

Langer thuis in (w)elk huis

Onderzoek naar manieren waarop 55+'ers zich voorbereiden op wonen in de toekomst



*“Ik ben pas 55 hoor!
Ik kan nog wel
even mee.”*

Deelrapport 1
Juni 2018



Voorwoord

‘Lang zult u wonen’ is het motto van de bewustwordingscampagne die mensen van 55 jaar en ouder informeert en stimuleert om op tijd de woning te verbeteren met het oog op het ouder worden. Sinds 2013 wordt deze campagne in de provincie Overijssel gevoerd en door steeds meer gemeenten in Nederland overgenomen.

Verskillende onderzoeken naar wonen en ouderen laten zien dat de woningvoorraad ongeschikt is en onvoldoende aansluit op de veranderende woonwensen en de (dubbele) vergrijzing. Nieuwbouw van seniorencomplexen, nieuwe woonconcepten, doorstroming en het aanpassen van de bestaande woningvoorraad moeten oplossingen bieden.

In gesprekken tijdens de campagne, maar ook uit onderzoek, weten wij dat veel mensen het liefst oud worden in hun eigen huis. Reden voor ons om te onderzoeken wat hen beweegt. Houden ze er rekening mee dat ze zelfstandig (moeten) blijven wonen? Ondernemen ze actie, door te verbouwen of verhuizen? En, denken alle ouderen hetzelfde?

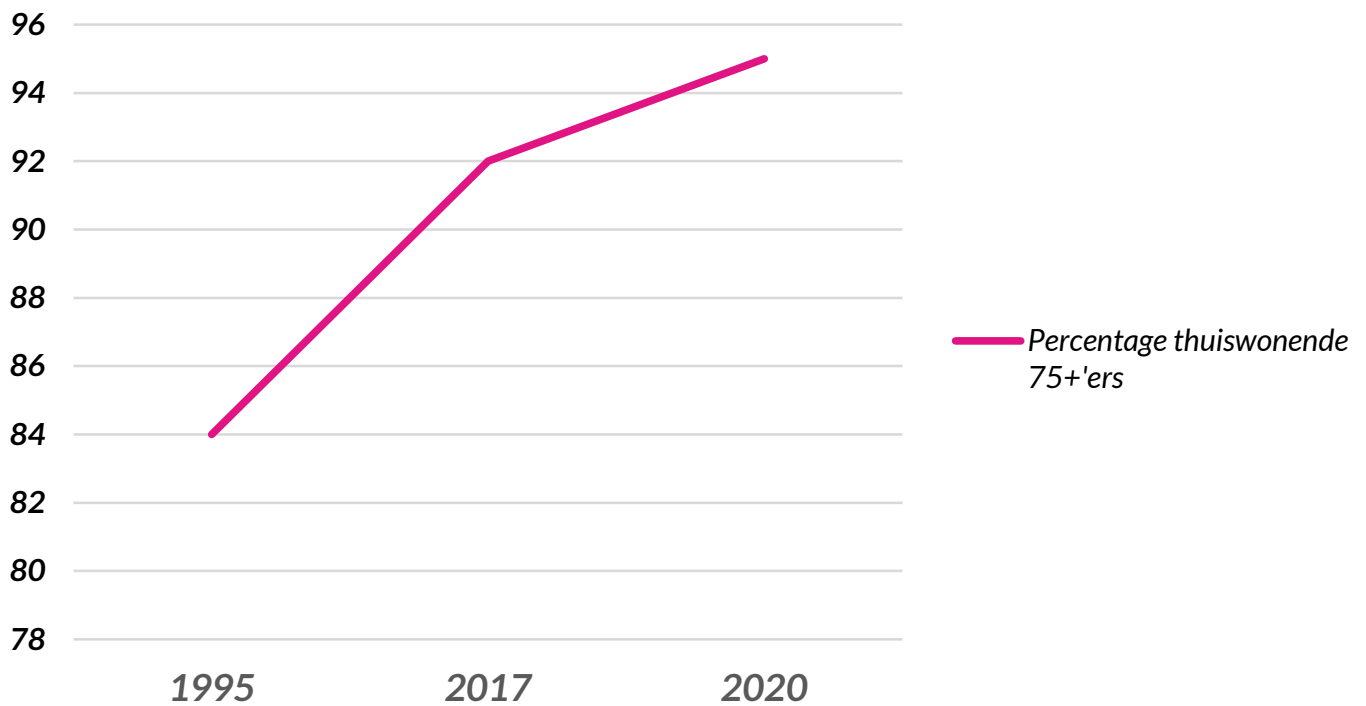
We hebben I&O research gevraagd op deze vragen een antwoord te vinden. In deze publieksversie van het onderzoek brengen we verslag uit van het eerste van vier deelonderzoeken. Het onderliggende I&O rapport is bij ons op te vragen. In de maanden tot oktober zullen de overige drie deelonderzoeken verschijnen, die net als dit onderzoek de (toekomstige) oudere en zijn denkwereld en gedrag centraal stellen.

Lang zult u wonen
Enschede, juni 2018

1 | Inleiding

Ouderen in Nederland wonen langer zelfstandig thuis. In 1995 woonde 16% van alle 75+'ers in een verpleeg- of verzorgingstehuis, in 2017 was dat nog 8%. De verwachting is dat het in de nabije toekomst 5 tot 6% is en dat 95% van de 75+'ers dan zelfstandig thuis woont.

