



STOER supporter van senioren

RHEDEN 2025

Analyse STOER Thuisgesprekken

Rheden - 166 deelnemers

De vrijwilligers bezoeken 70-plussers thuis voor een gesprek over ouder worden. We bespreken belangrijke onderwerpen in het ouder worden en denken graag mee over vragen die er zijn. De 70-plussers ontvangen een uitnodiging via de gemeente wanneer het dorp aan de beurt is.



STOER



thuisgesprekken

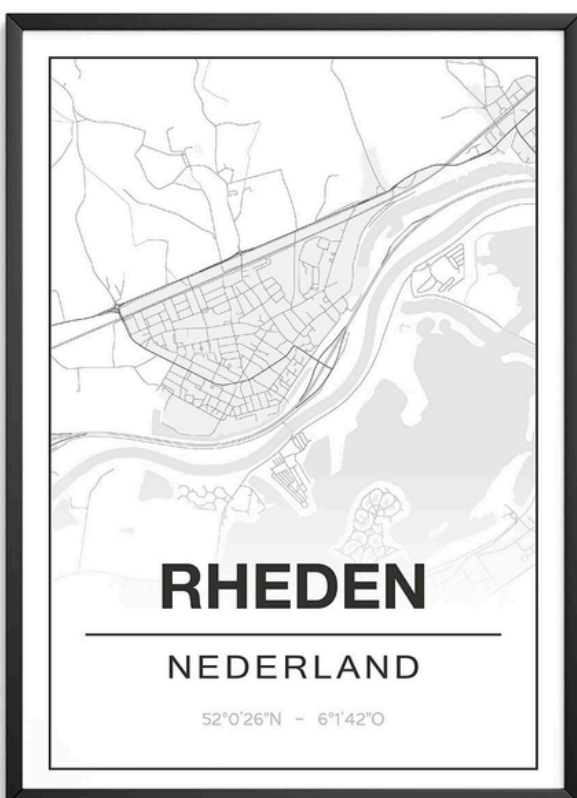
RHEDEN

In dit document leest u belangrijke inzichten die zijn opgehaald tijdens de STOER Thuisgesprekken in Rheden. De inzichten zijn gebaseerd op gesprekken met senioren bij hen thuis. Samen geven ze een duidelijk beeld van wat er leeft: wat goed gaat, waar zorgen zijn en wat mensen nodig hebben om fijn te kunnen blijven wonen.

STOER Thuisgesprekken

De STOER Thuisgesprekken zijn persoonlijke gesprekken waarin de vrijwilligers van STOER met de senioren in gesprek gaan over ouder worden. Met behulp van een vragenlijst bespreken we verschillende thema's. Denk hierbij aan wonen, mentale en lichamelijke gezondheid, praktische ondersteuning, sociale contacten en de daginvulling. Senioren krijgen ruimte om hun huidige en toekomstige situatie te bespreken met onze vrijwilligers.

Met deze analyse willen we laten zien wat senioren belangrijk vinden en wat hen bezighoudt. We hopen dat deze inzichten helpen om beter aan te sluiten bij hun wensen en om initiatieven en ondersteuning te verbeteren. Zo willen we samen bijdragen aan een prettige en vertrouwde woonomgeving, waarin senioren zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven en prettig oud kunnen worden.



