

**BELEIDSPLAN**  
**JONGSENIOREN ZOETERMEER**  
samenvatting



**JongSeniorenZM**

**2024 – 2029**

Vastgesteld 01-08-2024

<b>INHOUD</b>	<b>BLZ</b>
<b>1. Inleiding</b>	<b>1</b>
➤ <b>Missie</b>	
➤ <b>Visie</b>	
➤ <b>Kernwaarden</b>	
<b>2. Doelgroep</b>	<b>2</b>
<b>3. Samenwerking en partners</b>	<b>2</b>
➤ <b>Pioniers van de derde levensfase</b>	
<b>4. Toegevoegde waarde</b>	<b>3</b>
<b>5. Wat maakt JongSeniorenZM uniek</b>	<b>4</b>
<b>6. Communicatie naar doelgroepen</b>	<b>4</b>
<b>7. Financieel beleid</b>	<b>5</b>
<b>8. Succes meten</b>	<b>5</b>

## 1. Inleiding

JongSenioren Zoetermeer (hierna afgekort als JSZ) is een burgerinitiatief van jongsenioren die wil bijdragen aan een zo lang en prettig mogelijke derde levensfase<sup>1</sup>. En hiermee de vierde levensfase<sup>2</sup> zo lang mogelijk uitstellen.

Onder het motto 'Wie prettig oud wil worden, begint op tijd' vindt JSZ het belangrijk om zoveel mogelijk jongsenioren tijdig bewust te maken van de mogelijkheden en welke keuzes daarvoor gemaakt kunnen worden.

De bewustwording gebeurt door het elkaar informeren, inspireren en activeren op drie hoofdthema's:

- Vitaliteit & mobiliteit
- Wonen
- Zingeving

### **Missie**

JSZ streeft naar bevordering van een zo lang en vitaal mogelijke en prettige derde levensfase van de jongsenioren in Zoetermeer.

Dit doet zij door -tijdig- bewustwording te stimuleren van de consequenties van het ouder worden. Dit wordt onder de aandacht gebracht om jongsenioren te stimuleren op tijd na te denken en keuzes te maken die hun derde levensfase betreffen. Eigen regie en eigen verantwoordelijkheid zijn hierbij belangrijk.

JSZ wil naast de jongsenioren zélf, ook de professionals en beleidsmakers beïnvloeden om gericht preventiebeleid te ontwikkelen.

JSZ vertelt als pionier, verbinder, frisdenker en dwarsdenker onafhankelijk het eerlijke verhaal over de wensen en behoeften van de jongsenioren in Zoetermeer.

### **Visie**

JSZ ziet de vitale ouderen zichtbaar actief op straat, betrokken en aanwezig bij sociale- en culturele activiteiten.

JSZ ziet dat vitale ouderen terug kunnen vallen op een netwerk in hun omgeving en steun kunnen geven aan het netwerk in hun omgeving waardoor men zich welkom en van betekenis voelt.

JSZ ziet dat het wonen, het verkeer en de omgeving voor vitale ouderen levensloopbestendig en veilig is.

---

<sup>1</sup> De derde levensfase is de fase die start rondom je pensioenleeftijd en voortduurt zolang je nog vitaal en zelfstandig bent

<sup>2</sup> De vierde levensfase is de fase waarin er zorgbehoeften ontstaan

JSZ ziet dat vitale ouderen een maatschappelijke rol hebben door langdurig te kunnen kiezen voor (vrijwilligers)werk.

JSZ heeft bereikt dat beleidsmakers en professionals vitale ouderen betrekken in hun toekomstplannen. Daarin vindt samenwerking en afstemming plaats met vitale ouderen.

### ***Kernwaarden***

- Het eerlijke verhaal van de jongsenioren uit Zoetermeer
- Onafhankelijk, als frisdenger, dwarsdenger, verbinder
- Optimaliseren van kwaliteit van leven

## **2. Doelgroep**

JSZ heeft voor haar activiteiten onderstaande doelgroepen in beeld:

- De actieve en vitale senioren, oftewel: senioren in de derde levensfase
- In 2024 richt JSZ zich in het kader van 'pioniers van de derde levensfase', als pilot op de wijken Rokkeveen en Seghwaert. Wanneer deze aanpak succesvol blijkt, wordt dit uitgebreid naar andere wijken in Zoetermeer.

### *Continue cyclus*

Om de doelgroep te bereiken vinden er op stedelijk niveau themabijeenkomsten plaats, op basis van een continue cyclus. Jaarlijks komen steeds de volgende drie pijlers aan bod: Vitaliteit & mobiliteit, Wonen en Zingeving. Het streven is om daarin afwisselend één thema breder te trekken en in te vullen met een landelijk bekende, toonaangevende en inspirerende spreker.