Thuiswonende 75+'ers toen, nu en straks

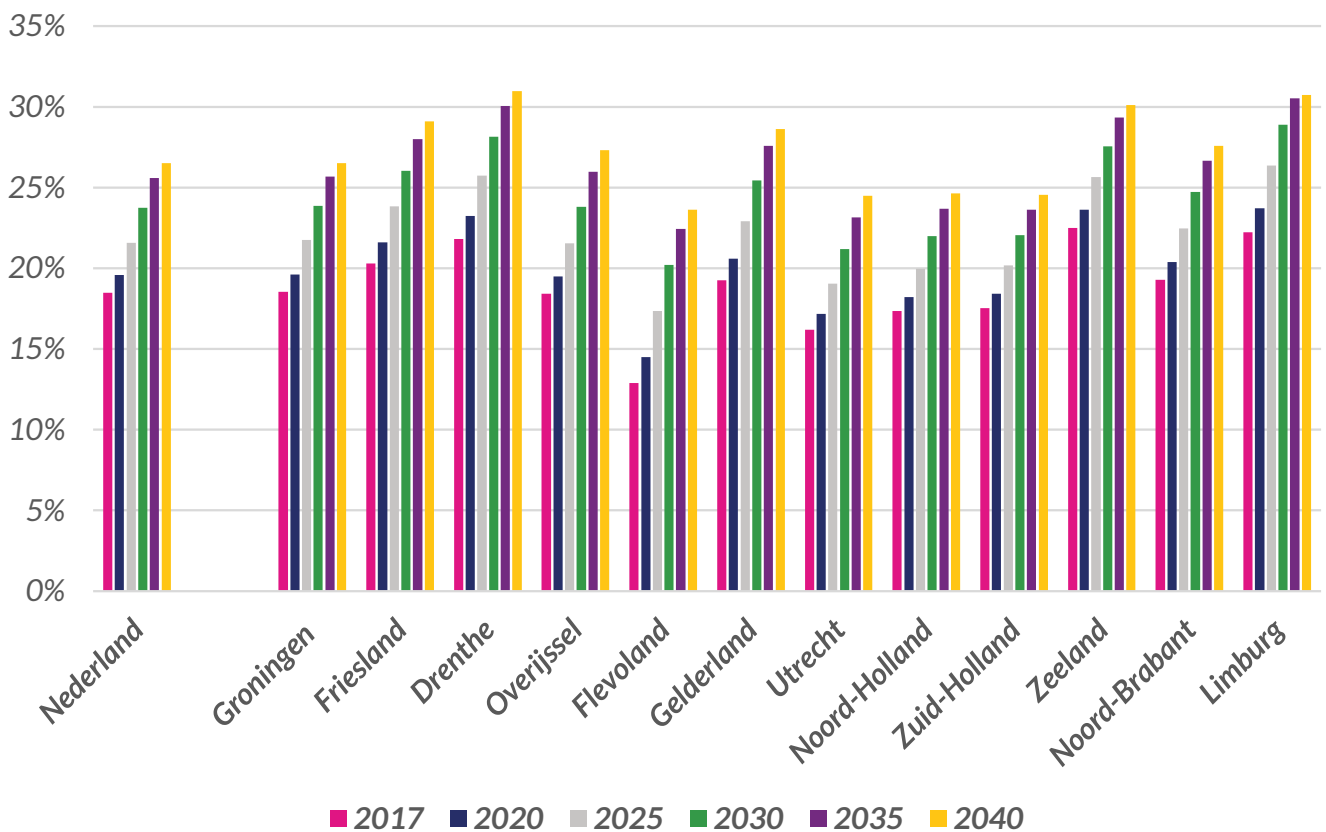


Bron: *Programma Langer Thuis*, ministerie VWS, juni 2018

In 2035 is één op de vier Nederlanders 65 jaar en ouder. Sommige provincies, zoals Drenthe, Zeeland en Limburg, vergrijzen nog harder. In 2040 is daar bijna een derde van de bevolking 65+.



Aandeel inwoners van 65 jaar en ouder (bron CBS)



Bevolkingsprognose Nederland en prognose per provincie (bron: CBS, 2017)

Het absolute aantal ouderen dat langer thuis blijft wonen stijgt de komende jaren fors door de vergrijzing. Het is bekend dat de meeste mensen het liefst oud worden in hun eigen huis. Vaak zijn daar aanpassingen voor nodig, soms moeten mensen zelfs verhuizen. In dit onderzoek kijken we of inwoners zich hierop voorbereiden. Houden ze er in hun woonsituatie rekening mee dat ze langer thuis kunnen blijven wonen? Vinden ze hun huidige woning geschikt om oud in te worden? Hebben ze al aanpassingen gedaan of hebben ze plannen om te verbouwen of verhuizen? Ervaren ze belemmeringen?

Panel I&O Research met 3311 respondenten van 55 jaar en ouder

Lang zult u wonen heeft I&O Research gevraagd voor het onderzoek een panel te raadplegen bestaand uit inwoners van 55 jaar en ouder. De toekomstige oudere (55 - 64 jaar) is in dit onderzoek bewust meegenomen. Hij of zij zal in de nabije toekomst een groot deel van de inwoners vertegenwoordigen die 65 jaar of ouder zijn en langer thuis blijven wonen.

Het onderzoek is uitgevoerd door middel van een online enquête in het I&O Panel in april 2018. In totaal ontvingen 5.983 panelleden van 55 jaar en ouder een uitnodiging om mee te doen aan het onderzoek. De vragenlijst is ingevuld door 3311 mensen, een respons van 55%. Er is geen reminder verstuurd. De onderzoeksresultaten zijn na herweging op leeftijd, geslacht, stedelijkheid en regio representatief voor alle Nederlandse inwoners van 55 jaar en ouder. Dit is uitgevoerd conform de richtlijnen van de Gouden Standaard.

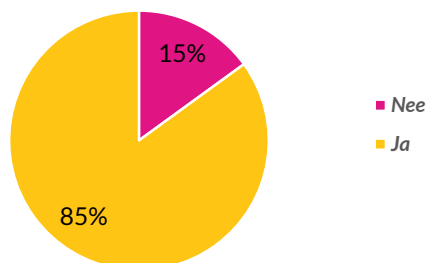
2 | De kloof tussen denken en doen

Langer zelfstandig thuis wonen, zelfredzaamheid en eigen verantwoordelijkheid zijn veelbesproken onderwerpen de afgelopen jaren. Maar in hoeverre houden mensen van 55 jaar en ouder in hun woonsituatie al rekening met de wens en misschien ook noodzaak om zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen? In hoeverre anticiperen zij door (preventieve) maatregelen te treffen in hun thuissituatie?

85% houdt rekening met langer thuis wonen

Houdt u er in uw woonsituatie rekening mee dat u zelfstandig thuis kunt blijven wonen? Het overgrote deel (85%) beantwoordt de vraag met een ja. Gemiddeld genomen geeft een klein deel (15%) aan er geen rekening mee te houden.

Houdt u er rekening mee dat u langer thuis kunt blijven wonen?



68% onderneemt geen actie om veiliger of comfortabeler te wonen

'Het rekening houden met' leidt echter niet tot het ondernemen van actie. Een actie kan zijn het inwinnen van informatie, aanpassingen doen in en om het huis of verhuizen. Er is een kloof tussen denken en doen.

Houdt u er in uw woonsituatie rekening mee dat u zelfstandig thuis kunt blijven wonen?

	Nee, houdt geen rekening	Ja, maar heeft geen actie ondernomen	Ja, heeft informatie ingewonnen	Ja, heeft aanpassingen gedaan	Ja, heeft andere woning	Ja, anders
Totaal	15%	53%	5%	12%	7%	8%
Leeftijd						
55-59 jaar	28%	55%	2%	6%	3%	6%
60-64 jaar	17%	53%	4%	12%	6%	8%
65-69 jaar	13%	56%	5%	12%	8%	7%
70-74 jaar	9%	57%	6%	12%	8%	9%
75-79 jaar	8%	55%	6%	15%	9%	7%
80-plus	9%	41%	9%	20%	10%	12%
Type woning						
Koopwoning	14%	55%	5%	14%	6%	7%
Huurwoning	19%	49%	6%	6%	10%	10%

Figuur 1: Houdt u er in uw woonsituatie rekening mee dat u zelfstandig thuis kunt blijven wonen?

Maar liefst 53% van de mensen denkt er wel over na, maar doet niets. Samen met de mensen die geen rekening houden met de toekomst leidt dit tot een totaal van 68% van de ouderen die niets onderneemt. Wel zijn er verschillen tussen jongere en oudere ouderen. 83% van de toekomstige ouderen (55-59) ondernam niets, van de ondervraagde 80+'ers was dat 50%.

“We hopen dat alles blijft zoals het nu is.”

12% past de woning aan en 7% is verhuisd

Slechts een kleine groep mensen heeft actie ondernomen. Van de ondervraagden heeft gemiddeld 12% een aanpassing in de woning gedaan. Gemiddeld 7% heeft een andere woning gevonden.

5% wint informatie in

Opvallend is dat zeer weinig mensen (gemiddeld 5%) zeggen dat ze informatie hebben ingewonnen over de mogelijkheden om hun woning veiliger en comfortabeler te maken voor hun oude dag.