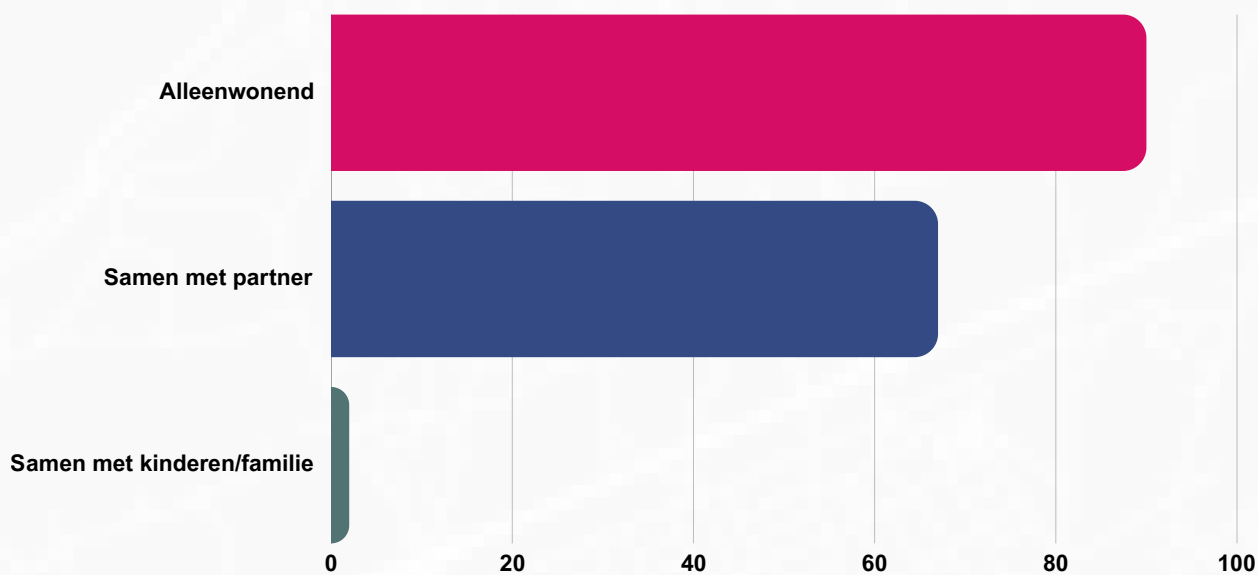
RHEDEN

Begin mei 2025 - eind december 2025

1015 senioren huishoudens aangeschreven

166 senioren hebben zich aangemeld en zijn we op huisbezoek geweest.

HOE WOONT U?



WONEN:

- Zelfstandig en sociaal wonen staat centraal: bewoners geven aan in goed contact te zijn met de buurt.
 - 21 % voelt zich thuis, 14% kan goed zelfstandig wonen, 14% woont in een fijne buurt, 16% heeft goed contact met de burens en 14% vindt het fijn dichtbij winkels te wonen.
- 25% geeft aan woningaanpassingen en hulp bij huishouding te zien als cruciaal om langer zelfstandig te kunnen wonen.
- 58% van de mensen denkt niet aan verhuizen. Maar als het nodig is zien ze het meeste op tegen de hoeveelheid werk.
- Gezondheid en toekomstige zorg zijn belangrijke triggers voor een mogelijke verhuizing.

De meeste mensen denken niet actief aan verhuizen. Als men denkt aan verhuizen, dan ziet men vooral op tegen de organisatie en rompslomp.

Bij een overweging om te verhuizen is het belangrijk dat men weet waar ze hulp kunnen vragen en krijgen.



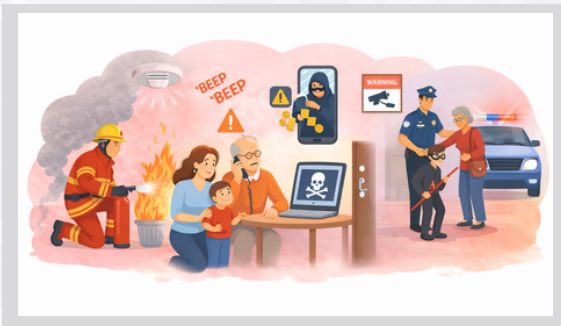
RHEDEN

VEILIGHEID EN WOONOMGEVING

- 98% voelt zich veilig in zijn/haar eigen huis.
- Rookmelders en veiligheidsloten zie je het meeste in de huizen van de senioren. 13% geeft aan na te denken over valpreventie in eigen huis.
- 56% klaagt over obstakels op de weg. Waarvan kapotte stoeptegels en omhoog staande boomwortels de grootste ergernis is.

Er is een hoog veiligheidsgevoel in Rheden. Thuis en op straat. Maar men ervaart wel regelmatig obstakels in de openbare ruimte.

Goed onderhoud in de openbare ruimte is belangrijk voor senioren om de kans op vallen te verkleinen en de toegankelijkheid te vergroten.



PRAKTISCHE ZAKEN

- 83% geeft aan nog mee te doen in het verkeer. Diegene die daar moeite mee hebben zijn slecht ter been of hebben geen vervoersmiddel.
- De meeste geven aan nog gebruik te maken van computer, mobiel en/of tablet. 9% geeft aan wat hulp of advies te kunnen gebruiken.
- 38% geeft aan een testament te hebben en 25% een levenstestament en/of wilsverklaring waarvan 16%.
- Financieel zegt bijna iedereen zich te redden.
- 15 mensen geven aan hulp in de administratie/financiën te kunnen gebruiken.

