaal contact
105	Huishoudelijk verzorgende	Heel verschillend per client.	Verskillend
106	Huishoudelijk verzorgende	Om het onderwerp naar voren re brengen in een gesprek	Gesprek
107	Huishoudelijk verzorgende	Wat heeft u deze week gedaan waar u blij van wordt....	Gesprek
108	Huishoudelijk verzorgende	Maar is moeilijk er zijn soms situaties dat ik denk dat ze beter in een verzorgingshuis kunnen wonen	Moeilijk, situaties
109	Huishoudelijk verzorgende	Antwoord is nee	-
110	Huishoudelijk verzorgende	door met ze te kletsen en te wijzen op de dingen die ze toch zelf nog allemaal doen.	Positieve benadering
111	Huishoudelijk verzorgende	Kijken waar de interesse van een cliënt ligt, om zo de cliënt enthousiast te krijgen om leuke dingen te doen	Interesse, enthousiast
112	Huishoudelijk verzorgende	door een normaal praatje te maken en een luisterend oor te bieden	Praatje, luisterend oor
113	Huishoudelijk verzorgende	Wat ik allemaal tegen kom	Tegen kom
114	Huishoudelijk verzorgende	Zo vaak als nodig is	Als nodig
115	Huishoudelijk verzorgende	Met de cliënten praten	Praten

116	Huishoudelijk verzorgende	Door er met de client erover te hebben en samen kijken wat men nog zelf kan of niet	Praten, samen
117	Huishoudelijk verzorgende	Gewoon op een leuke manier zeggen.	Leuke benadering
118	Huishoudelijk verzorgende	Gewoon over praten!	Praten
119	Huishoudelijk verzorgende	Als het nodig is zal ik hier een opmerking over maken als we rustig zitten te praten maar met de huidige uren en werkdruk is er weinig tijd om praatje te maken.	Tijd, werkdruk, praatje
120	Huishoudelijk verzorgende	Communicatie	Communicatie
121	Huishoudelijk verzorgende	Afspraak	Afspraak
122	Huishoudelijk verzorgende	door met ze in gesprek te gaan	Gesprek
123	Huishoudelijk verzorgende	Door te vragen en sommige dingen samen te doen	Vragen
124	Huishoudelijk verzorgende	Samen in overleg en door te vragen	In overleg, samen
125	Huishoudelijk verzorgende	Gewoon het gesprek daar over aangaan.	Gesprek
126	Huishoudelijk verzorgende	Ik ben iemand die zulke dingen bespreekt met de cliënten en dat dan op een rustige en respectvolle manier. En soms hebben mensen nodig dat het op een luchtige, grappige manier gebracht wordt, maar dat is ook weer verschillend van persoon tot persoon	Verskillend

Vraag 8: Wordt er gekeken naar oplossingen om zelfredzaamheid te vergroten door u of andere betrokken professionals?

Antwoordmogelijkheden	Wordt er gekeken naar oplossingen om zelfredzaamheid te vergroten door u of andere betrokken professionals?
Ja	90
Nee	36
Totaal	126

Tabel 39



71.43% van de respondenten geeft aan dat er gekeken wordt naar oplossing om de zelfredzaamheid te vergroten. De overige 28.57% geeft aan dat dit niet gebeurt.

Figuur 32

Vraag 9: Op welke manier behoudt u de zelfredzaamheid bij de oudere inwoner zelf?

