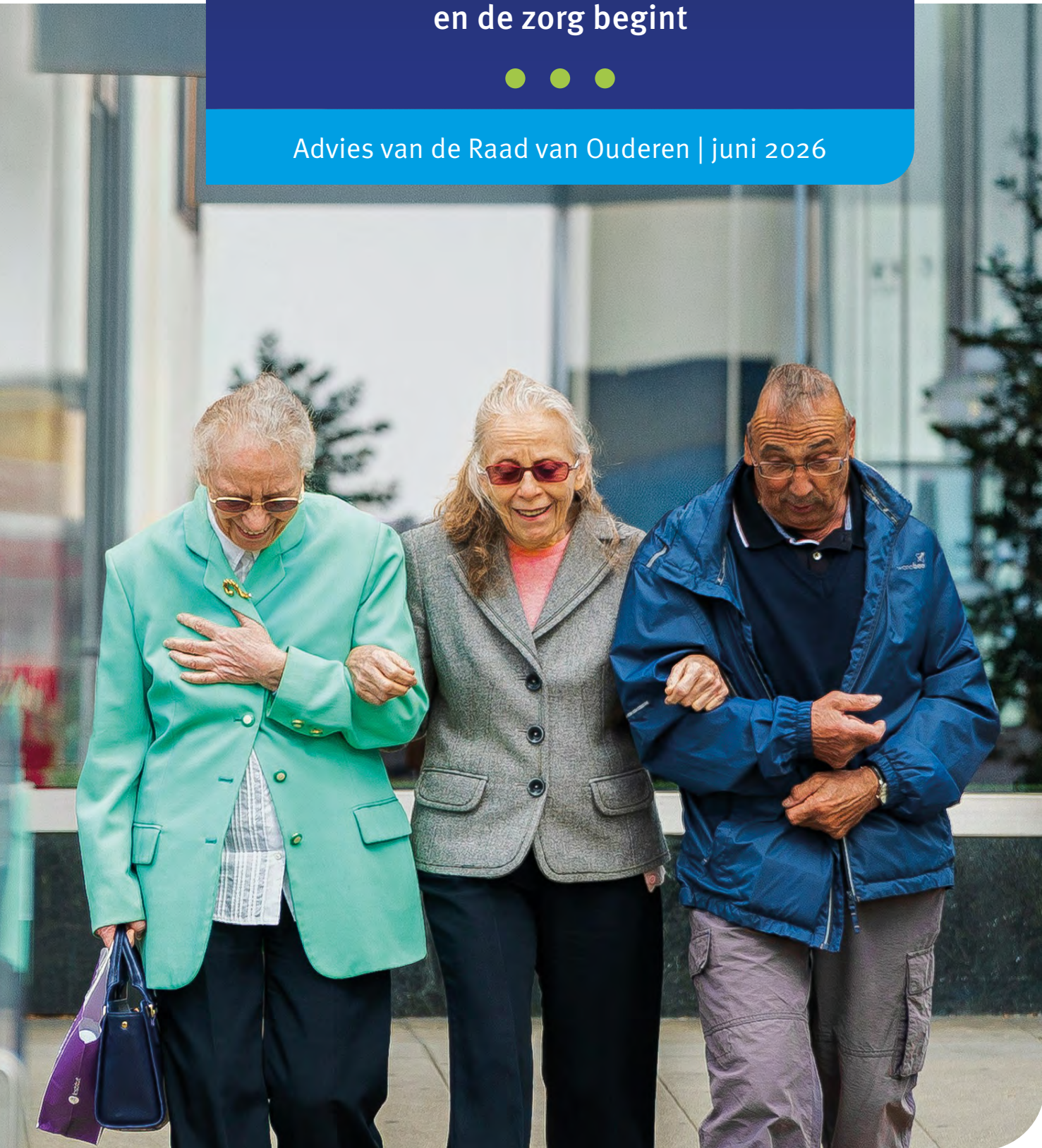


# Grenzen aan de zorgzame samenleving

Waar het helpen ophoudt  
en de zorg begint



Advies van de Raad van Ouderen | juni 2026





## Met dank aan

Alle ouderen die hebben meegewerkt aan dit advies, door het invullen van de vragenlijst of door deelname aan de gesprekstafels.

Vertegenwoordigers en coördinatoren van de acht regionale ouderennetwerken Stem van Ouderen: Regionale ouderendelegatie Genero Zuidwest Nederland, Regionale ouderendelegatie Friesland & Groningen, Regionale ouderendelegatie Drenthe & Overijssel, Regionale Ouderen Delegatie Amsterdam e.o., Regionaal ouderenberaad Zuid-Holland Noord, NUZO-ouderendelegatie (Utrecht), Netwerk 100 Nijmegen e.o. en Regionale ouderendelegatie Limburg.

De landelijke ouderenorganisaties ANBO-PCOB, SOMNL en Koepel Gepensioneerden.



# Inhoud

<b>Samenvatting</b>	<b>7</b>
<b>1. Inleiding</b>	<b>10</b>
<b>2. Aanpak van het advies</b>	<b>13</b>
2.1 Vraagstelling	13
2.2 Werkwijze	13
<b>3. Welke grenzen geven ouderen aan bij het zorgen voor elkaar?</b>	<b>16</b>
3.1 Kunnen mensen hulp bieden aan elkaar?	16
3.2 Kunnen mensen hulp vragen als zij dat nodig hebben?	19
3.3 Wat hebben mensen nodig om elkaar te helpen?	21
<b>4. Conclusie</b>	<b>25</b>
<b>5. Aanbevelingen</b>	<b>27</b>
5.1 Aanbevelingen op gemeentelijk niveau	27
Aanbevelingen	27
5.2 Aanbevelingen op landelijk niveau	29
Aanbevelingen	29
<b>Bijlagen</b>	<b>32</b>
Bijlage 1, gesprekken met experts	33
Bijlage 2, Alert zorgen over de zorgzame samenleving	34
Bronnen	37

# Samenvatting

## Samenvatting

Veel wordt verwacht van de samenleving waarin de mensen omzien naar elkaar. Het wordt gezien als één van de oplossingen om de dreigende tekorten in de zorg op te vangen.

De Raad van Ouderen (RvO) ziet het belang daarvan en ondersteunt de transitie naar een zorgzame samenleving, maar hoort ook geluiden van ouderen die daar niet goed aan mee kunnen doen, van ouderen die niet de zorg krijgen die zij nodig hebben en van overbelaste mantelzorgers en buurtgenoten.

Dat roept de vraag op: Wat doen mensen nu wel en wat doen ze niet voor elkaar? We hebben de stem van ouderen 'opgehaald' door middel van een vragenlijst, verstuurd naar ouderen in het hele land. De regionale ouderennetwerken hebben gesprekstafels georganiseerd over het thema. Daarnaast mochten we gebruik maken van de uitkomsten van de gesprekken die gevoerd zijn in het kader van 'krachtig ouder worden, praat vandaag over morgen' die de Seniorencoalitie de afgelopen maanden voerde.

De volgende vragen stonden centraal in de peiling en bij de gesprekstafels:

1. Welke grenzen geven ouderen aan als zij burens, vrienden of familieleden in de wijk ondersteunen?
2. Kunnen en willen ouderen op tijd hulp vragen én ontvangen van hun omgeving wanneer zij dat nodig hebben?
3. Wat hebben ouderen nodig om steun te kunnen bieden aan burens, vrienden of familieleden in een kwetsbare positie?

Voor ouderen ligt de grens duidelijk bij het geven van lichamelijke zorg en het ondersteunen bij 'medische' handelingen zoals ogen druppelen of medicijnen geven. Dat laat men over aan professionals. Mensen zijn bereid om elkaar te helpen met kleine dagelijkse dingen, bijvoorbeeld boodschappen doen en vervoer verzorgen, en willen dat ook wel vaker doen. Helpen bij lichamelijke zorg vindt men thuishoren bij professionele zorgverleners. Dit blijkt zowel uit de verslagen van de gesprekstafels als uit de antwoorden op de vragenlijst.