“Om aanpassingen te realiseren moet je veel info verzamelen. Hiervoor kan je m.i. nergens terecht. Is allemaal versnipperd en gecommmercialiseerd zodat het verkregen advies nooit onafhankelijk is. Mijn ervaring is dat steeds belangen de hoofdzaak spelen. De overheid zou per gemeente een terzake deskundig loket moeten hebben.”

Nadenken over de woontoeekomst komt vaak te vroeg

In de toelichting op hun antwoorden stellen de respondenten dat ze nog niet bezig zijn met hun toekomstige woonsituatie omdat ze zichzelf ‘te jong’ vinden en het ‘te vroeg’ is om hierover na te denken. Of dat ze het ‘wel zien als het zover is’. Het langer zelfstandig thuis wonen is iets waar ze wel rekening mee houden, maar nog niet op dit moment. Zo lang mensen nog geen noodzaak zien of een gevoel van urgentie ervaren komen ze veelal niet in actie.

“Ik voel me nog te jong om hierover na te denken. Als het nodig is dat ik hierover ga denken, komt er wel een oplossing.”

16% ervaart belemmeringen bij het verbeteren van de woning

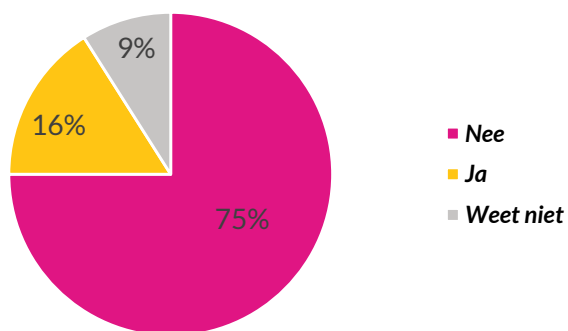
Het overgrote deel van de ouderen (75%) geeft aan geen belemmeringen te ervaren bij het verbeteren van de woning. Voor 16% zijn die belemmeringen er wel en 9% weet het niet. Onder de 16% die één of meerdere belemmeringen ervaart, blijkt dat het vooral om de kosten van de aanpassing of verbouwing gaat, gevolgd door ‘de rompslomp’.



“Ik heb het geld niet om aanpassingen te laten verrichten. Mijn achtertuin zit vol hobbels door tegels maar heb geen geld en mijn kinderen ook niet om dit te laten opknappen. Ik zou dus kunnen vallen. Hoe moet dat dan? En waar moet ik dan zijn? Dus wil ik verhuizen naar een appartement zonder tuin bijvoorbeeld.”



Ervaart u belemmeringen om uw huis veiliger en comfortabeler te maken?



Als mensen ouder worden neemt het aantal belemmeringen dat ze ervaren af. Ervaren van belemmeringen naar leeftijd

- 55-59 jaar: 19%
- 60-64 jaar: 23%
- 65-69 jaar: 14%
- 70-74 jaar: 15%
- 75-79 jaar: 11%
- 80-plus: 11%

54% voelt zich helemaal zelf verantwoordelijk voor de woningaanpassing

Als het gaat om woningaanpassingen om langer zelfstandig thuis te wonen, vindt meer dan de helft dat zij hier zelf helemaal verantwoordelijk voor zijn. De respondenten konden kiezen op een schaal van 1 tot 10 van 'helemaal wel verantwoordelijk' tot 'helemaal niet verantwoordelijk'. Maar liefst 54% van de ondervraagden gaf aan 'helemaal wel verantwoordelijk' te zijn. Op een schaal van 1 tot 10 kennen de inwoners daarmee gemiddeld een 8,6 toe aan de mate waarin zij zichzelf verantwoordelijk vinden voor aanpassingen in hun woning.

helemaal zelf verantwoordelijk

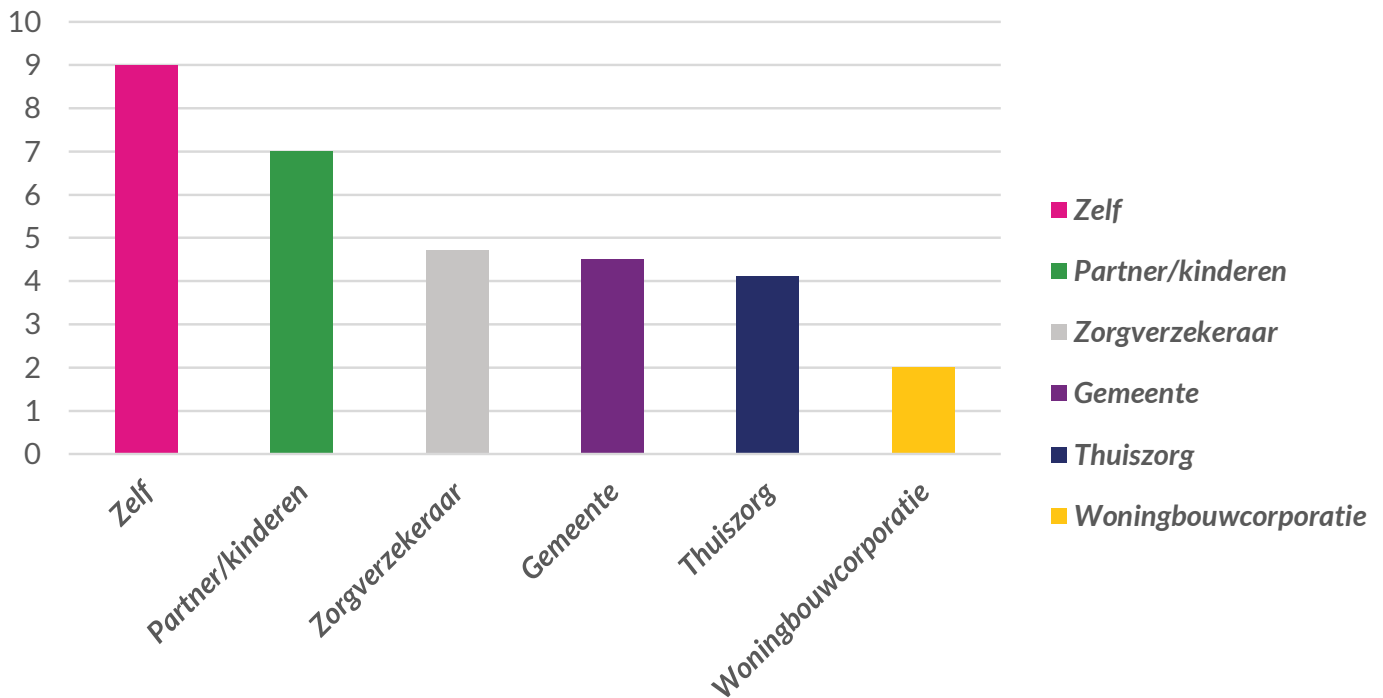
helemaal niet zelf verantwoordelijk



Woningeigenaren voelen vooral zichzelf verantwoordelijk

Met name woningeigenaren zien voor zichzelf de grootste verantwoordelijkheid weggelegd (9,0). Op de tweede plek zien zij een verantwoordelijkheid bij hun partner en/of kinderen (7,0). Als ze al een verantwoordelijkheid buiten zichzelf zien ligt deze volgens woningeigenaren bij de zorgverzekeraar (4,7) en daarna pas bij de gemeente (4,3) en de thuiszorg (4,1).