Respondent	Wat is uw functie?	Op welke manier behoudt u de zelfredzaamheid bij de oudere inwoner zelf?	Codes
1	Verzorgende of verpleegkundige	Bij persoonlijke verzorging heb ik veelal een begeleidende rol. Bijvoorbeeld: als mensen bang zijn om te vallen. Zet ik een stoel in de badkamer en laat ik hen de persoonlijke verzorging uitvoeren. Of: iemand mag niet bukken, dan neem ik datgene over wat niet meer kan, de rest wordt door de cliënt overgenomen. Ik zeg altijd: rust, is roest en dat werkt vaak.	Begeleidende rol, zelf proberen
2	Verzorgende of verpleegkundige	Cliënten laten we zelf doen wat mogelijk is. Als ze thuis wonen lukt koffie zetten en eten maken meestal zelf nog. Er wordt altijd gevraagd: waar heeft u hulp bij nodig, wat lukt echt niet meer zelf.	Zelf doen, wat mogelijk
3	Huishoudelijk verzorgende	Zelf koffie laten zetten en ze zelf laten beslissen wat ik ga doen die dag of samen doen	Zelf laten beslissen
4	Verzorgende of verpleegkundige	Ik spring pas in als het echt niet gaat, ik laat me lekker een kopje voorzetten en merk dat het best voldoening geeft wanneer de client dat voor mij kan doen	Zelf laten doen
5	Verzorgende of verpleegkundige	Proberen te betrekken bij de activiteiten.	Betrekken bij activiteiten
6	Huishoudelijk verzorgende	De meeste cliënten van mij kunnen het zelf wel, Bij psychische zorg bespreek ik of ze baat zouden hebben bij een	Kunnen het zelf, doorverwijzen/adviseren

		praktijkondersteuner voor gesprekken. Zoals nu een client met rouwverwerking.	
7	Verzorgende of verpleegkundige	Ik probeer zoveel als mogelijk de bewoner te activeren stimuleren om dat zelf te doen. Hierbij geef altijd aan wat de reden daar achter is.	Stimuleren, uitleg (reden)
8	Verzorgende of verpleegkundige	Ik probeer het eerst iemand zelf te laten doen, gaat dat niet dan bied ik aan te helpen	Zelf laten doen
9	Verzorgende of verpleegkundige	Door te kijken naar hulpmiddelen die de zelfredzaamheid kunnen bevorderen, zoals een knopenhaak, aantrek hulpmiddel voor steunkousen, douchekrukje bij de douche, zodat de client zichzelf zittend kan douchen etc.	Hulpmiddelen
10	Verzorgende of verpleegkundige	Inzetten van zorgtechnologie en hulpmiddelen. Cliënten zelf de krant uit de brievenbus te late halen, zelf koffie of thee te laten zetten. Zelf hun gezicht wassen en noem maar op.	Zorg technologie, hulpmiddelen
11	Huishoudelijk verzorgende	Vanuit mijn werkgever is mij nadrukkelijk gezegd dat de tijd die ik heb gekregen bij een cliënt nadrukkelijk is gegeven om mijn werkzaamheden te verrichten en deze niet bedoeld is om koffie te drinken of sociale contacten te vullen, waardoor ik dus zelf nooit de stap zal nemen bij mijn cliënten om zelf koffie te zetten. Gelukkig hebben mijn cliënten wel het initiatief daarin om hun dankbaarheid te tonen, en hier mee aan te geven dat ze vinden dat ik meer van waarde ben als hun hulp dan alleen maar om het "poetsen"	Initiatief bij oudere, meer dan poetsen
12	Verzorgende of verpleegkundige	In de meeste gevallen laat ik cliënten zelf de koffie zetten.	Client koffie laten zetten
13	Verzorgende of verpleegkundige	In de wijkverpleging proberen we de zorgvragers nog zelf te laten doen wat lukt. Zo nodig zetten we hier hulpmiddelen en zorgtechnologie bij in.	Hulpmiddelen, zorgtechnologie
14	Verzorgende of verpleegkundige	Cliënt zet zelf koffie wanneer dit kan en wordt waar mogelijk gemotiveerd.	Motiveren
15	Verzorgende of verpleegkundige	Kennisdragers, HA fysio	Kennisdragers, fysio
16	Verzorgende of verpleegkundige	Ik zou het samen doen	Samen
17	Verzorgende of verpleegkundige	De client zet koffie zelf of met enige hulp	Zelf
18	Verzorgende of verpleegkundige	Ligt vaak aan de situatie, is iemand bij een klein stukje lopen al echt vermoeid dan doe ik het. Soms komt het ook voor	Stimuleren