Vragen om hulp is voor de meeste ouderen niet gemakkelijk. We kunnen gerust spreken van vraagverlegenheid. Hulp vragen doe je wanneer het echt niet meer gaat, en dan het liefst bij familie of bij professionals. Pas in het uiterste geval wordt hulp gevraagd bij buurtgenoten, maar voor veel ouderen is dat geen optie. De meeste ouderen hebben nog geen afspraken gemaakt met buurtgenoten om elkaar te helpen.

Elkaar kennen, vertrouwen en respect voor elkaar hebben zijn de basis ingrediënten voor elkaar helpen en steunen. Daarvoor is het nodig dat er ontmoetingsplekken zijn. Ouderen verwachten professionele ondersteuning zowel bij de organisatie van bijvoorbeeld verzorgcirkels als bij de uitvoering van hulp. Gemakkelijker toegang tot zorg en vereenvoudiging van het aanvragen van hulp zijn belangrijke voorwaarden. Op grond van de uitkomsten van deze peiling en op basis van gesprekken met experts zijn acht aanbevelingen geformuleerd voor het beleid op gemeentelijk en landelijk niveau.

# 1. Inleiding

# 1. Inleiding

Het zorgsysteem staat onder druk. Nu al zijn de tekorten aan zorgprofessionals groot en in de toekomst zal dat tekort alleen maar toenemen. Tegelijkertijd neemt het aantal ouderen en vooral het aantal zeer oude ouderen toe, evenals het aantal ouderen met ernstig beperkende chronische aandoeningen. Daarmee zal de vraag naar zorg ook toenemen.

Gelukkig is er ook een positieve ontwikkeling: veel ouderen van nu en in de nabije toekomst zijn zelfstandig en vitaal, willen bijdragen aan de samenleving en willen langer onafhankelijk thuis blijven wonen.

Veel wordt ingezet op de beweging waarbij we als samenleving meer zorgen voor elkaar. We zien de ontwikkeling van zogenaamde zorgzame buurten, voorzorgcirkels en liefdevolle straten, gericht op een samenleving die omziet naar elkaar. De overheid ziet de zorgzame buurt als een belangrijke oplossing voor het tekort aan professionele zorg<sup>1</sup>.

Investeren in een samenleving die oog heeft voor elkaar is een goede beweging, waar niet alleen ouderen, maar iedereen van profiteert. En inderdaad lijkt de vraag naar professionele zorg af te nemen. Steeds meer ouderen blijven thuis wonen. De wensen voor privacy, eigen regie en autonomie, de krappe arbeidsmarkt, nieuwe inzichten zoals reablement<sup>2</sup>, lagere instroom van mensen met een relatief lichte zorgvraag in het verpleeghuis en stijging van het aantal ouderen met een 'Volledig Pakket Thuis' (VPT)<sup>3</sup> dragen daar zeker aan bij. Daarnaast krijgen veel ouderen meer gezonde leeftijdsjaren en ontwikkelen zorgvragen zich pas later. Dat geldt helaas niet voor alle ouderen.

In de loop van haar bestaan heeft de Raad van Ouderen (RvO) al verschillende adviezen uitgebracht over de woonsituatie van ouderen. Juist ook in het licht van de toenemende vraag naar zorg en het afnemend aantal professionals in de zorg. Zie voor een overzicht van alle adviezen de [website Raad van Ouderen](#). Met name de in 2025 uitgebrachte adviezen '*Van verzorgingshuis oude stijl naar geclusterd wonen met welzijn en zorg op maat*' en het alert '*Zorgen over de zorgzame samenleving*' (zie bijlage 2) zijn relevant voor dit onderwerp.

De RvO vindt het stimuleren van zorgzame buurten een goede ontwikkeling, meer 'zorg' voor elkaar kan ertoe leiden dat ouderen actiever zijn en daardoor beter, gezonder en langer zelfstandig thuis kunnen blijven wonen en minder eenzaam zijn. Of dat genoeg is om de tekorten in de professionele zorg op te vangen, is maar zeer de vraag. Er zitten ook risico's aan het vormen van kleine gemeenschappen, zoals sociale controle die niet altijd gewenst is, het overvragen van het sociale netwerk en het afhankelijk worden van de gunsten van anderen, wat veel mensen moeilijk vinden.

Binnen de RvO ervaren wij, zowel door wat ons bereikt vanuit onze achterban als ook vanuit onze eigen directe omgeving, dat bij deze ontwikkelingen en beleidsvoornemens een aantal aspecten onvoldoende worden benoemd en meegenomen. Zorgprofessionals houden zich bezig met het ondersteunen van de ADL (activiteiten van het dagelijks leven), zoals lichamelijke zorg en het ondersteunen van medische zorg.

Onze ervaring is dat voor de meeste mensen die iets voor een ander willen doen, de grens ligt bij ondersteuning van lichamelijke zorg, en dat is nou juist het terrein van de professionele zorg. Ook als de vraag om hulp echt structureel wordt, kan je dan vanuit de buurt, hoe zorgzaam ook, verwachten dat aan die vraag blijvend tegemoetgekomen wordt?

Ons bereiken verhalen van (alleenstaande) ouderen die lijden aan dementie en die langer thuisblijven, maar moeite ondervinden om op tijd professionele zorg in te schakelen. De RvO maakt zich met name zorgen over alleenwonende en/of kwetsbare ouderen. We horen berichten van vervuiling (zowel persoonlijk als van de woning), frequente valpartijen en overlast voor burens. We lezen berichten over een toename van ouderen op de Spoed Eisende Hulp die verwaarloosd, vervuild en ondervoed zijn<sup>4</sup>.

Sommige ouderen hebben een klein sociaal netwerk en kunnen moeilijk langdurige contacten aangaan. Voor hen is het niet gemakkelijk om deel uit te maken van de beweging van de zogenaamde (voor)zorgcirkels of andere samenlevingsverbanden. We horen over overbelaste mantelzorgers, die naar mate de zorg zwaarder wordt, steeds minder kunnen terugvallen op de omgeving. We horen dat mantelzorg voor veel ouderen met een migratieachtergrond ook verandert. Waar het tot voor kort gebruikelijk was dat vooral dochters voor de ouders zorgden, gebeurt dat nu steeds minder. Ouderen willen hun kinderen niet belasten en tegelijkertijd hebben hun kinderen drukke levens en wonen niet altijd meer in de directe omgeving van de ouders.

Bij al deze situaties is de 'zorg' door de buurt niet meer toereikend, dan is professionele zorg nodig. Burens willen en kunnen vaak de verantwoordelijkheid voor zeer kwetsbare ouderen niet dragen.

---

1. Zie o.a. VWS Programma Wonen Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO, 2022), het Hoofdlijnenakkoord Ouderenzorg (HLO, 2025) en het Aanvullend Zorg en Welzijnsakkoord (AZWA, 2025).

2. Reablement: een beweging die gericht is op het herstellen van zelfredzaamheid, geholpen door bijvoorbeeld fysiotherapie, met als doel zo lang mogelijk zelfstandig thuis te wonen.

3. VPT: In plaats van opname in het verpleeghuis kiezen voor intensieve zorg thuis waarbij de woonlasten voor eigen rekening worden genomen en voor de zorg een financiële bijdrage wordt gerekend.

4. Zorg Spoedeisende hulp loopt vast door ouderen, maar terug naar huis is vaak ook geen optie' (NRC, 30-12-2024)

## 2. Aanpak van het advies

## 2. Aanpak van het advies

### 2.1 Vraagstelling

De RvO is verontrust over de zorg voor de meest kwetsbare ouderen in onze samenleving. Wij vinden het belangrijk om – in deze tijd waarin op zo veel plekken gesproken wordt over het belang van de zorgzame samenleving – meer inzicht te krijgen in de grenzen van het omzien naar elkaar.

Uitgangspunt voor dit advies waren een drietal vragen:

1. Welke grenzen geven ouderen aan als zij burens, vrienden of familieleden in de wijk ondersteunen?
2. Kunnen en willen ouderen op tijd hulp vragen en ontvangen van hun omgeving wanneer zij dat nodig hebben?
3. Wat hebben ouderen nodig om steun te kunnen bieden aan burens, vrienden of familieleden in een kwetsbare positie?

Mantelzorg is een belangrijk aspect in het zoeken naar oplossingen voor de vraag naar zorg. Daarover zijn recent meerdere rapporten geschreven door onder andere SER<sup>5</sup> en SCP<sup>6</sup>.