Top 6 verantwoordelijkheid volgens woningeigenaar



Huurders zien gedeelde verantwoordelijkheid voor woningcorporatie

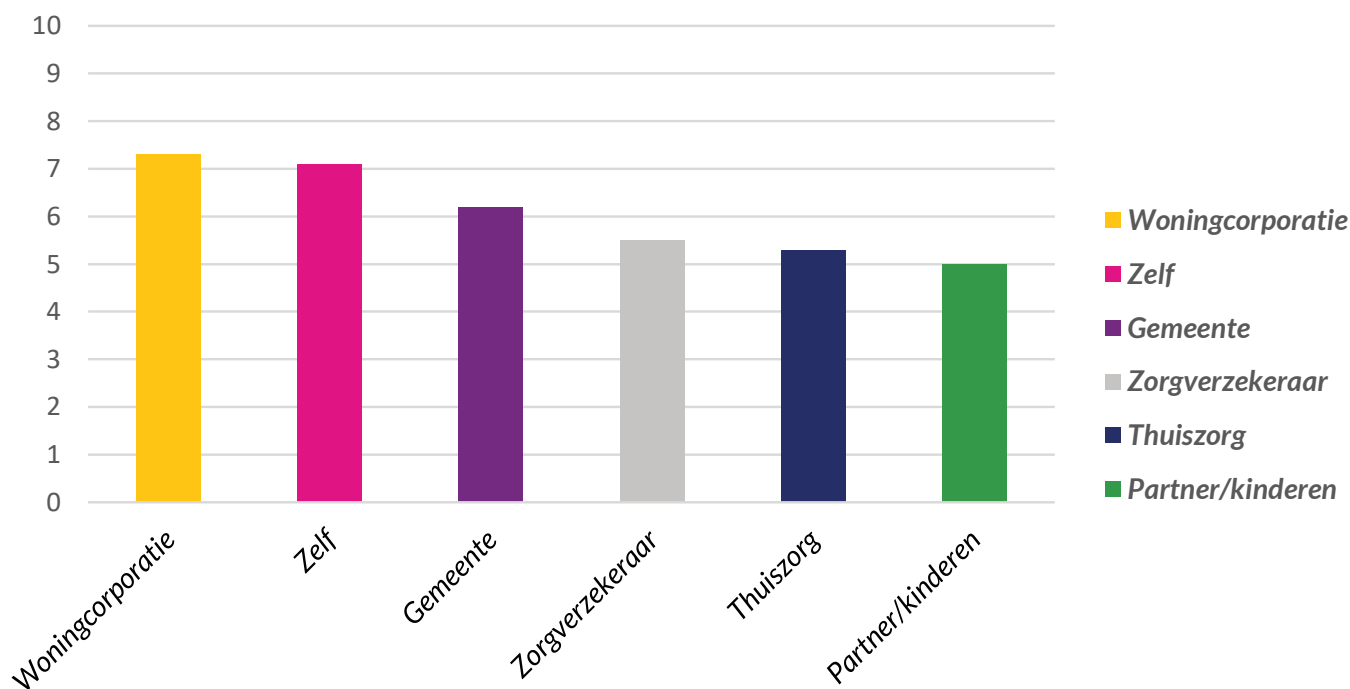
Huurders zijn minder uitgesproken dan woningeigenaren over wie verantwoordelijk is. Ze dichten bijna alle partijen een grote verantwoordelijkheid toe als het gaat om langer zelfstandig thuis blijven wonen in hun huurwoning. Ze vinden in de eerste plaats de woningcorporatie verantwoordelijk voor woningaanpassingen die hen in staat stellen langer zelfstandig thuis te blijven wonen (7,3). Huurders vinden zichzelf bijna net zo verantwoordelijk (7,1). Opvallend is dat de huurder de gemeente een aanzienlijk grotere verantwoordelijkheid toedicht voor woningaanpassingen dan woningeigenaren.

“De situatie kan heel plotseling veranderen, daar houd ik rekening mee. De verhuurder is bereid om een verhoging voor de voordeur te plaatsen, zodat je met een rollator goed in huis kunt komen.”

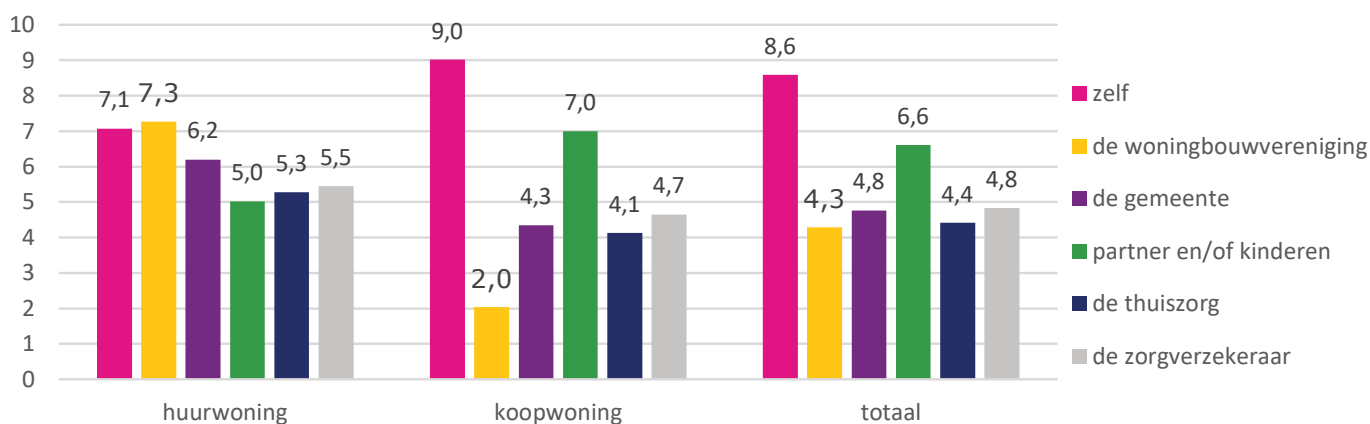
Huurder en woningeigenaar zien rol van partner en kinderen verschillend

De partner en/of de kinderen zijn volgens huurders het minst verantwoordelijk voor woningaanpassingen, in tegenstelling tot woningeigenaren. Woningeigenaren kijken op de tweede plek naar hun eigen omgeving en vinden partner en/of kinderen in hoge mate verantwoordelijk.

Top 6 verantwoordelijkheid volgens huurder



In het totaalplaatje hieronder is te zien dat de huurder ten opzichte van de woningeigenaar minder duidelijk is over wie de verantwoordelijkheid draagt voor woningaanpassingen.

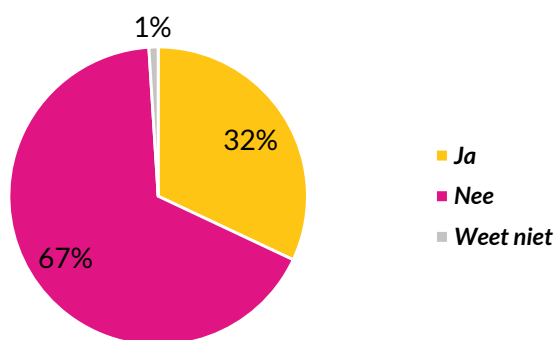


“In onze gemeente krijgen mensen van 75+ huisbezoek om over “de oude dag” te praten en over het maken van wegwijs. Heel positief. Het was nog niet nodig, maar het gesprek is als prettig ervaren.”