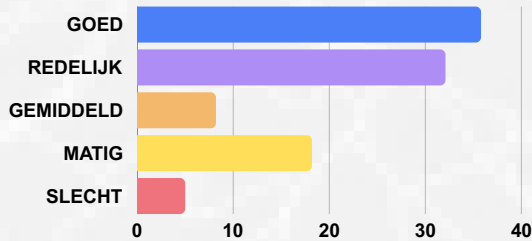
Als het gaat om financiën zegt men zichzelf goed te redden. Maar opvallend is dat 15 mensen alsnog aangeven hulp te kunnen gebruiken.

Is er een taboe op het praten over problemen in de financiën? Is het voor de inwoners helder waar terecht te kunnen als je problemen ervaart?

RHEDEN

GEZONDHEID EN WELZIJN

- De lichamelijke gezondheid in Rheden is verschillend



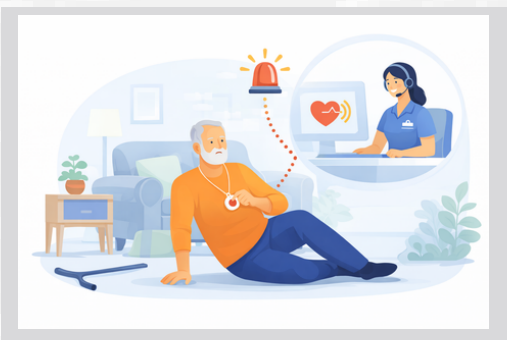
- Op de vraag: Ervaart u daar hinder van in uw dagelijks leven? Antwoord 49% Ja, maar ik red mij wel. Je ziet hiermee dat veel ouderen fysieke hinder ervaren op oudere leeftijd.
- Als het gaat om koken, zijn er nog veel die zelf hun maaltijd maken. Als dat niet zo is wordt er gebruik gemaakt van thuisbezorging.
- Als het gaat om gezondheidsklachten ervaren 20% van de ondervraagde minder kracht en conditie. Het altijd koud hebben is ook een veel genoemd probleem. 9% geeft dit aan.
- Goed om te zien is dat 82% van de senioren minimaal 30 minuten per dag in beweging zijn.
- Wat wel opvallend is dat 15% aangeeft afgelopen jaar meerdere keren te zijn gevallen. En dat 21% 1 keer is gevallen afgelopen jaar.
- Ook geven ze aan vaak (16%) of soms (26%) bang te zijn om te vallen.
- 5 senioren hebben we weten door te verwijzen naar Sport in Rheden wat betreft valpreventie.

Je ziet dat kracht en conditie bij veel senioren achteruit gaat bij het ouder worden.

Naast bewegen en gezonde voeding is het ook belangrijk te werken aan krachttraining van de spieren en botten

Er is ook aandacht voor valpreventie binnenshuis. Vallen en valangst komen regelmatig voor. Enkele senioren zijn hier actief naar doorverwezen.

Valpreventie blijft een belangrijk thema in het ouder worden. Wist je dat er in Nederland elke 4 minuten iemand op de spoedeisende hulp belandt door een val?



RHEDEN

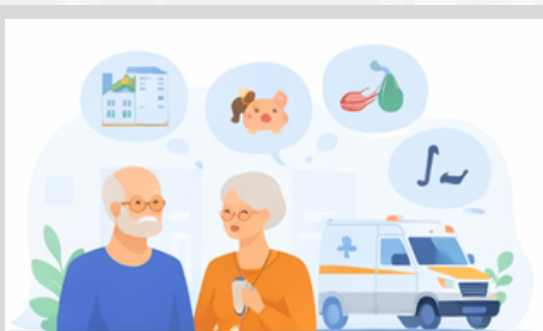
WELBEVINDEN

- De meeste ondervraagde senioren zijn druk. De meeste geven aan deel te nemen aan georganiseerde activiteiten. En als dat niet zo is dan geven ze aan niet in een groep te passen. Grotendeel van de ondervraagde heeft ook geen behoefte aan meer sociale contact. 13% heeft wel behoefte aan meer contact.
- Vrijwilligerswerk is minder populair. 69% doet geen vrijwilligerswerk.
- De mentale gezondheid in Rheden wordt over het algemeen goed ervaren:
 - Goed 70%
 - Redelijk 20%
 - Gemiddeld 5%
 - Matig 2.7%
 - Slecht 0.7%
- De meeste mensen maken zich geen zorgen over de toekomst. Die dat wel doen geven aan zorgen te maken over gezondheid, verlies mobiliteit, toekomst wereld en vergeetachtigheid.
- Op wie men terug kunt vallen wordt verschillend op gereageerd. Maar de meeste geven aan familie, burens en vrienden. 7 mensen geven aan op niemand terug te kunnen vallen. 5 mensen hebben ook aangegeven hulp nodig te hebben.
- 8% geeft aan zich vaak alleen te voelen en dat moeilijk te vinden.
- 9 mensen zijn over het alleen zijn in gesprek gegaan met een VOA.