De druk op de mantelzorgers laten we in dit advies echter buiten beschouwing. Tegelijkertijd beseffen we dat juist doordat ouderen langer thuisblijven de druk op de mantelzorg en op de buurt, zal toenemen.

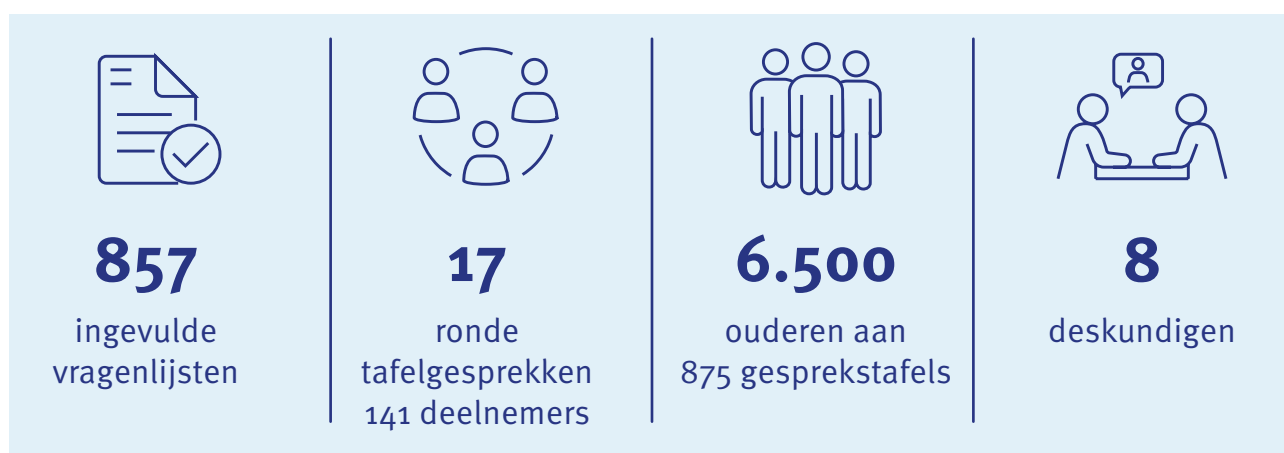
### 2.2 Werkwijze

Op verzoek van de RvO hebben de regionale ouderennetwerken, verenigd in de Stem van Ouderen en de landelijke ouderenorganisaties die deelnemen aan de RvO, een vragenlijst met gesloten vragen uitgezet onder hun achterban. 857 Ouderen uit het hele land hebben deze ingevuld.

De regionale ouderennetwerken hebben 17 ronde tafelgesprekken gevoerd in het hele land. Hier hebben 141 mensen aan deelgenomen. Tenslotte mochten we gebruik maken van de uitkomsten van de gesprekken die gevoerd zijn in het kader van 'krachtig ouder worden, praat vandaag over morgen' die de Seniorencoalitie de afgelopen maanden voerde. Daaraan deden 6500 ouderen mee in 875 gesprekstafels.

Het grootste deel van de respondenten van de vragenlijst is zelfstandig, woont thuis en heeft geen hulp nodig van een naaste (86%). Ruim de helft (57%) van hen is tussen de 71 en 80 jaar oud, 19% is ouder dan 80 en 24% is tussen de 60 en 70 jaar, 62% is vrouw en 60% woont met een partner. De respondenten komen uit het hele land en ongeveer de helft woont in de stad (52%).

Tenslotte hebben we 8 gesprekken gevoerd met deskundigen, die we vroegen of zij de door de RvO geschetste problemen herkenden en welke mogelijke oplossingsrichting zij voorstelden (voor een overzicht van de geïnterviewden, zie bijlage 1).



5. Mantelzorg en werk in een zorgzame samenleving, Sociaal Economische Raad (2026)

6. Mantelzorg in beweging, Sociaal en Cultureel Planbureau (2026)

# 3. Welke grenzen geven ouderen aan bij het zorgen voor elkaar?

## 3. Welke grenzen geven ouderen aan bij het zorgen voor elkaar?

### 3.1 Kunnen mensen hulp bieden aan elkaar?

Ouderen geven een duidelijke grens aan: lichamelijke zorg zoals hulp bij aankleden of douchen of andere persoonlijke zorg kan of wil men **niet** doen voor **buren of buurtgenoten**. Dat is het terrein van de professional. Zowel in de vragenlijst, als bij alle gesprekstafels wordt deze grens helder aangegeven.

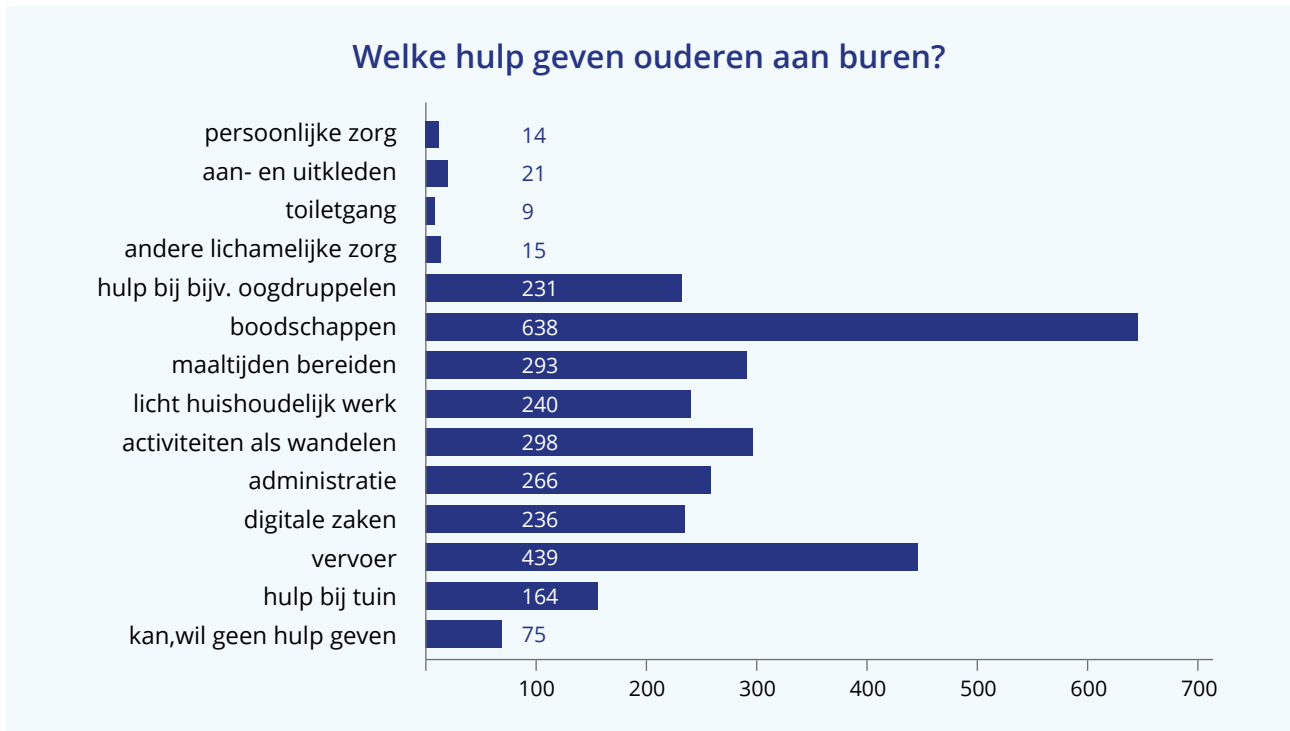


*“Lichamelijke verzorging geven aan ouderen door buren vind ik geen goed idee. Het verandert de onderlinge relatie, is vernederend voor de oudere. Sociale activiteiten en licht huishoudelijke activiteiten horen bij een burenrelatie. Als dit goed verloopt werkt dit preventief en worden ouderen minder depressief, angstig of hulpbehoevend”.*

Een heel klein deel van de ouderen is wel bereid om te helpen bij het geven van medicijnen zoals ogen druppelen. Vaak zijn dit mensen die vroeger in de zorg hebben gewerkt.