		uit 'luiheid', dan stimuleer ik de client en ga ik niet iets doen wat buiten mijn takenpakket ligt. Bijvoorbeeld de was opruimen terwijl die persoon dat heel goed zelf kan.	
19	Huishoudelijk verzorgende	Te motiveren en te helpen	Motiveren
20	Huishoudelijk verzorgende	Ik probeer altijd alles samen te doen .	Samen doen
21	Huishoudelijk verzorgende	Wat men zelf kan, zelf laten doen.	Zelf kan, zelf doen
22	Huishoudelijk verzorgende	Laat de bewoner zelf koffie zetten, en soms ook mee laten helpen, wat de cliënt nog zelf kan	Eigen kunnen
23	coach	vooral stimuleren het zelf te doen	Stimuleren
24	Verzorgende of verpleegkundige	Cliënten zo mogelijk de dingen zelf laten doen, of hen stimuleren dit te doen, zoals bijv. zelf krant/brieven uit bus te halen i.p.v. zelf meenemen, of samen met cliënten brood te maken (i.p.v. zelf te doen).	Zelf dingen laten doen
25	Verzorgende of verpleegkundige	Laat de oudere zelf eerst koffie zetten maar kijk op afstand wel mee. Als ik denk dat het niet goed gaat dan vraag ik op een rustige manier of ik kan/mag helpen.	Zelf proberen
26	Verzorgende of verpleegkundige	Dat gebeurt altijd. De client doet wat hij/zij zelf kan. Overnemen wat iemand niet kan. Vaak ook samen doen. Observatie van de handeling/bijsturen.	Zelf doen wat zelf kan
27	Verzorgende of verpleegkundige	Ik laat ze zelf koffie zetten, mochten ze problemen hebben zou ik vragen om te mogen helpen. Ik zou ze betrekken door te vragen hoe doet U dat altijd.	Zelf
28	Verzorgende of verpleegkundige	Hulpmiddelen inzetten, positief stimuleren	Hulpmiddelen, stimuleren
29	Verzorgende of verpleegkundige	Ik stimuleer de client om dat te doen wat ze zelf nog kunnen. Om zo lang mogelijk vitaal te blijven en zelfstandig te kunnen blijven wonen. Denk met hen mee. Zetten hulpmiddelen in.	Stimuleer, wonen, hulpmiddelen
30	Verzorgende of verpleegkundige	Ik laat mij koffie inschenken. Ik en op dat moment ook even de gast i.p.v. zorgverlener.	Rol positionering
31	Huishoudelijk verzorgende	Probeer niet te motiveren. Koffie of thee wordt altijd gezet door bewoner zelf. Alle huishoudelijke taken doe ik.	Geen motivatie
32	Huishoudelijk verzorgende	De bewoner pakt altijd zelf koffie	Pakt zelf
33	Huishoudelijk verzorgende	Meestal zet de oudere de kop koffie, als ze dat niet meer zelf kan doe ik het of help ik hem/haar	Zelf
34	Huishoudelijk verzorgende	Cliënt zelf koffie laten zetten zover dat mogelijk is en helpen met	Zelf, ondersteunen