Naast deze stedelijke activiteiten gaan per 2024 in bovengenoemde twee wijken de 'pioniers van de derde levensfase' van start. Wanneer deze aanpak succesvol blijkt, wordt dit uitgebreid naar andere wijken in Zoetermeer.

Ook hier zijn de drie hoofdthema's leidraad in de activiteiten.

Pioniers zijn een intermediaire doelgroep om de beoogde doelgroep 'mensen in de derde levensfase' te bereiken. Zie hiervoor ook hoofdstuk 3.

## **3. Samenwerking en partners**

JSZ houdt aansluiting en werkt samen met organisaties die eveneens een goed seniorenleven belangrijk vinden en/of tot hun beleidsterrein hebben. Deze organisaties zijn: (vrijwilligers)organisaties, instanties en gemeente. Op deze manier wordt JSZ gehoord en geraadpleegd, zodat er niet *óver*, maar *mét* de jongsenioren gesproken wordt.

In het samenwerken met het professionele- en vrijwilligersnetwerk wordt uitgegaan van:

- JSZ is aanvullend op het al aanwezige aanbod en voorliggend op het aanbod van zorg en welzijn. Het uitgangspunt is om elkaar te versterken! Daar waar een zogenaamd 'grijs gebied' is (inhoudelijk en faciliterend) en dit tot onduidelijkheden leidt, zullen afspraken formeel worden vastgelegd.

- JSZ neemt deel aan netwerken van professionals.

- JSZ is geen belangenbehartiger, maar initiator, gesprekspartner en voorlichter op de thema's: Vitaliteit & mobiliteit, Wonen en Zingeving. JSZ zal niet zelf uitvoerder zijn van specifieke activiteiten. De rol van JSZ is derhalve 'verbindend'.

Voorlichting is gericht op de bewustmaking van jongsenioren, professionals, (gemeentelijke) beleidsmakers en financiers om tijdig de juiste keuzes te maken om de derde levensfase zo in te richten dat men prettig oud kan worden. JSZ is ervan overtuigd dat dit ook preventief zal werken namelijk: de derde levensfase wordt verlengd en de vierde levensfase wordt uitgesteld.

### ***Pioniers van de derde levensfase***

Pioniers van de derde levensfase zijn mensen die zelf in de derde levensfase zijn. Zij zullen als pionier andere jongsenioren in hun wijk inspireren en activeren om zich voor te bereiden op de derde levensfase.

Op planmatige wijze wordt in eerste instantie als pilot in twee wijken gestart, bij voorkeur de wijken Seghwaert en Rokkeveen. Als deze aanpak succesvol blijkt, dan kan de opgedane ervaring en de leerpunten meegenomen worden bij het uitrollen naar andere wijken.

## **4. Toegevoegde waarde**

JSZ is uniek als burgerinitiatief in Zoetermeer. Zij fungeert als intermediaire doelgroep voor (gemeente)beleid, is actief in de samenleving en richt zich op bewustwording en preventie. JSZ toont zich betrokken en neemt verantwoordelijkheid om andere jongsenioren te activeren. Daarmee wordt het beeld gekanteld van 'ouderen en de vergrijzing als probleem' naar 'ouderen als een kansrijke groep en mogelijk hét antwoord op de vergrijzing'. Door te streven naar het verlengen van de derde levensfase en het uitstellen van de vierde levensfase zullen voor gemeente, zorg- en welzijnsorganisaties aanzienlijke kosten kunnen worden bespaard.

### ***Doelstelling van de themagroepen***

Om de uitvoering van de activiteiten van JSZ verder te concretiseren zijn er rond de drie thema's Vitaliteit & mobiliteit, Wonen en Zingeving themagroepen georganiseerd die zich ieder specifiek met één van deze thema's bezighoudt. Als zichtbaar resultaat organiseren deze themagroepen de themabijeenkomsten.

Het verslag en de evaluatie van deze bijeenkomsten zijn te vinden in nieuwsbrieven, op de website en in jaarverslagen.

### **Vitaliteit & mobiliteit**

De themagroep Vitaliteit & mobiliteit heeft als doel de jongsenioren bewust te maken van de mogelijkheden die ze zelf hebben om zo vitaal, lang en plezierig mogelijk in de derde levensfase te kunnen blijven.

### **Wonen**

De themagroep Wonen heeft als doel jongsenioren te betrekken bij en mee te laten denken over levensloopbestendig wonen en over een veilige en prettige woonomgeving.