Wat ouderen wel willen doen is helpen bij de boodschappen en bij vervoer (zoals naar de dokter of het ziekenhuis rijden) en mensen willen af en toe samen iets doen als lezen, een wandelingetje maken of een maaltijd bereiden (zie figuur 1). Daarbij is het belangrijk dat er een relatie is, *“we moeten elkaar kennen voor we iets met elkaar kunnen”*.

Wederkerigheid is een vaak terugkerend begrip. Je kunt niet zomaar alleen hulp vragen, er moet ook iets tegenover staan. Dat is belangrijk voor zowel de hulpvrager als degene die hulp aanbiedt. Ouderen geven aan dat het moeilijk is om afhankelijk van anderen te zijn en juist daarom is die wederkerigheid zo belangrijk.



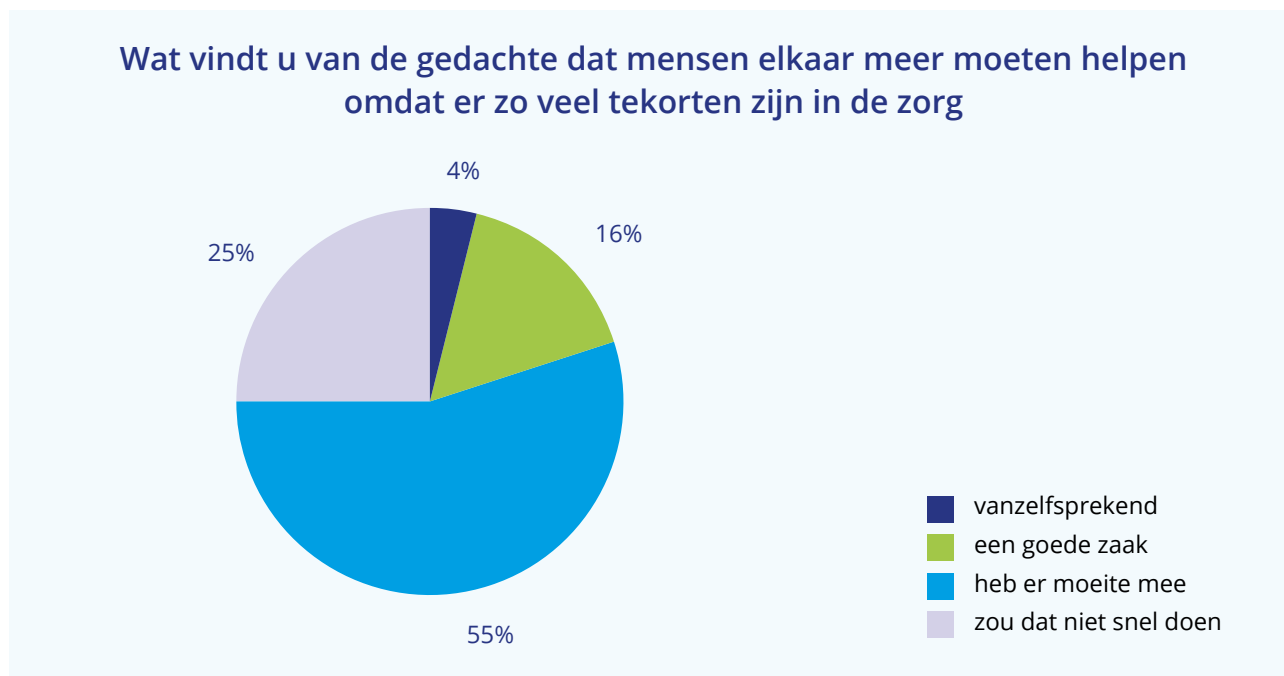
Figuur 1: bij deze vraag konden mensen meerdere antwoorden aankruisen.

De relatie en de context zijn bepalend voor wat men voor elkaar wil doen. Voor **naaste familie en vrienden** (die in de omgeving wonen) is men eerder geneigd te zorgen dan voor buurtgenoten. Naaste familie en vrienden wil men zelfs in beperkte mate helpen bij lichamelijke zorg als helpen met douchen en aankleden. Verder wil men vooral ondersteunen met activiteiten als boodschappen doen, net als bij de hulp aan buurtgenoten. Een belangrijk deel van de ondervraagden (57%) wil die hulp ook wel wekelijks gedurende een langere tijd bieden.

Zowel uit de vragenlijst als uit de gesprekstafels blijkt dat veel mensen klaar willen staan voor elkaar. De uitkomsten van de gesprekken in het kader van krachtig ouder worden, praat vandaag over morgen, bevestigen dit beeld.

Dit blijkt ook wel uit de groei van het aantal initiatieven zoals (voor)zorgcirkels. Elkaar helpen en contacten onderhouden is voor veel ouderen belangrijk, vooral in het licht van het geven van een zinvolle invulling aan het leven nadat bijvoorbeeld werk en opvoeden van kinderen zijn afgerond.

Uit de vragenlijst blijkt dat de meeste ouderen het een goede zaak vinden om elkaar te helpen en een deel vindt het vanzelfsprekend om er voor elkaar te zijn. Toch had een kwart van de ondervraagde ouderen moeite met het idee om elkaar te helpen vanwege de tekorten in de zorg (zie figuur 2).



Figuur 2

Ouderen vertellen hun zorgen wanneer het gaat om het structureel aanbieden van (buren) hulp. Dat schept niet alleen verplichtingen maar het einde ervan is niet duidelijk en de vrees bestaat dat er steeds meer hulp gegeven zal moeten worden.



*“...dat je niet opeens heel veel tijd en energie kwijt bent aan allerlei verplichtingen die je eigenlijk liever niet doet en die je afhouden van je laatste jaren waarin je het zelf nog leuk kan hebben”.*

Doordat mensen langer thuis blijven wonen ontstaan langzaam maar zeker vaak complexe zorgsituaties waar lang niet altijd op tijd professionele zorg kan worden ingeschakeld, omdat het tijd kost om zorg te regelen en een geschikte oplossing te vinden. Dan vallen mensen tussen wal en schip.

Een veelgehoorde klacht vanuit de gesprekstafels is dat de professionele zorg zo moeilijk in te schakelen is: lange wachttijden, onduidelijke informatie, veel formulieren invullen, vragen rondom financiering. Ouderen maken zich echt zorgen over de (dreigende) tekorten in de zorg en weten vaak niet hoe en waar je hulp moet aanvragen en wat de financiële consequenties zijn.



*'Ik heb mijn hele leven in de zorg gewerkt en voor anderen gezorgd, maar wie zorgt er straks voor mij?'*

Een oudere merkt op dat de meeste ouderen te maken krijgen met verlies en rouw, naast lichamelijke ongemakken, fysieke beperkingen en dat naarmate men ouder wordt men steeds minder voor anderen kan doen. Dat wordt ook genoemd bij de gesprekstafels. Er komt een punt dat je zelf meer zorg zelf nodig hebt of dat je steeds meer voor je partner moet zorgen. Dan houdt het hulp bieden aan anderen gewoon op.

### **3.2 Kunnen mensen hulp vragen als zij dat nodig hebben?**

De meeste ouderen die de vragenlijst invulden hebben geen hulp nodig (77%). Maar diegenen die wel hulp nodig hebben krijgen dat vooral van partner, kinderen en professionele zorg. Zij hebben vrijwel geen ervaring met het krijgen van hulp door burens of vrienden.

Voor velen is het zelf vragen om hulp bij persoonlijke, lichamelijke zorg niet eenvoudig. Mensen hebben liever geen hulp en stellen het vragen van hulp zo veel mogelijk uit. Als er wel hulp nodig is, vallen ze het liefst terug op een partner, op de kinderen en als het moet op professionele zorg.

Vragen om hulp bij zaken als huishoudelijke klusjes, vervoer, boodschappen en dergelijke wordt niet snel gedaan, alleen als het echt nodig is. Incidenteel kan men nog wel hulp vragen, maar 28% stelt hulp vragen zo lang mogelijk uit. Zo nodig vraagt men liever hulp aan een professionele organisatie (32%).