		boodschappen lijst zodat die ook haalt wat nodig is	
35	Huishoudelijk verzorgende	Zelf koffiezetten, en zelf ook dingen laten doen	Mee laten helpen
36	Verzorgende of verpleegkundige	Waar mogelijk doe ik niets. Ik lever doelmatige en doelgerichte zorg. Binnen onze organisatie noemen we dat "nuttige en noodzakelijke zorg".	Zelf laten
37	Huishoudelijk verzorgende	Wordt door de inwoner zelf gedaan	Zelf door inwoner
38	Huishoudelijke hulp	Ja dat verschilt heel erg als ik zie het gaat niet van harte vraag ik vaak niet iedereen vind prettig als je het touw overneemt	Vragen
39	Huishoudelijk verzorgende	Dat ligt eraan wat de cliënt zelf nog kan. Alles wat ze zelf nog kunnen dat laat ik ook door hun zelf doen. Soms ook samen omdat dat gezelliger is.	Zelf doen, samen
40	Huishoudelijk verzorgende	Meestal samen	Samen
41	Huishoudelijk verzorgende	Laat de bewoner zoveel mogelijk zelf doen en help alleen als het nodig is . Werk vaak samen met de cliënt waar dit kan en denk in mogelijkheden. En problemen zijn er om opgelost te worden.	Samen, zelf doen
42	Huishoudelijk verzorgende	Door de cliënt zoveel mogelijk de dingen te laten doen die ze altijd al hebben gedaan en net eventuele aanpassingen nog steeds zelf kunnen doen	Aanpassingen, zelf laten doen
43	Huishoudelijk verzorgende	De meeste cliënten kunnen kleine handelingen vaak nog wel. Als dat niet meer lukt dan wonen ze meestal niet meer zelfstandig en is mijn werk niet meer van toepassing.	Handelingen, wonen
44	Verzorgende of verpleegkundige	Ik kijk eerst of de cliënt het zelf kan en laat hem zoveel mogelijk alleen doen, daar waar nodig helpen of bijsturen.	Zelf, bijsturen
45	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat DE oudere zelf zetten lukt dit echt niet Dan help ik. Een aantal van mijn cliënten stoffen zelf af en soms doen we dit samen. Ik laat ze dit ook gewoon doen maar wel zeg ik erbij als het niet gaat dat ze even moeten rusten.	Zelf, wel rust
46	Huishoudelijk verzorgende	Probeer de oudere te motiveren om mee te helpen	Motiveren
47	Verzorgende of verpleegkundige	Zoveel mogelijk, er mag nog meer gebruik gemaakt worden van inzet van andere professionals.	Meer gebruik, inzet professionals
48	Wijkverpleegkundige	Zelf koffie laten zetten inderdaad	Zelf koffie laten zetten
49	Verzorgende of verpleegkundige	Ik kom meestal niet op bezoek bij een inwoner. Er is dan een hulpvraag,	Helpen, signaleren

		anders komen wij niet in beeld. Als ik zorg verleen en er is gelegenheid een kop koffie te drinken, laat ik de cliënt zelf de koffie zetten. Op deze manier kun je meteen signaleren hoe het gaat met zo'n verrichting (als je voor het eerst komt) en dit zijn ook dingen die bij zelfredzaamheid horen. Als het een clientsituatie is waarbij de client het niet kan, kan er een reden zijn om de client hiermee te helpen, maar het moet als het een regel zou worden wel binnen de vergoeding passen.	
50	Huishoudelijk verzorgende	Als ik ga strijken vouwt mevrouw de was op. Als ik ramen wil lappen, zet de client alvast de potjes aan de kant. Cliënt helpt mee om samen met mij het bed op maken.	Samen
51	Verzorgende of verpleegkundige	Kijk ik als wijkverpleegkundige kom bij mensen thuis dus ik ben de gast. Je zet de cliënt altijd in de kracht door ze zoveel mogelijk alles zelf te laten doen. Maar ondersteun ze wel Indien nodig. Ook vind ik dat de zelfredzaamheid geen doel Op zich moet zijn, de hele zorgverlening blijft maatwerk. Je kunt het niet generaliseren.	In kracht zetten, zelf, ondersteunen
52	Verzorgende of verpleegkundige	Inkom bij mensen thuis en vraag altijd toestemming	Op bezoek, overleg
53	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat ze doen wat ze zelf nog kunnen	Zelf kunnen
54	Huishoudelijk verzorgende	Om niet het werk af te pakken wat de cliënt graag zelf nog doe.	Zelf kunnen
55	Huishoudelijk verzorgende	Dat licht aan de situatie,, eigenlijk laat ik de inwoner het altijd zelf doen.. maar als ik zie dat t moeilijk gaat .. doordat ze heel Slecht kan staan of lopen dan bied ik aan te helpen	Hulp waar nodig, zelf proberen
56	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat de mensen altijd zelf doen en als het echt even niet gaat dan samen doen. Wat de client kan laten doen en ik doe eventueel het zware	Zelf anders samen
57	Huishoudelijk verzorgende	Zoveel mogelijk zelf laten doen	Zelf laten doen
58	Huishoudelijk verzorgende	Oudere zelf koffie laten zetten	Zelf koffie laten zetten
59	Huishoudelijk verzorgende	Wat de bewoner zelf kan ook zelf laten doen	Zelf wat kan
60	Huishoudelijk verzorgende	ja samen en als de client niet kan neem ik over	Samen