### **Zingeving**

De themagroep Zingeving heeft als doel het aanspreken van de eigen psychologische/spirituele kracht van de jongsenioren, waarbij er een appèl gedaan wordt op

hun wijsheid, levenservaring en veerkracht. De ‘reden om je bed uit te komen’.

## **5. Wat maakt JongSenioren Zoetermeer uniek**

JSZ neemt binnen Zoetermeer een unieke plaats in om diverse redenen.

- Het is een beweging die vanuit de jongsenioren zelf tot stand is gebracht als burgerinitiatief. JSZ toont zich medeverantwoordelijk om bij te dragen aan de uitdagingen en kansen waar vergrijzend Zoetermeer voor staat.

- Door middel van het netwerk van jongsenioren en de themabijeenkomsten worden de specifieke behoeften van de jongsenioren in kaart gebracht.

- Het gedachtegoed Positieve Gezondheid staat centraal bij JSZ. Dit toont zich door hieraan gekoppelde thema's als uitgangspunt te hebben: Vitaliteit & mobiliteit, Wonen en Zingeving. Jongsenioren geven zelf invulling aan de betekenis van een goed seniorenleven. Niet de zorgvraag is het uitgangspunt, maar de wensen en behoeften van de mensen in de derde levensfase.

- JSZ besteedt veel aandacht aan het uitbreiden en onderhouden van hun ‘community’. Een community die zij zelf vormen, maar ook door een community met anderen op te bouwen die bijdragen aan hun missie en visie.

- JSZ neemt deel aan netwerken en wordt geraadpleegd door bijvoorbeeld de gemeente en Samen Zoetermeer Gezond over specifieke thema's als Wonen en Vitaal ouder worden en Zingeving. Hiermee vestigen zij een naam als ‘autoriteit’ op het gebied van ouderenvraagstukken. Ook draagt dit bij aan de kanteling die noodzakelijk is om burgers te betrekken bij zaken die hen aangaan. Met andere woorden: er wordt mét de jongsenioren gesproken in plaats van óver de jongsenioren.

- JSZ is ervan overtuigd dat van ‘voorbereiden op het ouder worden’ een sterk preventieve werking uitgaat. Dit vertaalt zich naar:

\*Ouderen ervaren meer welbevinden

\*Ouderen participeren en zijn van waarde voor de samenleving

\*Ouderen zijn volwaardig en gelijkwaardig gesprekspartner in onderwerpen die te maken hebben met een goed seniorenleven

\*Ouderen anticiperen tijdig op mogelijke kwetsbaarheid en verlagen daarmee het risico op ‘crisis-situaties’ in hun leven

\*Ouderen versterken hun informele netwerk wat tot meer welbevinden leidt

\*Ouderen doen minder en/of later een beroep op formele zorg

\*Ouderen denken na over passend wonen in de toekomst en bevorderen daarmee ook de doorstroming op de woningmarkt

\*Zorgvraag en zorgkosten worden verminderd

\*Druk op mantelzorg neemt af

## **6. Communicatie naar doelgroepen**

Om de mensen in de derde levensfase en andere geïnteresseerden te bereiken wordt gebruikt gemaakt van Nieuwsbrieven en van lokale, al dan niet digitale media en social media. Er worden regelmatig posts en updates geplaatst op de website, LinkedIn en de facebook pagina van JSZ. Op verzoek wordt per mail en mondeling informatie uitgewisseld. Met de komst van ‘pioniers van de derde levensfase’ in de wijken zal het bereiken van de doelgroep toenemen.

## **7. Financieel beleid**

JSZ werkt volledig met vrijwilligers. Voor de kosten voor de (grote en kleinere) evenementen is men afhankelijk van de subsidies van de gemeente Zoetermeer. Daarnaast is er contact met voor ouderen beschikbare fondsen zoals Fonds 1818, Oranjefonds. Ook worden de deelnemers aan de themabijeenkomsten verzocht een donatie te doen.

## **8. Succes meten**

JSZ heeft de intentie om de (maatschappelijke) impact van haar activiteiten te meten. Daarvoor zal gebruik worden gemaakt van de handvatten van Movisie [“Effecten zichtbaar maken”](#)

Jaarlijks wordt hiervan verslag gedaan in het jaarverslag.

### **Tot slot**

Dit meerjarig beleidsplan is een samenvatting het Beleidsplan JongSenioren Zoetermeer 2024 – 2029. De uitgebreide versie is te vinden op de website [www.jongseniorenzm.nl](http://www.jongseniorenzm.nl) en ook op te vragen bij het bestuur van JSZ. Via de email: [info@jongseniorenzm.nl](mailto:info@jongseniorenzm.nl)