*"Hulp vragen is moeilijk want je wilt er graag nog toe doen en liever hulp geven".*

Hulp vragen betekent voor velen afhankelijk worden van de ander. Daarom vinden mensen het ook belangrijk om iets terug te kunnen doen. Het is bovendien niet gemakkelijk om jezelf te zien als hulp- of zorgbehoevend.



*"Ik vraag geen hulp, maar blijf gewoon liever doorploeteren".*

Veel mensen geven aan dat ze zelf hulp kunnen betalen, bijvoorbeeld maaltijden aan huis laten bezorgen. Of ze schakelen kinderen in voor hulp. Maar dat is lang niet voor iedereen weggelegd.

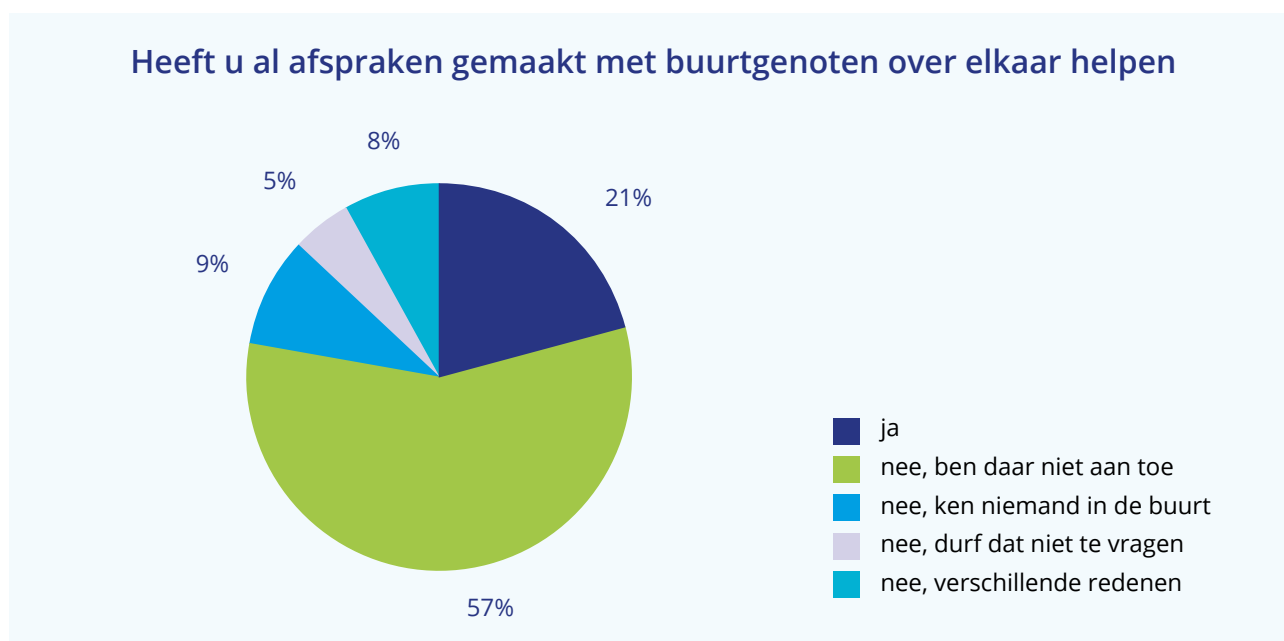
We kunnen gerust spreken van vraagverlegenheid bij de meeste ouderen. Ouderen zijn niet gewend om hulp te vragen.

“We doen het zo lang mogelijk zelf, ook als het eigenlijk niet meer kan”.

Slechts 20% geeft aan dat ze in de buurt afspraken hebben gemaakt om elkaar te helpen. De buurtapp speelt een belangrijke rol wanneer het gaat over incidentele ‘kleine’ vragen om hulp. De grootste groep (56%) geeft aan dat ze nog niet toe zijn aan het maken van vaste afspraken.

Van de respondenten geeft 14% aan dat ze geen contacten hebben, of niet zelf om hulp durven vragen, of zich daarvoor zouden schamen (zie figuur 3). We horen ook vanuit de gesprekstafels dat er zorgen zijn omdat lang niet alle mensen contacten hebben. Er is een groep ouderen die heel moeilijk te bereiken is en die weinig met de buurt van doen heeft.

“Ik durf het niet te vragen want ik ken niemand meer in de buurt, het zijn allemaal jonge mensen die heel druk zijn”.



Figuur 3

### 3.3 Wat hebben mensen nodig om elkaar te helpen?

Een belangrijke voorwaarde voor het geven van hulp is, dat mensen elkaar al op voorhand moeten kennen en dat er al sprake is van een onderlinge band. Vertrouwen in elkaar, respect en zorg om de privacy zijn begrippen die we vaak terugzien.

Wederkerigheid is voor veel mensen belangrijk. Helpen, goed doen, is een zinvolle bezigheid en zolang mensen daar een positief gevoel over hebben, houden ze het vol en is het ook een goed middel om eenzaamheid tegen te gaan. Wanneer het te veel wordt en er onvoldoende tegenover staat haken mensen af.

Uit de gesprekken blijkt: bij het geven van langdurige hulp en ondersteuning zijn professionals nodig voor een goede organisatie. Er moeten mogelijkheden zijn om vervanging te regelen en een steunpunt waar je terecht kan met vragen. Wanneer de vraag om hulp langzaam toeneemt en met kleine stapjes overgaat in zorg moet er ondersteuning kunnen zijn door professionals. Bij de gesprekstafels komt regelmatig aan de orde dat het moeilijk kan zijn om goede hulp tijdig te regelen. Daar kunnen weken overheen gaan.

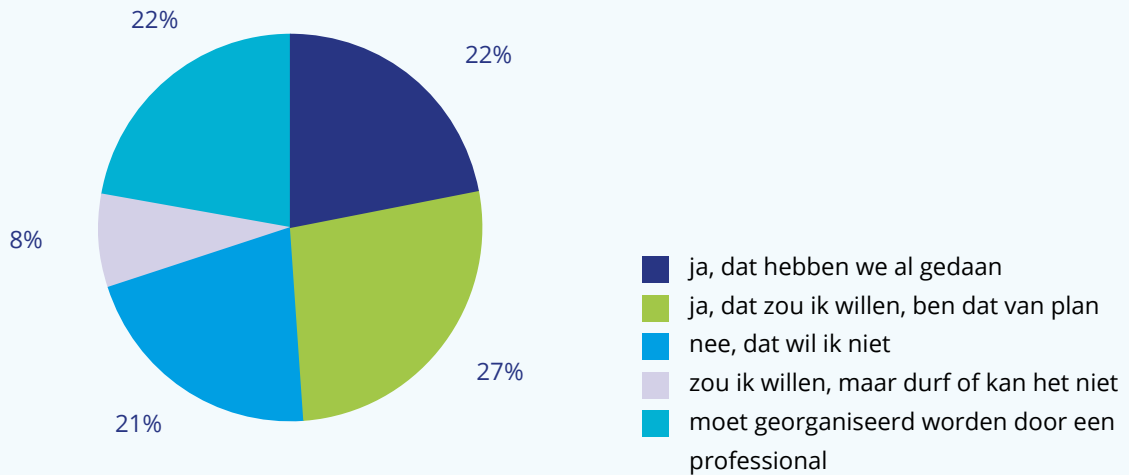
Ouderen zijn kritisch over de ontwikkelingen in de zorg en vinden dat daar veel meer aandacht voor zou moeten zijn. Veel deelnemers aan de gesprekstafels vragen zich af: Weten we waarom zo weinig jongeren kiezen voor de zorg? En wat doen we dan met die kennis? En waarom verlaten zoveel zorgmedewerkers het vak en gaan iets anders doen?

We zien dat 26% van de ondervraagden wel graag afspraken in de buurt zou willen maken, 21% wil dat niet doen en 8% durft het niet te doen.

Zowel uit de vragenlijst als uit de verslagen van de gesprekstafels kwam duidelijk naar voren dat men vindt dat een professional zoals een buurtwerker, dorpscoördinator of eventueel een betaalde vrijwilliger zou moeten helpen met het organiseren van burenhulp (zie figuur 4). Het is belangrijk dat mensen weten dat ze er niet alleen voor staan, dat ze ergens terecht kunnen met vragen en vooral dat er ook vervanging geregeld kan worden, zodat de verplichting en de verantwoordelijkheid wat minder zwaar drukt.

