

# Age Friendly City

---

OPDRACHT WEEK 11

RONALD WEVERS

# Woord associatie

## Senior vriendelijke gemeente:

- \* Brede voet paden
- \* Hellinkje ~~bij~~ op alle hoeken
- \* Sport- en ontspannings faciliteiten voor 2 ouderen.
- \* op veel diverse plaatsen toegang tot gezondheids zorg
- \* Mogelijk heden tot openbaar vervoer
- \* ~~aan~~ Makkelijke toegang tot winkels.
- \* Zorg en hulp moet toegankelijk zijn 1 zonder te hoge kosten
- \* Kuisvesting voor ouderen 4
- \* Parken toegankelijk voor ouderen (zonder grind paden)
- \* De mogelijkheid om ouderen te verbinden met jong
- \* Contacten goed houden voor ouderen 5
- \* Zorgen voor respect, geen ageism

In port folio zetten + foto's bij woorden plaatsen

# Woorden in combinatie met foto's

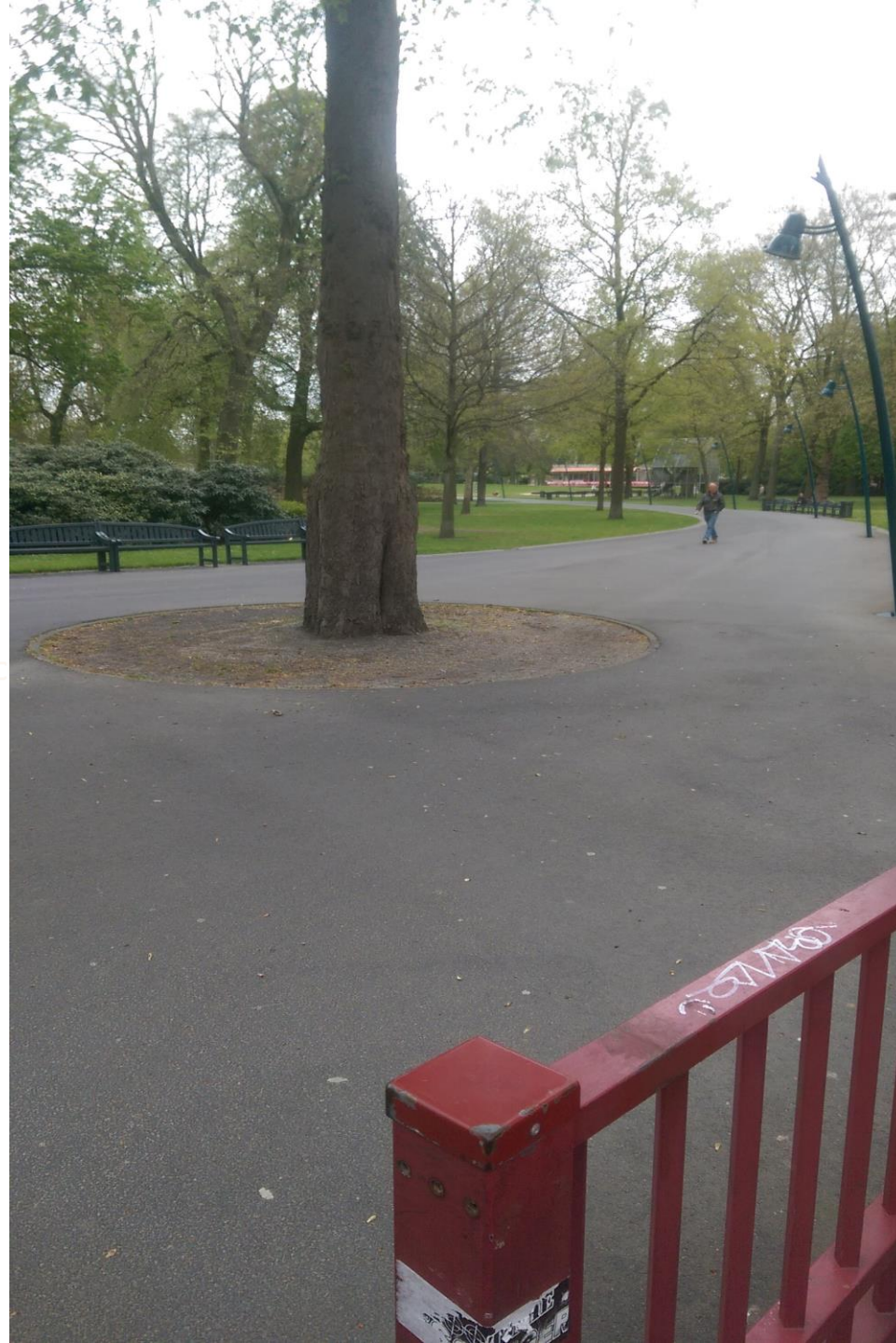
---



Brede voetpaden

Mogelijkheid om  
te wandelen en  
mensen te  
ontmoeten