61	Huishoudelijk verzorgende	Mijn cliënten kunnen het allemaal nog zelf kunnen ze dat niet meer hulp ik ze daarbij	Zelf laten doen
62	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat het de cliënt doen	Client laten doen
63	Huishoudelijk verzorgende	Ja, ik probeer de client te laten meehelpen bij schoonmaak werkzaamheden	Mee laten helpen
64	Huisbezoeken voor huishoudelijke ondersteuning	Het samen doen is één van de oplossing	Samen
65	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat ze het zelf zetten. Maar neem dan zelf de kopjes mee naar de tafel	Koffie laten zetten
66	Huishoudelijk verzorgende	Veel cliënten vinden het al stimulerend als je komt of vinden het toch lastig uit handen te geven natuurlijk uitzonderingen daar gelaten	Stimulerend, uit handen geven
67	Huishoudelijk verzorgende	Zetten ze zelf. Officieel mogen wij geen koffie meer drinken van de gemeente. Maar voor heel veel cliënten is het samen koffie drinken heel belangrijk. Dus ik doe het wel en velen met mij.	Gemeente
68	Huishoudelijk verzorgende	ik laat ze zoveel mogelijk zelf doen maar mijn cliënten zijn allemaal 80 plus en zelfs 90 plus. Wat verwacht u van deze mensen? kantoorpersoneel moet zelf een in praktijk komen kijken.	Zelf laten doen
69	Huishoudelijk verzorgende	Ze zet zelf koffie. Ruimt zelf veel klein spul op. Helpt met afstoffen enz.	Helpen, zelf
70	Huishoudelijk verzorgende	Ligt aan haar of zijn conditie!	Conditie
71	Huishoudelijk verzorgende	ik zou het samen doen.	Samen
72	Huishoudelijk verzorgende	Over het algemeen zetten ze zelf hun koffie omdat ze dat graag willen en kunnen	Zelf koffie zetten
73	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat daar waar ze zelf het nog kunnen zelf de koffie zetten en inschenken.	Zelf koffie zetten
74	Huishoudelijk verzorgende	De meesten waar ik kom doen veel dingen nog zelf en willen dit ook zo blijven doen. Maar de vraag is soms meer of het nog wel veilig is dat ze dit nog blijven doen.	Zelf, veiligheid
75	Huishoudelijk verzorgende	Laat de bewoner zoveel mogelijk zelf doen als dat mogelijk is	Zelf wat mogelijk
76	Huishoudelijk verzorgende	alles wat cliënten kunnen/willen doen, doen zij zelf	Zelf
77	Huishoudelijk verzorgende	Ik kijk wel of het nog lukt. Zo niet dan help ik graag mee of doe ik het zelf.	Zelf, helpen
78	Huishoudelijk verzorgende	Motiveren om zelf te doen	Motiveren
79	Huishoudelijk verzorgende	Bewoner zet zelf koffie	Zelf koffie laten zetten