Dit betekent dat professionele steun duurzaam moet zijn. Bij de gesprekstafels komt nadrukkelijk naar voren dat men samenwerking verwacht met en tussen de professionele organisaties en duidelijke informatie over wat de mogelijkheden en financiële kaders zijn.

## Zou u met uw buurtgenoten afspraken willen maken over elkaar helpen?



Figuur 4

De vorming van gemeenschappen, waar men elkaar kent en elkaar kan aanspreken, gaat gepaard met de vraag om ontmoetingsruimten. Plaatsen waar men samen komt. Die zijn er lang niet overal en worden als belangrijk ervaren. Ouderen geven aan dat het mooi zou zijn wanneer er meer knarrenhofjes of woongemeenschappen voor ouderen zouden komen. Binnen die woonsituaties kan dan ruimte zijn voor ontmoetingsplekken. Ouderen, maar ook de experts, noemen dat het zo lang mogelijk op jezelf blijven wonen, kan leiden tot eenzaamheid bij ouderen. Woon- zorgvoorzieningen waar ook ruimte is voor het samenkomen en samen dingen ondernemen is daarvoor een positieve ontwikkeling.

Een terugkerende opmerking is dat we veel beter moeten zorgen voor de zorg. Bij de gesprekstafels wordt besproken dat ouderen zich zorgen maken over de vraag of er nog wel voor hen gezorgd zal worden. Zij denken dat veel jongeren niet geïnteresseerd zijn in zorgen voor ouderen, zij zijn druk met hun eigen leven of met mantelzorg voor ouders terwijl ze zelf nog jonge kinderen hebben. Dan is er weinig ruimte over voor het bieden van zorg of ondersteuning aan oudere buurtgenoten.



*“Het vereist een cultuurverandering in de samenleving: van ik naar wij”.*

Noaberschap was/is in kleine dorpen en oude buurten meer vanzelfsprekend. In steden is dat de laatste decennia op de achtergrond geraakt. Daarbij lijkt er iets paradoxaals aan de hand te zijn: we moeten enerzijds langer en meer werken en anderzijds meer tijd voor elkaar

creëren om naar elkaar om te zien en mantelzorg te verlenen. De wijze waarop we naar zorg kijken en dat we daarin zouden moeten veranderen komt vaker ter sprake. Dat daarin ouderen ook meedenken, meepraten en meebeslissen is belangrijk.

Opvallend is dat veel ouderen in het vragenformulier gebruik hebben gemaakt van het plaatsen van een persoonlijke tekst. Daarin wordt vooral de zorg over de heersende opvattingen in de samenleving weergegeven. Het individualisme, het gevoel teruggeworpen te worden op jezelf. Velen maken zich daar zorgen over.

# 4. Conclusie

## 4. Conclusie

### Waar ligt de grens?

Zorgen in de betekenis van lichamelijke zorg en ondersteuning bij medicijngebruik is voor vrijwel alle ouderen een brug te ver. Dat moeten we overlaten aan zorgprofessionals.



*"Noaberschap kan niet de oplossing zijn voor het tekort aan personeel in de zorg".*

We spreken over zorgen voor elkaar, maar onduidelijk is wat dat zorgen is. Beter zou zijn om te spreken over aandacht voor elkaar hebben en hulp en ondersteuning bieden aan je naaste. Ouderen kunnen en willen elkaar wel helpen met kleine, ondersteunende handelingen. Dat gaat vooral over incidentele hulpvragen. Wanneer het bieden van hulp structureel wordt en langer duurt, wordt het voor velen moeilijk.

### Kunnen mensen zelf hulp vragen?

Ouderen vragen niet snel om hulp, zijn liever zelfstandig en onafhankelijk en wachten tot het echt niet meer gaat. Pas dan komt er een vraag naar zorg. Deze vraag wordt het liefst aan kinderen of familie gesteld, maar als dat lastig is of niet mogelijk, dan aan een professional. Het omzien naar elkaar en helpen bij de kleine dagelijkse verrichtingen is sterk afhankelijk van de relatie die mensen met elkaar hebben. Voor velen zijn wederkerigheid en vertrouwen dan belangrijk.

### Wat hebben ouderen nodig?

Elkaar kennen, respecteren en vertrouwd zijn met elkaar, is nodig voor je hulp kan vragen en geven. Ontmoetingsplekken zijn daarbij van grote betekenis. Een professional die helpt om mensen te verbinden, om de burenhulp te organiseren, vinden velen belangrijk.

Mensen zijn wel van plan om afspraken te maken met buurtgenoten, maar komen daar zelf kennelijk niet aan toe. Hulp bij het starten van 'voorzorgcirkels' of andere vormen van gemeenschapszin waarin vaste afspraken worden gemaakt, is dan belangrijk.

Duidelijk moet zijn waar je terecht kan met vragen en voor hulp bij de vaak complexe regelingen en voorzieningen. Eén loket waar je met vragen en problemen terecht kan.

# 5. Aanbevelingen

## 5. Aanbevelingen

De aanbevelingen komen voort uit zowel uit de antwoorden op de vragenlijst als uit de samenvattingen van de gesprekstafels en waren een belangrijk onderwerp bij de gesprekken met de experts.

Enkele aanbevelingen liggen vooral op het terrein van de gemeente. Die worden hier wel genoemd omdat ze belangrijk zijn.

### 5.1 Aanbevelingen op gemeentelijk niveau

#### Aanbevelingen

##### Gemeentelijk niveau:



##### **Regel professionele ondersteuning bij (de start van) buurt initiatieven**

*De Raad van Ouderen adviseert burenhulp te helpen organiseren en ondersteunen door een professional. Een zorgzame samenleving vraagt om duurzame professionele steun. Belangrijk is om daar ook duidelijke kwaliteitseisen aan te verbinden.*

Een buurtwerker, sociaal makelaar, dorpsondersteuner of vergelijkbare functie is vaak noodzakelijk om mensen met elkaar in contact te brengen, om een aanspreekpunt te organiseren en om een vraagbaak te zijn voor mensen die dat nodig hebben. Zij kunnen helpen om hulp zodanig te organiseren dat mensen niet overbelast raken en daardoor afhaken, bijvoorbeeld door vervanging mogelijk te maken.

##### Gemeentelijk niveau:



##### **Maak het aanvragen van zorg eenvoudiger**

*De Raad van Ouderen adviseert: regel één laagdrempelig loket waar ouderen terecht kunnen met alle zorg- en ondersteuningsvragen.*

Een terugkerende klacht is dat ouderen het zorglandschap met de verschillende regelingen, wetten en financieringsvormen heel ingewikkeld vinden. Ouderen hebben regelmatig hulp nodig van professionele coaches om in het woud van regelingen en formulieren de weg te vinden.



### **Samenwerking tussen organisaties: maak duidelijk wie wat op wijkniveau doet**

*De Raad van Ouderen adviseert om de grote verscheidenheid aan thuiszorgorganisaties sterk te verminderen, om samenwerking tussen zorg en welzijnsorganisaties te bevorderen (AZWA) en dit te verbinden aan kwaliteitscriteria.*

Een sterke en duidelijke organisatie van zorg en welzijnswerk, waarbij samenwerking tussen de verschillende disciplines belangrijk is, is de basis voor mensen om elkaar te helpen. Dat gaat moeilijk wanneer bijvoorbeeld in één wooncomplex zes (of meer!) verschillende zorgaanbieders komen. Voor ouderen maakt dat de zorg nog onoverzichtelijker.