mix.offic





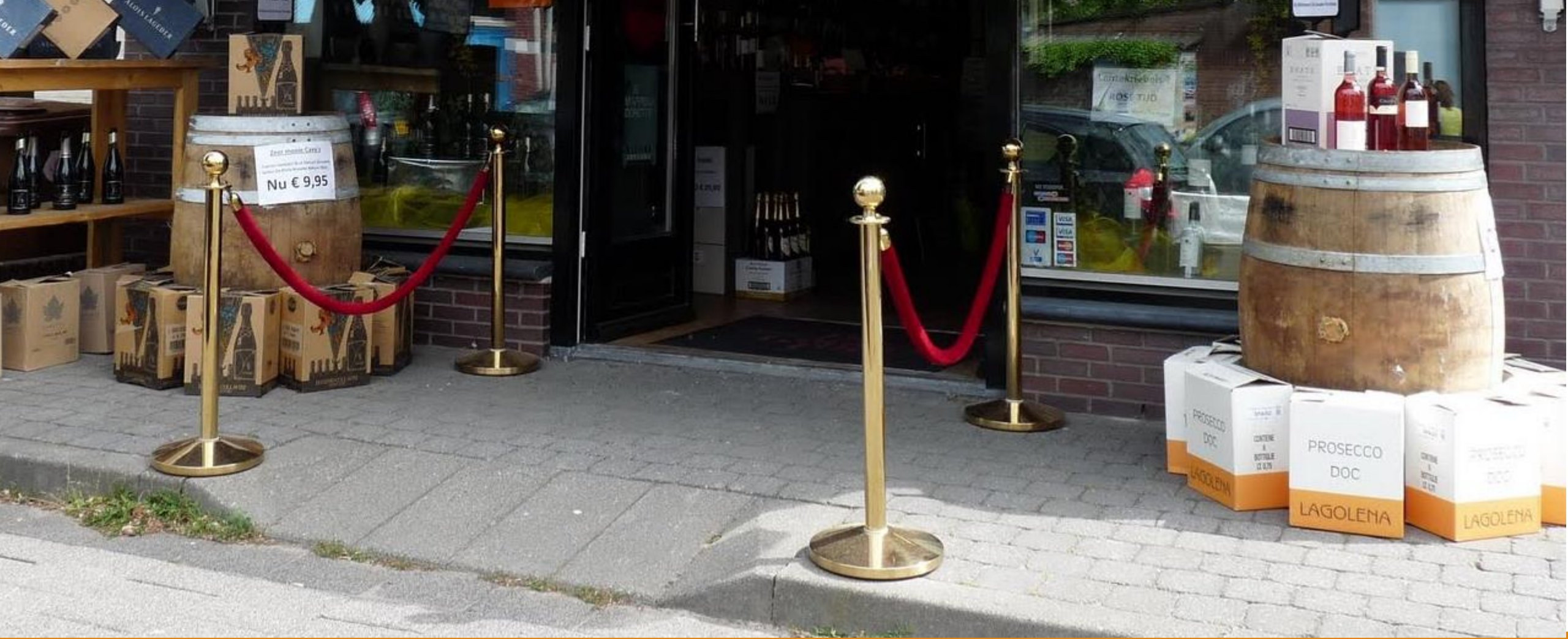
Jong en oud kunnen elkaar ontmoeten



Toegankelijkheid naar openbaarvervoer

# Toegankelijk openbaar vervoer





Toegankelijke winkels



Goede toegang tot zorg



# Toegang tot sociale uitstapjes

Met een taxiregeling kan een inwoner van breda overal naartoe



Verkrijgbaarheid van verse groente en fruit



Huisvesting voor ouderen

# Top 5 elementen

---

1. zorg en hulp moet toegankelijk zijn.
2. Sport en ontspanningen faciliteiten voor ouderen.
3. Geschikte voetpaden
4. Huisvesting voor ouderen
5. Contacten onderhouden

# Zorg en hulp moet toegankelijk zijn

---

Hulp moet voor ouderen toegankelijk zijn. Wanneer zij goede toegang hebben tot de zorg die zij nodig hebben, zullen zij eerder naar een dokter gaan. Hierdoor wordt misschien wel voorkomen dat ouderen lang thuis blijven zitten met een gezondheidsprobleem.