3 | Verbouwingen en aanpassingen afgelopen vijf jaar

32% van de (toekomstige) ouderen heeft de afgelopen vijf jaar iets verbouwd of aangepast, 67% heeft helemaal niets aan de woning veranderd en 1% weet het niet (meer).

Heeft u de afgelopen 5 jaar iets verbouwd of aangepast in uw woning?



Tot 70e levensjaar wordt meest verbouwd en aangepast

In de leeftijd van 55 tot en met 69 jaar wordt het meest verbouwd en aangepast in huis. Met het toenemen van de leeftijd, daalt het totale aantal verbouwingen en aanpassingen licht. Veel 55+ers vinden het nog te vroeg om bezig te zijn met hun woonsituatie in relatie tot langer zelfstandig thuis wonen. Tegelijkertijd is het juist de jongere categorie respondenten (55 - 69 jaar) die de afgelopen vijf jaar iets heeft verbouwd of aangepast aan de woning het grootst (36%). Alleen zijn de aanpassingen en verbouwingen niet altijd gedaan om langer zelfstandig thuis te kunnen blijven wonen.

Van de 55-plussers die in afgelopen vijf jaar binnen- of buitenshuis iets heeft aangepast of verbouwd, zegt 90% er in hun woonsituatie rekening mee te houden dat ze zelfstandig thuis kunnen blijven wonen. Toch zegt binnen deze groep 'ver-

bouwers' 47% dat zij nog géén actie hebben ondernomen. Dat betekent dat er wel iets is verbouwd of aangepast, maar dat die verbouwing of aanpassing het langer zelfstandig thuis wonen niet als specifiek doel heeft gehad. Het verbouwen of aanpassen is voor deze groep wellicht om de woning te onderhouden of verfraaien, maar er wordt niet geanticipeerd op de oude dag.

Aanpassingen of verbouwingen in huis afgelopen 5 jaar

	JA	NEE
55 - 59 jaar:	36%	63%
60 - 64 jaar:	36%	63%
65 - 69 jaar:	35%	65%
70 - 74 jaar:	26%	74%
75 - 79 jaar:	29%	71%

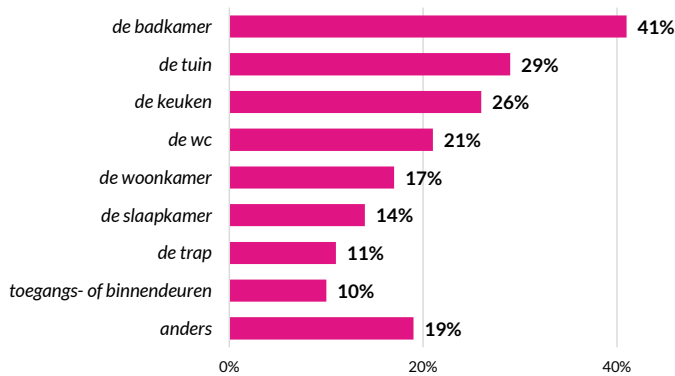
36%

van de inwoners met een koopwoning heeft in de afgelopen vijf jaar iets aangepast of verbouwd in huis, onder huurders is dit 19%.

Wat wordt er verbouwd of aangepast in huis?

Van alle verbouwingen en aanpassingen bij (toekomstige) ouderen staan de badkamer, de tuin en de keuken op respectievelijk plek 1, 2 en 3 op de lijst van populaire maatregelen. Bij de badkamer en tuin speelt het veiliger en comfortabeler maken van de woning zeker een rol. In de keuken speelt langer zelfstandig thuis wonen nauwelijks een rol tijdens de verbouwing.

Gedane verbouwingen en aanpassingen in en om het huis



Aan de panelleden is gevraagd een toelichting te geven op wat ze in de betreffende ruimte hebben verbeterd, verbouwd of aangepast.

1. De badkamer

Verbeteringen in de badkamer zijn er vaak op gericht om je er langer zelfstandig te kunnen redden. Het blijkt te gaan om het volledig vernieuwen van de badkamer. Het ligbad wordt verwijderd en veel mensen kiezen voor een inloopdouche. Enkele respondenten geven aan dat zij de toiletput in de badkamer hebben verhoogd.

2. De tuin

Aanpassingen in de tuin hebben vooral betrekking op het beter begaanbaar maken van de paden in de tuin door bestrating aan te leggen of door trapjes te vervangen door hellingen. Ook het onderhoudsvriendelijker maken van de tuin en het plaatsen van een (nieuwe) schutting is genoemd.

3. De keuken

Aanpassingen in de keuken gaan vooral over het vervangen van het gasfornuis door inductie of een elektrische kookplaat, het verhogen van het aanrechtblad, verwijderen van de bovenkastjes en vervangen door laden zodat men er beter bij kan. Van degenen met aanpassingen aan de keuken, zegt 10% dat ze dit deden om langer zelfstandig

thuis te kunnen wonen.

4. De slaapkamer

De meesten kochten een nieuw, in hoogte verstelbaar bed. Ook verplaatsen een aantal mensen de slaapkamer naar de benedenverdieping, of hebben ze ervoor gezorgd dat dit in de toekomst makkelijk te realiseren is.

5. De wc

Veruit het meest genoemd is het verhogen van de toiletput, maar ook het plaatsen van beugels komt veel voor. Daarnaast plaatsen mensen een tweede wc op de bovenverdieping of plaatsen ze een antislip vloer. Circa de helft deed deze aanpassingen om langer zelfstandig te kunnen blijven wonen.

6. De woonkamer

Bij de woonkamer gaat het om het isoleren en aanleggen van vloerverwarming en weghalen van drempels en het creëren van meer ruimte. Een enkeling noemt dat dit is gedaan om meer loopruimte over te houden.

7. De trap

Veruit de meeste mensen die de trap aanpassen, plaatsten een extra trapleuning of een beugel. Ook het opnieuw bekleden van de trap wordt veel genoemd. Het overgrote deel deed de aanpassingen uit het oogpunt van zelfstandigheid. Ook de traplift wordt genoemd als uitkomst.

8. Toegangs- of binnendeuren

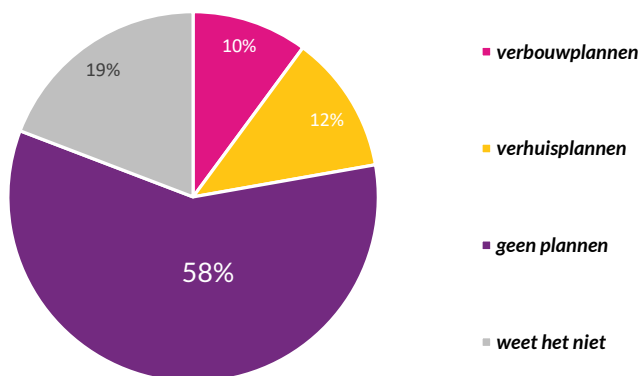
Het verwijderen van drempels is de meest genoemde aanpassing wanneer het gaat om de toegangs- of binnendeuren, gevolgd door het plaatsen van nieuwe (beter geïsoleerde) deuren.