## 5.2 Aanbevelingen op landelijk niveau

### Aanbevelingen

#### Landelijk niveau:



#### **Voer de dialoog over de toekomst van de zorg**

*De Raad van Ouderen adviseert om een model te ontwikkelen om een maatschappelijke discussie over de zorg te organiseren, waar ouderen een belangrijke rol in spelen. Stel de vraag: "In wat voor land willen we leven?" Door ouderen vanaf de start te laten meepraten worden signalen gehoord, ervaringen gebundeld en een reëel beeld van ouderen geschetst. Zo kan het beleid worden getoetst aan de leefwereld van ouderen.*

We komen uit een tijd waarin zorg ruim voorhanden was, waarin het recht op professionele zorg kon worden opgeëist en waarin alles wat kon, ook moest gebeuren. We gaan nu naar een andere tijd, een tijd waarin de zorgzame samenleving gestalte moet gaan krijgen. Dat gaat niet vanzelf, naast organisatie van de zorgzame samenleving vraagt het ook een maatschappelijk debat over de vraag wat goede zorg is en hoe we dat samen gestalte moeten geven. De overheid lijkt nu veel verantwoordelijkheden voor de zorg neer te leggen bij de burger, zonder daar de dialoog over aan te gaan. Zeker wanneer het de ouderenzorg betreft, moeten ouderen gesprekspartner zijn.

Een lange termijn visie op de zorg voor ouderen is nodig. Met alleen korte termijn regelingen bestaat het risico dat we nu maatregelen treffen die op langere termijn ongunstig uitpakken.

## Landelijk niveau:



### **Regel het volgen van de afspraken in het AZWA**

*De Raad van Ouderen adviseert om een duidelijke route vast te stellen voor het bewaken van de uitvoering van het beleid zoals vastgelegd in het AZWA.*

*De raad onderschrijft de afspraken in het AZWA ten aanzien van de basisvoorzieningen in wijken en buurten gericht op bevorderen van zelf- en samenredzaamheid in de samenleving. Dat is een taak van de gemeente waar de landelijke overheid positieve sturing aan kan geven, niet alleen door financiering maar ook door een helder kwaliteitskader te scheppen en te volgen.*

Mensen kunnen en willen elkaar helpen, er zijn voor elkaar. Dat kan alleen als men elkaar kent en vertrouwt. Het is van groot belang dat gemeenten worden aangezet tot het faciliteren van plekken waar mensen samen kunnen komen.

Dat kan zijn van een bankje in het park tot een aantrekkelijk buurthuis.

Daarnaast is professionele ondersteuning bij de organisatie noodzakelijk.

## Landelijk niveau:



### **Promoot het senior vriendelijk wonen**

*De Raad van Ouderen adviseert om werk te maken van het bouwen van geclusterde woonvormen en andere vormen van seniorvriendelijk wonen, waarin het elkaar ontmoeten een belangrijke plaats inneemt. Dit zal een gezamenlijke opgave zijn voor de ministeries Volksgezondheid, Welzijn en Sport en Volkshuisvesting en Ruimtelijke ordening. Woningbouwcorporaties en gemeenten spelen hierin een belangrijke rol.*

Tot 2040 stijgt het aantal ouderen met een zorgindicatie die past bij een kleinschalige woonvoorziening met bijna 60 procent naar 270 duizend. Het gaat vaak om mensen die niet meer volledig zelfstandig kunnen wonen, maar met de nabijheid van zorgverleners wel deels voor zichzelf kunnen zorgen.

## Landelijk niveau:



### **Houd de zorgsector aantrekkelijk**

*De Raad van Ouderen adviseert om samen met de beroepsgroep en werkgevers het vak voor verzorgenden en verpleegkundigen aantrekkelijk te houden. Maak meer werk van creatieve oplossingen om de zorg te ontlasten.*

De instroom bij de zorgopleidingen is de laatste jaren fors gedaald en de komende jaren gaan veel zorgmedewerkers met pensioen. Dan is zorgen voor de zorg geen overbodige luxe. De zorg zal versterkt moeten worden om ook ondersteuning te kunnen bieden aan maatschappelijke initiatieven. Blijf investeren in een efficiënte en aantrekkelijke sector voor jong en oud.

## Landelijk niveau:



### **Herziening van het wettelijk en financiële kader**

*De Raad van Ouderen adviseert om werk te maken van een verbetering van het huidige stelsel. De verschillende wetten: Wet langdurige zorg (Wlz), Zorgverzekeringswet (Zvw) en Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) kunnen beter op elkaar worden afgestemd. Dat is een complexe opgave, maar de situatie zoals die nu is zal op den duur niet houdbaar meer zijn. We onderschrijven het instellen van de staatscommissie zorg. We adviseren om ouderen met brede maatschappelijke ervaring op te nemen in deze commissie.*

Ouderen weten niet waar ze voor welke zorg terecht kunnen. De Wlz roept veel vragen op, evenals de verschillende eigen bijdragen bij Wlz en Wmo. Bovendien horen we van situaties waarbij ouderen heel sterk geleid worden naar een Wlz indicatie, al dan niet met Volledig Pakket Thuis (VPT), zonder dat ze dit zelf willen. De verschillende wetten, de vele uitvoerende instanties, fraude in de zorg, de sterk doorgevoerde marktwerking: het stelsel is toe aan verbetering.

# | Bijlagen

## Bijlage 1, gesprekken met experts

- Prof. dr. Femianne Bredewold, Universiteit voor Humanistiek Utrecht, directeur Ben Sajat centrum Amsterdam
- Prof. dr. Bianca Buurman, Universiteit van Amsterdam, voorzitter VenVN
- Drs. Esther Cornegé, klinisch geriater, voorzitter NVKG
- Ir. Tom Schoen, Patiëntenfederatie NL, manager eerste lijn en langdurige zorg
- Em. prof. dr. Guus Schrijvers, gezondheidseconoom, public health deskundige
- Mw. Kirsten Tinneveld Madsen, vereniging Reablement Nederland
- Drs. Suzanne Veen, manager wonen en zorg, en drs. Rob Gruntjes, manager team zorg thuis, ACTIZ
- Drs. Esther Hendriks, bestuurder en mw. Janita Neuteboom, senior adviseur, MantelzorgNL

# Bijlage 2, Alert zorgen over de zorgzame samenleving



## Raad van Ouderen

Churchillaan 11  
3527 GV Utrecht

p/a BeterOud  
Postbus 8228  
3503 RE Utrecht

[info@raadvanouderen.nl](mailto:info@raadvanouderen.nl)  
[www.raadvanouderen.nl](http://www.raadvanouderen.nl)

**Aan:** De minister van VWS, de heer Jan Anthonie Bruijn  
en staatssecretaris LMZ, mevrouw Nicki Pouw-Verweij

**Ons kenmerk:** 03122025 JH/AL

**Onderwerp:** Zorgen over de zorgzame samenleving, een alert

**Datum:** 03 december 2025

Geachte heer De Bruin en mevrouw Pouw,

De Raad van Ouderen (RvO) wil graag uw aandacht vragen voor de zorgzame samenleving en dan vooral over de grenzen die wij daaraan zien. Met deze brief sturen wij een alert: Tussen 'thuis, het kan nog (net)' en 'thuis, we kunnen het niet meer aan' zien wij een grens.

Het beleid van uw voorgangers is gericht op zelf doen-thuis-digitaal (WOZO-programma). Veel wordt verwacht van de beweging waarbij we als samenleving meer zorgen voor elkaar. Zorgzame buurten, voorzorgcirkels, liefdevolle straten; van de samenleving wordt verwacht dat zij een belangrijk deel opvangt van het zorgtekort. Ook VWS ziet de zorgzame buurt als een waardevolle oplossing voor het tekort aan professionele zorg (zie o.a. Hoofdlijnenakkoord Ouderenzorg en het Aanvullend Zorg en Welzijnsakkoord). Investeren in een samenleving die oog heeft voor elkaar is een goede beweging, waar niet alleen ouderen, maar iedereen van profiteert.

Die sturing lijkt effect te hebben. Steeds meer ouderen blijven thuis wonen. De wensen voor privacy, eigen regie en autonomie, de krappe arbeidsmarkt, nieuwe inzichten zoals reablement en hoge drempels voor (verpleeghuis)zorg dragen daar zeker ook toe bij. Daarnaast speelt ook een rol dat ouderen meer gezonde levensjaren krijgen en pas later zorgvragen ontwikkelen.

We zien mooie ontwikkelingen van de zorgzame samenleving waar Austerlitz en Hoogeloon zeer bekende voorbeelden van zijn. De RvO is warm voorstander van deze ontwikkelingen en van oplossingen waarbij het samen wonen, samen zorgen centraal staan.