80	Huishoudelijk verzorgende	Ik help mee of zetten zelf	Helpen
81	Huishoudelijk verzorgende	ik laat indien mogelijk ze t zelf zetten	Zelf als mogelijk
82	Huishoudelijk verzorgende	Cliënte zet thee voor mij en voor haarzelf maakt ze koffie	Zelf drinken
83	Huishoudelijk verzorgende	Als er koffie gedronken kan worden i.v.m. werkzaamheden, dan de bewoner	Zelf koffie zetten
84	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat ze zelf dingen doen.	Zelf dingen laten doen
85	Huishoudelijk verzorgende	Zelf koffie laten zetten, wel helpen met tillen	Zelf koffie zetten
86	Huishoudelijk verzorgende	Dat is wisselend hangt van de client af	Afwisselend
87	Huishoudelijk verzorgende	De dingen die ze zelf kunnen willen ze niet graag uit handen geven.	Zelf kunnen zelf doen
88	Huishoudelijke ondersteuning	Mijn cliënten zetten zelf koffie, als ze ziek zijn o.i.d. dan doe ik dat in overleg.	Zelf koffie laten zetten
89	Huishoudelijk verzorgende	Ze zetten zelf koffie/ thee, waar nodig help ik.	Zelf koffie laten zetten
90	Huishoudelijk verzorgende	Als ik wat opmerk bij mijn klanten geef ik het aan en adviseer ik professionals aan. Gezondheid staat bij mij heel hoog , ik kom uit de zorg .	Advies aan professionals
91	Huishoudelijk verzorgende	Nee. De inwoner zet koffie. Ik ben te gast!	Inwoner koffie
92	Huishoudelijk verzorgende	Ik help graag mee en ik zet ook koffie voor de cliënt en mij ik vind dan dat ik de cliënt een beetje kan verwennen. De cliënt doet normaal gesproken alles als ik niet aanwezig ben.	Client verwennen
93	Huishoudelijk verzorgende	Zolang het kan, ik laat hen doen.	Zolang het kan, zelf doen
94	Huishoudelijk verzorgende	Koffie door hen laten zetten, soms samen een klusje doen zoals afstoffen, hulp vragen bij wisselen beddengoed.	Koffie laten zetten
95	Huishoudelijk verzorgende	De bewoner zet over algemeen zelf de koffie en doet haar eigen afwas, dit neem ik ze niet uit handen.	Zelf koffie zetten
96	Huishoudelijk verzorgende	We doen het samen	Samen
97	Huishoudelijk verzorgende	Dat verschilt per persoon	Verschilt
98	Huishoudelijk verzorgende	Bewoner zet zelf koffie	Zelf koffie laten zetten
99	Huishoudelijk verzorgende	De cliënten die ik op dit moment heb kunnen best veel zelf . Er is 1 cliënt die heel slecht loopt , die wil ik dan wel helpen met koffie van de keuken naar de kamer te brengen	Ondersteunen
100	Huishoudelijk verzorgende	Ik laat de inwoner zelf dingen doen, pas wanneer ik gevraagd word om te helpen spring ik bij	Zelf laten doen, ondersteunen

