



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Ouderen wonen steeds langer zelfstandig thuis en willen zelf de regie houden over hun eigen leven. Het is belangrijk dat ouderen in beweging blijven en contact met andere houden. Hoe kunt u daar als gemeente aan bijdragen?

Gemeenten hebben verschillende wettelijke taken voor de preventieve zorg voor ouderen (onder andere Wpg, Wmo en Zvw). Toch heeft preventieve ouderenzorg nog nauwelijks een plek in het lokale gezondheidsbeleid. Dit blijkt uit recent onderzoek in opdracht van het ministerie van VWS. Gezien het groeiende aantal thuiswonende ouderen is er alle aanleiding om daarin verandering te brengen. Uw gemeente heeft een grote beleidsvrijheid bij het invullen van deze wettelijke taken. Het themadossier 'Gezond en vitaal ouder worden' helpt u op weg.

In Nederland wonen op dit moment ruim 3 miljoen mensen van 65 jaar en ouder. Het aandeel 65-plussers groeit de komende decennia van 18 procent van de bevolking naar 26 procent vanaf 2040 (CBS, 2018). Uit de Volksgezondheid Toekomst Verkenning (VTV, 2018) blijkt dat het relatief goed gaat. Nederlanders worden ouder en voelen zich gezond. Met een vergrijzende bevolking komen er wel meer chronische aandoeningen, eenzaamheid en dementie.

Handreiking Gezonde Gemeente

Themadossier Gezond en vitaal ouder worden

Aan de slag met preventieve zorg voor ouderen



Het themadossier helpt u op weg

De beleidsvrijheid van uw gemeente biedt een kans om zo goed mogelijk aan te sluiten op de lokale situatie en de behoeften van inwoners. Want dan heeft uw beleid het meeste effect. Maar hoe pakt u dat aan?

In het themadossier 'Gezond en vitaal ouder worden' op Loketgezondleven.nl vindt u inspiratie om lokaal beleid te ontwikkelen voor de preventieve zorg voor ouderen. U kunt direct aan de slag met onder andere een concreet stappenplan, erkende interventies en veel tips en voorbeelden uit de praktijk. Het themadossier 'Gezond en vitaal ouder worden' helpt u op weg.

Wat werkt?

In het themadossier vindt u wat werkt-dossiers over alcohol, bewegen en ondervoeding. De themadossiers zijn in samenwerking met het Trimbos-instituut en het Kenniscentrum Sport opgesteld. De dossiers geven een overzicht van de werkzame elementen die voor elk thema bekend zijn, specifiek bij ouderen. Aan de basis van de wat werkt-dossiers ligt een analyse van vakliteratuur en erkende interventies. Elk dossier bevat voorbeelden en tips die u direct kunt toepassen.



Van koffieochtend tot wooncomplex

Benieuwd naar praktijkvoorbeelden van het werken aan preventieve zorg voor ouderen? Het themadossier bevat veel actuele voorbeelden die we in heel Nederland hebben verzameld. Van koffieochtenden en eetadressen tot buurtnetwerken en wooncomplexen voor senioren. Bekijk de voorbeelden in het online dossier en doe inspiratie op.

Interventies voor ouderen

Bent u op zoek naar interventies die u lokaal kunt inzetten? Bijvoorbeeld om valpreventie te bevorderen of depressie te voorkomen? Het themadossier helpt u op weg. Bijvoorbeeld met het interventieoverzicht ouderen, dat alle interventies bevat die gericht zijn op 65-plussers. Of met interventieoverzichten per leefstijlthema, zoals bewegen of alcohol.

Dit is een uitgave van:

**Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu**

Postbus 1 | 3720 BA Bilthoven
www.rivm.nl

December 2018

Kijk verder op
loketgezondleven.nl/ouderen

vtv2018.nl
rivm.nl/ouderen-van-nu-en-straks

De zorg voor morgen begint vandaag