In het laatste advies van de RvO '*Van verzorgingshuis oude stijl naar geclusterd wonen met welzijn en zorg op maat; alle hens aan dek!*' over het 'moderne verzorgingshuis' (2025) is voor de groep meest kwetsbaren een oplossing beschreven die geheel past in de

gedachte van de zorgzame samenleving. De geclusterde voorziening moet als een centrale plek onderdeel uitmaken van de zorgzame samenleving.

#### *Onze waarnemingen en ervaringen*

Wij horen echter ook dat er grenzen zijn aan wat mensen voor elkaar kunnen en willen doen.

In de periode dat de zelfredzaamheid (wat) minder wordt zijn partners, (klein-)kinderen, burens en de gemeenschap om hen heen vaak bereid de hand te reiken. Deze voorliggende periode op de zorgvraag wordt vaak op een geweldige wijze door de gemeenschap om de oudere heen, opgevangen. Die inzet is bijzonder en daar mogen we trots op zijn.

Na welzijn en omkijken naar ouderen komt de fase van de zorgvraag die soms snel en soms gestaag toeneemt.

Wat we dan uit het land horen is dat de gemeenschap niet (meer zo makkelijk) in staat en bereid is om die vragen van meer persoonlijke, dagelijkse, intensievere zorg te beantwoorden. De overgang van voorliggende welzijnsactiviteiten naar zorgen is ingezet en op dat pad verliezen ouderen de mensen om hen heen. Naasten en buurtbewoners kunnen en/of willen die zorg niet geven.

Deze overgang is cruciaal; wat moet en kan er dan gebeuren en wie kan daarin steunen?

#### *Tussen 'thuis, het kan nog (net)' en 'thuis, we kunnen het niet meer aan'*

Leden van de RvO zien en horen steeds vaker voorbeelden van situaties waarin de grenzen aan de zorgzaamheid van naasten en buurtbewoners wordt bereikt. Als de ondersteuningsvraag verandert in een zorgvraag – als er fysieke zorg geboden moet worden (bijvoorbeeld ondersteuning bij eten, aankleden of dagelijkse hygiëne), als de frequentie toeneemt (meerdere malen per week en soms per dag een (ver)zorgmoment) of als de verantwoordelijkheid te groot wordt (medicatie toedienen, zorg, opvang voor mensen met onbegrepen gedrag) – kan het informele netwerk niet meer alles opvangen.

Op het moment dat de omgeving niet meer als vanzelfsprekend alle ondersteuning biedt en de zorgvraag alarmerend stijgt, is een gelijkwaardige samenwerking tussen formele en informele zorg en welzijnspartijen noodzakelijk. Dit ontstaat niet vanzelf; hier moet richting, sturing en facilitering aan worden gegeven. De vraag is dan wat is er nodig om de continuïteit tussen informele en formele zorg te waarborgen en welke partijen spelen daarin een belangrijke rol?

#### *Wat vraagt de Raad van Ouderen via dit alert?*

De RvO vindt het belangrijk om deze zorgen met u te delen.

Wij kunnen ons voorstellen dat u een verdiepend advies van de RvO over dit thema nodig acht.

De kern van het advies zou kunnen zijn:

- Welke grenzen geven naasten, buurtbewoners en vrijwilligers aan, als zij ouderen in de wijk ondersteunen?
- Wat hebben zij nodig om optimaal steun te kunnen bieden aan ouderen in een kwetsbare positie?
- Hoe kunnen zorgorganisaties, overheden en zorgverzekeraars inspelen op deze ervaren grenzen?

Uitgangspunt moet zijn: bewoners zijn mede-ontwerpers van de samenleving! Samen met zorg- en welzijnsorganisaties wordt zorg en ondersteuning in gelijkwaardig partnerschap geboden. Voor de informele zorg is het van cruciaal belang om erop te kunnen vertrouwen dat professionele zorg of ondersteuning beschikbaar is op het moment dat de informele zorg het niet meer (alleen) vol kan houden.

De RvO verneemt graag of u de gevoelde urgentie met ons deelt. Wij zien uit naar een gesprek over de geschetste problematiek.

Met vriendelijke groet,



Anja J.M.H. Laeven, voorzitter Raad van Ouderen

## Bronnen

- Ben Sajat Centrum (2025). De belofte van de gemeenschap & zeven belemmerende mythes. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://bensajetcentrum.nl/assets/2025/01/De-belofte-van-de-gemeenschap-zeven-belemmerende-mythes-januari-2025.pdf>
- Canoy, M., Smelik, J., van Ham, M. (2023). Zorgzame buurten die het systeem trotseren. Movisie. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2023-05/Zorgzame-buurten-2023.pdf>
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2022). Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://open.overheid.nl/documenten/ronl-63e851f8e45b8662a4d04b1d5832b98231d40670/pdf>
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2025). Kamerbrief over resultaten programma WOZO. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://open.overheid.nl/documenten/0f853408-31d0-4fc4-86a7-d8f8a30a30c7/file>
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2025). Integraal Zorg Akkoord. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://www.rijksoverheid.nl/binaries/rijksoverheid/documenten/rapporten/2022/09/16/integraal-zorgakkoord-samen-werken-aan-gezonde-zorg/integraal-zorg-akkoord.pdf>
- Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (2025). Hoofdlijnenakkoord Ouderenzorg. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://open.overheid.nl/documenten/9475cbe6-2df0-4464-8e73-59b09945fe2f/file>
- Movisie (2023). Zorgzame straten. Wat leren praktijkvoorbeelden ons over burenhulp? Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://www.movisie.nl/sites/movisie.nl/files/2024-01/Zorgzame-straten-2024.pdf>
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (2024). Zorg en sociaal domein Themaverkenning bij de Volksgezondheid Toekomst Verkenning 2024 Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://www.rivm.nl/bibliotheek/rapporten/2024-0047.pdf>
- Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (2025). Monitor ouderenzorg: beweging in de samenleving. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://open.overheid.nl/documenten/c7fc9006-5e8d-46cc-ab00-8338c8eb84af/file>
- Sociaal Economische Raad (2026). Mantelzorg en werk in een zorgzame samenleving, Een integrale aanpak voor een werkende combinatie. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://www.ser.nl/-/media/ser/downloads/adviezen/2026/mantelzorg-en-werk.pdf>
- Vereniging van Nederlandse Gemeenten (2023). Verbondenheid door burenhulp. Geraadpleegd op 30-04-2026 van van [https://vng.nl/sites/default/files/2023-09/verbondenheid\\_door\\_burenhulp.pdf](https://vng.nl/sites/default/files/2023-09/verbondenheid_door_burenhulp.pdf)
- WOZO Werkorganisatie (2024). Zelf- en samenredzaamheid: een verkenning en ontwikkelagenda voor het versterken van bewonersinitiatieven gericht op zorgzame buurten. Geraadpleegd op 30-04-2026 van <https://open.overheid.nl/documenten/e2b0ae80-4f12-4ca5-800f-b3870557b328/file>

# Colofon

## Verantwoordelijk voor uitgave

Raad van Ouderen

## Ontwerp

Marcom+design, Utrecht

## Beeldmateriaal

Philippe Leone, Unsplash

## Contactpersoon

Esther Hanse, Secretaris Raad van Ouderen, [info@raadvanouderen.nl](mailto:info@raadvanouderen.nl)

## Over de Raad van Ouderen

De Raad van Ouderen (RvO) adviseert de minister van VWS gevraagd en ongevraagd vanuit het perspectief van ouderen. De RvO is samengesteld uit leden van de acht regionale ouderennetwerken, SOMNL, ANBO-PCOB en de Koepel Gepensioneerden.

## Disclaimer

De Raad van Ouderen streeft ernaar samen met betrokkenen gebruik te maken van juiste, actuele en beschikbare gegevens in publicaties. Hoewel we zorgvuldig te werk gaan, aanvaarden we geen aansprakelijkheid voor eventuele fouten.



©Raad van Ouderen  
juni 2026

Raad van Ouderen  
Churchillaan 11  
3527 GV Utrecht

p/a BeterOud  
Postbus 8228  
3503 RE Utrecht

[info@raadvanouderen.nl](mailto:info@raadvanouderen.nl)  
[www.raadvanouderen.nl](http://www.raadvanouderen.nl)