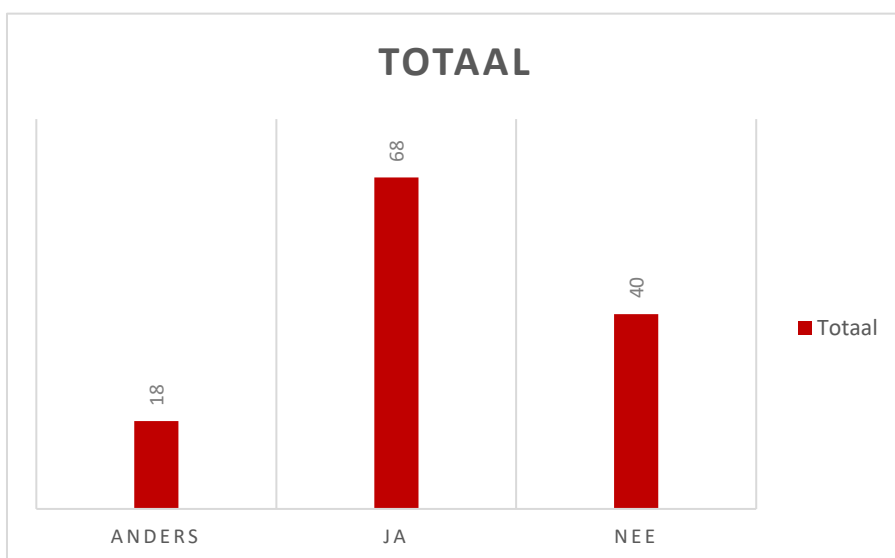
101	Huishoudelijk verzorgende	Waar mogelijk is, wij delen sommige taken	Samen
102	Huishoudelijk verzorgende	Ligt eraan, de meeste vragen mij wat ik te drinken wil hebben, bij sommige die dat niet kunnen pak ik het zelf.	Situatie
103	Huishoudelijk verzorgende	Client doet het wel	Zelf koffie
104	Huishoudelijk verzorgende	Ik zet soms koffie en bewoners zet ook	Situatie
105	Huishoudelijk verzorgende	Ze zet zelf de koffie	Zelf koffie
106	Huishoudelijk verzorgende	Zoveel mogelijk zelf te laten doen	Zelf laten doen
107	Huishoudelijk verzorgende	Samen dingen doen . Als u dit doet doe ik dat en dan zijn we samen bezig en dan is er tijd voor thee.	Samen
108	Huishoudelijk verzorgende	Ze redden zichzelf redelijk maar ze willen alles wat ze kunnen zelf doen waaronder koffie zetten	Zelf doen
109	Huishoudelijk verzorgende	Indien mogelijk doen zij bepaalde werkzaamheden zelf	Als mogelijk zelf
110	Huishoudelijk verzorgende	of alleen of we doen het samen	Alleen of samen
111	Huishoudelijk verzorgende	Ik probeer de cliënt te motiveren	Motiveren
112	Huishoudelijk verzorgende	de bewonder zelf	Zelf
113	Huishoudelijk verzorgende	De inwoner maakt koffie	Zelf koffie laten zetten
114	Huishoudelijk verzorgende	De ouderen doen het zelf	Zelf
115	Huishoudelijk verzorgende	Doet de cliënt zelf	Zelf (koffie)
116	Huishoudelijk verzorgende	Wat ze nog zelf kan dat te stimuleren	Stimuleren
117	Huishoudelijk verzorgende	Wij doen dat samen.	Samen
118	Huishoudelijk verzorgende	Ligt eraan of die oudere nog wat kan natuurlijk	Situatie
119	Huishoudelijk verzorgende	De meeste ouderen waar ik werk of gewerkt hebben altijd geprobeerd zoveel mogelijk nog zelf te doen, heb nooit opgemerkt dat ze dat niet zelf probeerde of zelf iets niet wilde te doen. De meeste vinden het juist heel erg dat ze het niet meer zelf kunnen. Dus heb niet het idee dat ik ze hoef te motiveren!!	Ouderen motiveren zichzelf
120	Huishoudelijk verzorgende	Samen	Samen
121	Huishoudelijk verzorgende	Ja	Ja

122	Huishoudelijk verzorgende	wat de client zelf kan doen ze ook zelf dus o.a. ook koffie zetten anders even helpen	Zelf laten doen
123	Huishoudelijk verzorgende	Wij laten cliënten dingen zelf doen en als het moet ondersteun ik	Ondersteun, zelf
124	Huishoudelijk verzorgende	Zelf en als het moet zet ik het op tafel	Zelf koffie laten zetten
125	Huishoudelijk verzorgende	Ik stimuleer de cliënten om dingen die ze zelf nog kunnen doen, zelf te laten doen. Bv de was , afstoffen, koffie zetten	Stimuleren
126	Huishoudelijk verzorgende	Zoals boven genoemd bekijk ik het bij elk zorg moment opnieuw en bepaal dan of de cliënt het zelf kan of dat er hulp van mijn kant nodig is. En wat de wekelijkse taken betreft, hebben mijn cliënten en ik duidelijke afspraken met mekaar gemaakt.	Afspraken

Vraag 10: Staat u er voor open om scholing te volgen omtrent uw rol binnen het thema zelfredzaam en gezond ouder worden bij de oudere inwoner?

Antwoordmogelijkheden	Staat u ervoor open om scholing te volgen omtrent uw rol binnen het thema zelfredzaam en gezond ouder worden bij de oudere inwoners?
Ja	68
Nee	40
Anders	18
Totaal	126

Tabel 40



Figuur 33

Van de 126 respondenten staan 68 respondenten open voor scholing op het omtrent hun rol binnen het thema gezond en zelfredzaam oudere worden bij de oudere inwoner. De 18 respondenten die 'anders' hebben ingevuld, hebben hierbij toelichting gegeven. Ze gaven aan dat het of al gebeurt binnen hun

organisatie, ze er geen belangstelling bij hebben of het licht aan de invulling en tijdsduur van de scholing.