4 | Verhuis- en verbouwplannen

Uit het onderzoek blijkt dat 67% van de 55+'ers de afgelopen vijf jaar niets aan de woning heeft veranderd. Daarom is ook gevraagd aan alle respondenten of zij op dit moment plannen voor de toekomst van hun woning of hun woonsituatie hebben.

77% heeft geen plannen om te verhuizen of verbouwen

Verhuizen of verbouwen staat bij de grote meerderheid van de 55+'ers niet op het verlanglijstje. In totaal heeft 77% geen concrete verhuis- of verbouwplannen. Ze hebben of helemaal geen plannen (58%) of ze weten het niet (19%). Van de mensen die wel plannen hebben wil 10% verbouwen en 12% verhuizen.



“Ben gezonde sportieve man van 69 jaar, die midden in het leven staat, meeste vragen zijn totaal niet op mij van toepassing”.

Bereidheid om te verbouwen en verhuizen neemt af als leeftijd stijgt

De meeste mensen met verbouw- en verhuisplannen vallen in de jongste leeftijdsgroepen. In verhouding zijn meer mensen tot hun 65e van plan om te verbouwen of verhuizen. Naarmate mensen

ouder worden maken zij minder plannen om te verbouwen of verhuizen. De zogenaamde verhuisgeneigdheid neemt af, men wordt honkvaster naarmate de leeftijd stijgt. Dit beeld komt overeen met het aantal daadwerkelijke verbouwingen en aanpassingen de afgelopen vijf jaar binnen de verschillende leeftijdscategorieën. Hoe ouder de bewoner, hoe minder er de laatste vijf jaar is aangepast of verbouwd.

Verbouw- of verhuisplannen, naar leeftijd

55 - 59 jaar:	34%
60 - 64 jaar:	28%
65 - 69 jaar:	23%
70 - 74 jaar:	18%
75 - 79 jaar:	13%
80 - plus:	10%

25%

van de inwoners met een koopwoning is van plan om te verbouwen of verhuizen en 14% van de inwoners met een huurwoning.

Van uitstel komt afstel

Hoewel de jongste groep de meeste plannen heeft om te verbouwen of verhuizen en ook de meeste verhuizingen en verbouwingen worden gerealiseerd, is dit de groep die zich nog niet wenst bezig te houden met de oude dag. Hierdoor ontstaat een spanningsveld rondom levensloopbestendig wonen: de jongere oudere wil het nog niet en de oudere oudere wil het niet meer.

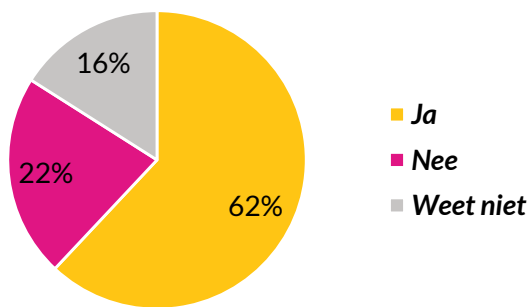
5 | Eigen inschatting woonsituatie

De mate waarin mensen bereid zijn iets te veranderen aan hun huidige woonsituatie is niet alleen een kwestie van kunnen of willen. Ook het eigen inzicht en de eigen inschatting of de aanpassingen nuttig of noodzakelijk zijn kunnen meespelen. Om beter zicht te krijgen op de beweegredenen waarom mensen wel of geen maatregelen treffen, is gevraagd in hoeverre mensen hun huidige woning zelf geschikt vinden om oud in te worden.

62% vindt woning geschikt om oud in te worden

Is uw woning geschikt om oud in te worden? De meerderheid (62%) antwoordde daarop: ja. 22% vindt de huidige woning niet geschikt voor de oude dag en 16% weet het niet.

Is woning geschikt om oud in te worden?



Hoe ouder, hoe geschikter men de woning vindt

Het aantal mensen dat hun woning geschikt vindt loopt op naarmate de leeftijd toeneemt. Zo vindt 53% van de 55 - 59 jarigen de eigen woning geschikt om oud in te worden en onder 80-plussers is dit 76%.



Woning geschikt om oud te worden, naar leeftijd

55 - 59 jaar:	53%
60 - 64 jaar:	57%
65 - 69 jaar:	64%
70 - 74 jaar:	65%
75 - 79 jaar:	67%
80 - plus:	76%

22% vindt de woning niet geschikt om oud in te worden

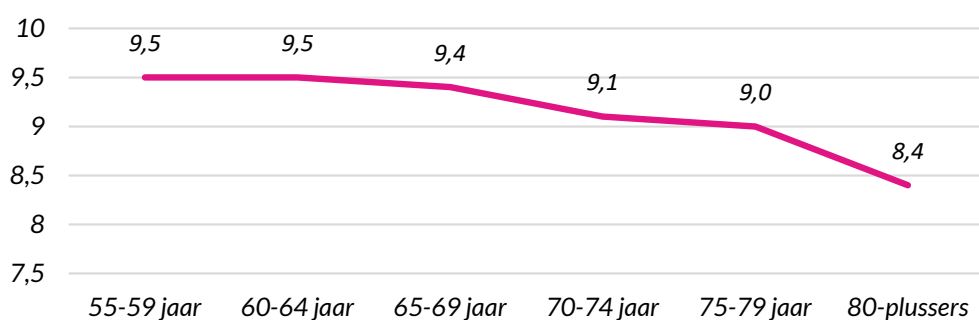
22% vindt de woning nu niet geschikt om oud in te worden. Van hen heeft 38% verbouw- of verhuisplannen. De rest heeft geen plannen of weet het nog niet. De meeste verbouw- en verhuisplannen bij mensen die hun woning nu niet geschikt vinden komen voor onder 55-59 jarigen.

Verbouw- en verhuisplannen van ondervraagden die hun huis niet levensloopbestendig vinden

	verbouwplannen	verhuisplannen	geen plannen	weet het niet
Totaal	11%	27%	39%	22%
Leeftijd				
55-59 jaar	15%	34%	38%	14%
60-64 jaar	13%	24%	37%	25%
65-69 jaar	13%	31%	31%	25%
70-74 jaar	5%	28%	42%	25%
75-79 jaar	5%	16%	51%	29%
80-plus	0%	20%	51%	29%
Type woning				
Koopwoning	14%	26%	37%	23%
Huurwoning	2%	30%	47%	22%

80+'ers geven zelfredzaamheid het rapportcijfer 8,4

De zelf ervaren zelfredzaamheid neemt af naarmate de leeftijd stijgt. Op een schaal van 1 tot 10 kennen 55-59 jarigen gemiddeld een 9,5 toe aan hun mate van zelfredzaamheid en onder 80-plussers is dat een 8,4.



“Ik voel me prima en wie dan leeft dan zorgt”

20% vindt het te vroeg om na te denken over fysieke ongemakken

De gemiddelde Nederlander van 55 jaar en ouder kijkt positief naar de toekomst en acht de kans klein dat hij binnen nu en vijf jaar te maken krijgt met fysieke ongemakken. Ongeveer een vijfde van de mensen geeft aan het te vroeg te vinden om na te denken over de mogelijkheid dat ze over vijf jaar met een rollator lopen of moeite hebben zichzelf aan te kleden.