De mentale gezondheid wordt over het algemeen als goed ervaren. Steun komt meestal uit familie, burens en vrienden, maar een kleine groep heeft geen netwerk om op terug te vallen en ervaart een hulpvraag

Een beperkte groep voelt zich regelmatig eenzaam en ervaart dit als moeilijk; Onze Vrijwillige Ouderen adviseurs zijn met hen in gesprek gegaan.

We zien veel doorverwijzingen naar onze Vrijwillige Ouderen Adviseurs (VOA) vanwege een grotere hulpvraag die voortkomt uit de STOER Thuisgesprekken.



Bedankt!

RHEDEN

DOORVERWIJZINGEN

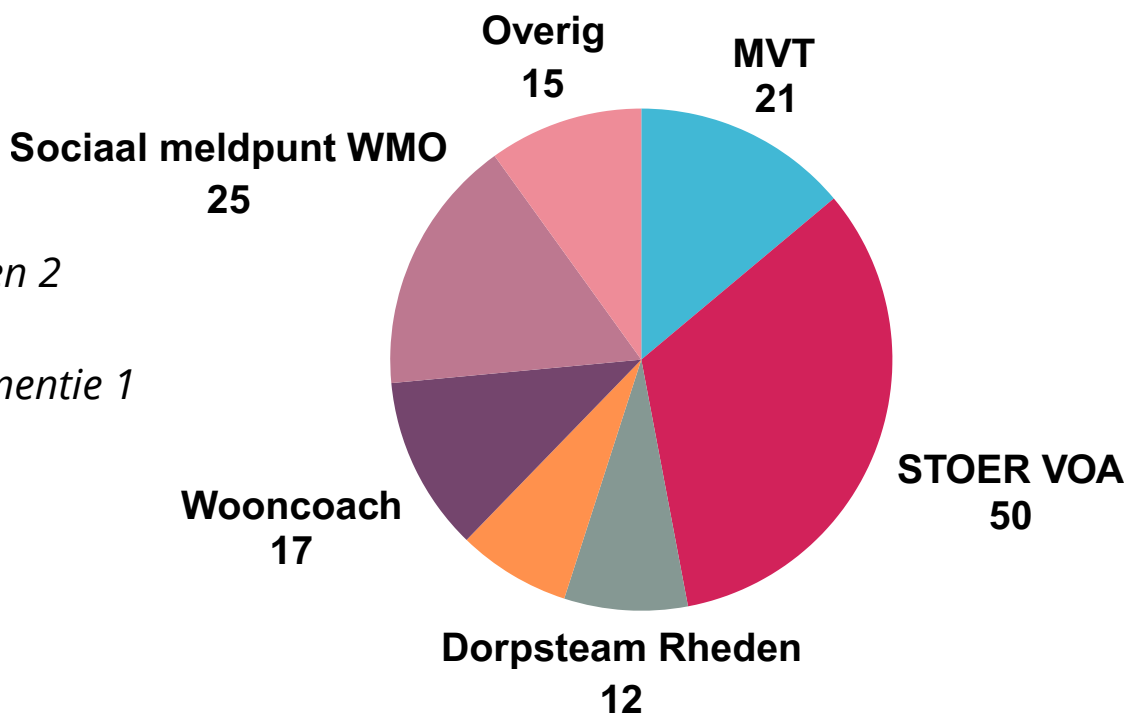
Overig zijn:

Sociale raadslieden 2

Plusbus 8

casemanager Dementie 1

Humanitas 4



Veel doorverwijzingen gingen naar de STOER Vrijwillige Ouderen Adviseur (VOA), vaak voor een vervolg- of verdiepingsgesprek. Senioren werden ook regelmatig verwezen naar MVT, WMO, de Wooncoach, Dorpsteam Rheden en Sport in Rheden. De vrijwilligers van STOER zijn goed geïnformeerd over de mogelijkheden, zodat zij gericht konden doorverwijzen of de senioren stimuleren zelf contact te zoeken met ondersteuning- en hulpverlening instanties. Dit laatste is niet geregistreerd, omdat het nieuwe registratiesysteem dit niet mogelijk maakt.