55+ ers zijn optimistisch bij het inschatten van risico's

Als het gaat om risico's, is de 55+'er al even optimistisch. De kans om te vallen of om het gasfornuis te vergeten wordt door een enkeling als 'grote kans' omschreven. Opvallend is dat ook bij de groep 80+'ers nog een deel het te vroeg vindt om over zaken na te denken of het risico klein vindt, terwijl uit de statistieken blijkt dat de kans hierop toch groter is. De 80+'er schat het risico echter wel hoog in dat ze moeite krijgen met traplopen en meer dan de helft verwacht de komende vijf jaar hun tuin niet meer te kunnen onderhouden.

“Komt tijd komt raad. Ga je je nu al zorgen maken over dingen die misschien helemaal niet gebeuren? Wat moet ik dan? Aanpassen en vergeten te genieten van het huidige woongenot?”

Inschatten van risico's binnen vijf jaar						
	55-59 jaar	60-64 jaar	65-69 jaar	70-74 jaar	75-79 jaar	80+ jaar
De kans om binnen vijf jaar te vallen in huis						
Nog te vroeg om over na te denken	17%	24%	19%	21%	18%	10%
Kleine kans	62%	51%	48%	41%	40%	35%
Niet klein, niet groot	17%	21%	27%	33%	36%	41%
Grote kans	3%	3%	5%	5%	7%	15%
De kans om binnen vijf jaar vergeten om het gasfornuis uit te zetten						
Nog te vroeg om over na te denken	17%	18%	17%	20%	18%	6%
Kleine kans	74%	68%	63%	60%	57%	67%
Niet klein, niet groot	8%	11%	18%	17%	20%	20%
Grote kans	1%	3%	1%	3%	5%	6%
De kans om binnen vijf jaar de tuin niet meer te kunnen onderhouden						
Nog te vroeg om over na te denken	12%	11%	10%	11%	8%	1%
Kleine kans	67%	60%	51%	39%	28%	22%
Niet klein, niet groot	16%	17%	26%	30%	27%	24%
Grote kans	6%	12%	14%	21%	37%	52%

	55-59 jaar	60-64 jaar	65-69 jaar	70-74 jaar	75-79 jaar	80+ jaar
De kans om binnen vijf jaar met een rollator te lopen						
Nog te vroeg om over na te denken	21%	22%	23%	23%	20%	15%
Kleine kans	72%	65%	53%	49%	41%	31%
Niet klein, niet groot	6%	11%	20%	22%	26%	32%
Grote kans	1%	3%	4%	6%	13%	22%
De kans om binnen vijf jaar moeite te hebben om zichzelf aan te kleden						
Nog te vroeg om over na te denken	20%	22%	21%	20%	17%	13%
Kleine kans	74%	68%	62%	58%	56%	52%
Niet klein, niet groot	4%	9%	14%	20%	23%	26%
Grote kans	2%	2%	2%	2%	3%	10%
De kans om binnen vijf jaar moeite te hebben met traplopen						
Nog te vroeg om over na te denken	16%	19%	16%	15%	14%	7%
Kleine kans	71%	61%	55%	51%	44%	34%
Niet klein, niet groot	8%	12%	19%	21%	26%	25%
Grote kans	4%	8%	10%	13%	16%	34%

Valongevallen in en om het huis

Valongevallen in het eigen huis zijn aan de orde van de dag bij oudere inwoners. Veiligheid.nl monitort jaarlijks het aantal valongevallen en het letsel. Veel ongelukken gebeuren in of om de woning. In 2016 bezochten 96.200 mensen van 65 jaar en ouder de spoedeisende hulp (SEH) als gevolg van een valongeval. In totaal overleden in 3623 inwoners van 65 jaar en ouder dat jaar door het letsel van hun valongeval. De helft (51%) van de valongevallen bij 65+'ers vindt plaats in of om het huis. Het aantal valongevallen in en om het huis vertoont een stijgende lijn en is de laatste tien jaar sneller gestegen dan het totaal aantal valongevallen. Mogelijk speelt hierbij het feit dat ouderen steeds langer thuis wonen een rol, denkt Veiligheid.nl¹.

Risicogedrag in de thuissituatie

Om meer te weten te komen over risicovolle situaties en risicovol gedrag bij 55+'ers thuis is aan het panel van I&O Research een lijst met situaties voorgelegd. Zo is mensen gevraagd of zij het afgelopen jaar zijn gevallen, of zij losse snoeren en kleedjes in huis hebben liggen en of zij wel eens op een stoel gaan staan om een raam te openen of om iets schoon te maken. Ook is gevraagd of er in bad gedoucht wordt en of mensen zelf de dakgoten (nog) schoonmaken. Veel van deze voorbeelden zorgen voor een verhoogd risico op valongevallen in de eigen woonomgeving.

¹ Bron: Veiligheid.nl - Valpreventie kennis en cijfers

Situatie van toepassing op huis of persoon naar leeftijd

Leeftijd	55-59	N	60-64	N	65-69	N	70-74	N	75-79	N	80+	N
Afgelopen jaar eens of meerdere keren gevallen	6%	42	7%	51	8%	49	10%	48	10%	42	16%	62
Moeite met lopen	4%	28	6%	38	8%	51	9%	43	15%	62	32%	128
In huis liggen losse snoeren of kledingjes	20%	141	20%	135	16%	100	14%	69	16%	67	24%	96
Weleens op een stoel staan om iets te pakken, raam te openen of schoon te maken	58%	412	57%	387	53%	329	47%	230	46%	188	32%	128
Ik maak de dakgoten zelf schoon	36%	259	40%	271	31%	195	27%	132	24%	98	18%	72
Ik (of mijn partner) koken op gas	66%	466	65%	445	62%	385	55%	267	55%	224	54%	214
Ik loop met een rollator	1%	4	2%	10	1%	5	2%	9	4%	16	15%	60
Ik zit in een rolstoel	0%	2	0%	3	1%	5	1%	4	1%	6	1%	5
Ik fiets regelmatig	73%	517	78%	532	77%	481	75%	364	67%	272	47%	189
Ik zit regelmatig in bad	15%	103	12%	85	11%	70	11%	54	12%	47	6%	22
Ik douche in een bad	11%	78	13%	91	8%	50	10%	48	9%	35	9%	34
Geen van bovenstaande	5%	35	4%	24	4%	27	3%	16	4%	18	5%	18

55+ ers zijn heel actief maar vertonen ook risicodrag

De Nederlandse 55+er is nog actief en zelfredzaam. En blijft dat tot op hoge leeftijd. Niet alleen wordt er regelmatig gefietst. Ook de ladder opgaan om zelf de dakgoten schoon te maken is een klusje dat niet wordt geschuwd op hogere leeftijd. Maar liefst 18% van de 80+’ers reinigt zelf de dakgoten. En 32% van de 80+’ers klimt nog regelmatig op een stoel om even een raampje te openen of sluiten. Met alle gevaren vandien. In Nederland waren volgens het CBS in 2017 in totaal 764.275 inwoners van 80 jaar en ouder. 16% van de 80+’ers zegt het afgelopen jaar één of meerdere keren te zijn gevallen. In absolute aantallen zijn dat bijna 125.000 valpartijen.

“Ik ben ‘pas’ 65 jaar en volop in beweging: ik fiets en zwem elke week 40 banen. Bewegen is belangrijk.”

Opvallend is dat mensen die al hinder ondervinden of problemen hebben (ze lopen bijvoorbeeld met een rollator, hebben moeite met lopen of zijn gevallen) toch nog dingen doen die de kans op vallen vergroten. Zo doucht 8% van de mensen die het afgelopen jaar is gevallen in huis nog in bad en gaat 46% nog wel eens op een stoel staan om iets te pakken.

6 | Samenvattende conclusies

Langer thuis is de norm

Het overgrote deel van de 55+’er in Nederland realiseert zich dat ‘zo lang mogelijk zelfstandig thuis wonen’ de norm is. 85% van de Nederlanders van 55 jaar en ouder zegt hier in de woonsituatie op een of andere manier al rekening mee te houden. Dat is goed nieuws, voor de mensen zelf, maar ook voor de beleidsmakers. Ouder worden (al dan niet met zorg) gebeurt veelal thuis en niet in een instelling.

Onderzoek onder mensen van 55 jaar en ouder

Bereiden (toekomstige) ouderen zich voor op het langer thuis wonen? En zo ja, hoe doen ze dat en waar lopen ze tegenaan? I&O Research onderzocht de centrale vraag “wanneer treffen ouderen voorbereidingen om langer zelfstandig te blijven wonen?” Het onderzoek vond plaats in een panel van 3311 mensen van 55 jaar en ouder.

Er is een kloof tussen denken en doen

Maar liefst 85% van de Nederlanders van 55 jaar en ouder zegt er rekening mee te houden dat ze langer zelfstandig thuis kunnen blijven wonen. Veel 55+ ers vinden dat zij daarin een grote eigen rol en verantwoordelijkheid hebben. 67% van de (toekomstige) ouderen ondernam echter de afgelopen jaren niets. En 77 % van de groep ondervraagden heeft geen plannen voor de toekomst (om te verhuizen of verbouwen).

Gevoel van urgentie ontbreekt, nadenken over toekomst komt vaak te vroeg

De 55+’er vindt zichzelf in een hoge mate zelfredzaam en voorziet de komende vijf jaar geen ongemakken die de zelfredzaamheid gaan inperken. Men is heel actief en schat risico’s rondom hun eigen gezondheid en thuissituatie laag in. Ze voelen zich te jong en zien het wel als het zover is. Het gaat niet over hen, maar over anderen, mensen die ouder en hulpbehoevender zijn dan zij. Ook vindt het merendeel van de 55+ ers dat hun woning geschikt is om in oud te worden. Het ontbreken van gevoel van urgentie zorgt ervoor dat ze geen actie ondernemen om aanpassingen te doen, hun woning te verbouwen of om te zien naar een andere woning.



“Zorgen. Voor later.”

“Ik zie het wel als ik gebrekkig word. Je kan ook gezond blijven. Ik ben optimistisch.”

Belemmeringen om te verbouwen of verhuizen zijn vaak van financiële aard

Veel 55+ ervaren geen belemmeringen om de woning te verbouwen of om te verhuizen. 16% van de (toekomstige) ouderen ervaart die belemmeringen wel. Hierbij worden de kosten het vaakst genoemd. Maatregelen als de Blijverslening en Verzilverlening kunnen deze belemmering van financiële aard wellicht wegnemen. Opzien tegen de 'rompslomp' staat op een tweede plaats. 9% weet niet of er belemmeringen te verwachten zijn.

“Langer thuis wonen is eenvoudiger als men over de middelen beschikt om dit te realiseren.”

Toekomstige oudere is actiebereid, oudere oudere wordt honkvaster

Vooraf jongere ouderen tussen de 55 t/m 69 jaar hebben verbouwd of willen de komende jaren verhuizen of verbouwen. Bij de gerealiseerde verbouwingen zijn vooral de badkamer, tuin en keuken populair. De aanpassingen en verbouwing blijken echter in de helft van de gevallen niet gedaan te zijn om het langer zelfstandig thuis wonen te bevorderen. Naarmate mensen ouder worden neemt de bereidheid om te gaan verbouwen of te verhuizen af. Men wordt honkvaster en onderneemt steeds minder.

Begin op tijd, anticiperen loont

Gezien de actiebereidheid van de toekomstige oudere lijkt 'op tijd' beginnen een goede zaak. Zodat de eigen woning op tijd en in voldoende mate geschikt is voor het ouder worden. Bij deze toekomstige ouderen liggen kansen. Als ze tijdens het verbouwen ook het comfort en de veiligheid meenemen met het oog op de oude dag, kunnen zij hun woning niet alleen verfraaien, maar ook in één keer

levensloopbestendiger maken. Nu voelen ze zich te jong en komt het nadenken over levensloopbestendig wonen gevoelsmatig te vroeg. Hierdoor investeren ze (nog) niet in maatregelen die ze nu eenvoudig en tegen vrij geringe meerkosten hadden kunnen treffen.

(Toekomstige) oudere bereidt zich nauwelijks voor op oude dag in de woning

In dit onderzoek is gekeken hoe mensen zich voorbereiden op het thuis wonen op hun oude dag. Een groot deel van hen bereidt zich niet voor op het oud worden in eigen huis. Ze voelen weinig urgentie (er is nog tijd, de woning voldoet, ze zijn optimistisch) en vatten de (val)gevaren licht op. Als ze ouder worden hebben ze steeds minder zin in een verbouwing of verhuizing. Ze ervaren financiële belemmeringen en zien op tegen de rompslomp. Slechts een klein deel verhuist.

Onderzoek in vier delen

Dit eerste onderzoek maakt deel uit van een reeks van vier onderzoeken onder mensen van 55 jaar en ouder. In de volgende delen gaan we dieper in op hun gedrag en denkbeelden, hun omgang met geld en hun kennis van producten die het langer thuis wonen vergemakkelijken.





Kijk snel op www.langzultuwonen.nl

Over Lang zult u wonen

'Lang zult u wonen' is het motto van de bewustwordingscampagne die mensen van 55 jaar en ouder informeert en stimuleert om op tijd en zelf de woning te verbeteren met het oog op het ouder worden. De campagne geeft inwoners concrete tips en adviezen om hun woning veiliger en comfortabeler te maken. Sinds 2013 wordt deze campagne in de provincie Overijssel gevoerd en door steeds meer gemeenten in Nederland overgenomen.

Bewustwordingscampagne

Lang zult u wonen is de bewustwordingscampagne met de boodschap: maak uw woning tijdig veiliger en comfortabeler, zodat u met plezier in uw vertrouwde omgeving kunt blijven wonen. Ook bij beginnende dementie. Lang zult u wonen informeert inwoners met veel praktijkvoorbeelden. Hiervoor heeft Lang zult u wonen veel communicatiematerialen ontwikkeld, waardoor organisaties niet telkens opnieuw het wiel hoeven uit te vinden om woningbezitters, maar ook huurders te informeren.

Dit onderzoek is mede mogelijk gemaakt door provincie Overijssel.

provincie  Overijssel

Van beleid naar uitvoering

Lang zult u wonen is meer dan een bewustwordingscampagne. De organisatie Lang zult u wonen helpt overheden bij het vertalen van beleid rond langer thuis wonen naar concrete activiteiten. Zij biedt naast het voeren van campagne ook beleidsadvies, projectmanagement en voert onderzoek uit.

Meer informatie en contact

Wilt u meer weten over Lang zult u wonen, neem dan contact op via info@langzultuwonen.nl of kijk op de website www.langzultuwonen.nl.