# Sport en ontspanningen faciliteiten voor ouderen.

---

Sporten is gezond. Ook voor ouderen dus. Wanneer ouderen actief blijven zullen zij dus ook gezonder ouder worden. Om deze reden is het belangrijk dat ook ouderen voldoende toegang hebben tot sport faciliteiten. Sport draagt niet alleen bij aan de gezondheid, maar het brengt ook mensen bij elkaar. Hierdoor blijven mensen ook sociale contacten houden.

Natuurlijk is het ook belangrijk om voldoende te kunnen ontspannen. Voor ouderen is het ook fijn wanneer zij kunnen ontspannen in een gezamenlijke plek zoals het park.

# Geschikte voetpaden

---

Geschikte voetpaden dragen bij aan het activeren van ouderen. Ouderen zijn vaak wat voorzichtiger wanneer het aankomt op wandelen. Wanneer de voetpaden slechter zijn, bijvoorbeeld in de winter, blijven ouderen liever thuis.

Ook kunnen er met goede voetpaden struikel ongelukken voorkomen worden. Dit geldt niet alleen voor ouderen, maar ook voor iedereen.

# huisvesting voor ouderen

---

Een Age friendly city moet natuurlijk wel inwoners hebben. Daarom is het belangrijk dat een stad voldoende woonruimte heeft die ook geschikt is voor ouderen. Wanneer dit is zal het ouderen ook meer uitnodigen om in een stad te gaan wonen.

Hierbij is het wel belangrijk dat de woningen geschikt zijn voor ouderen, en eventueel levensloopbestendig. Dit betekent dat er verder niks aangepast hoeft te worden om heel je leven in een woning te kunnen blijven wonen.

# Contacten kunnen onderhouden

---

Er is de laatste tijd veel over te horen in het nieuws. Ouderen die vereenzamen. Sociaal contact is voor ouderen heel belangrijk. Daarom moeten ouderen ook zo veel mogelijk mogelijkheden hebben om contact te kunnen onderhouden. Hierbij kan technologie een ideale ondersteuning zijn. Met technologie kun je ook de mensen die niet meer zo mobiel zijn sociaal contact laten hebben met anderen.

# Ideeën voor mijn gemeente

---

## Respect voor ouderen

Bij ons in de gemeente komen ouderen bijna nooit in de media voor. Er wordt weinig moeite gedaan om een positief beeld te krijgen tegenover ouderen. Er is wel een toneelclub in de gemeente waar veel ouderen in spelen. Dit komt echter meer omdat er weinig jongeren zijn die zich aanmelden om mee te gaan spelen.

Al denk ik dat ouderen bij ons in de gemeente vaak wel een eigen netwerk hebben omdat het niet een erg grote gemeente is en er veel families blijven wonen.

# Communicatiesysteem voor ouderen

---

Bij ons in de gemeente is er niet een specifiek communicatie systeem voor ouderen. Al betwijfel ik of dit echt nodig is. De meeste ouderen kunnen gewoon gebruik maken van een normale telefoon. Degene die dat niet kunnen hebben waarschijnlijk ook niet zo heel erg veel meer aan een aangepast systeem.

# Mijn eigen idee

---

Mijn idee is om een soort huis voor ouderen te maken waar zij net als studenten met elkaar kunnen leven. Iedereen heeft zijn eigen specialiteiten. Mensen die nog goed kunnen koken kunnen koken voor de anderen. Mensen die nog actief zijn kunnen het huis verzorgen. Zo benader je de participatiesamenleving op een andere manier. Alles wat de gemeenschap van ouderen te kort komt kun je aanvullen door externe verzorging. In de gemeenschappelijke ruimtes kunnen faciliteiten als winkels en dergelijke gevestigd worden. Ouderen hoeven zich niet alleen te voelen omdat ze elkaar hebben. Ook geef je ouderen een doel/taak in hun leven waardoor zij zich belangrijk voor de samenleving voelen. Ze zijn namelijk nodig voor hetgeen waar zij verantwoordelijk voor zijn.

# Tips en tops

---

## Tops

Ik vond het leuk eens op een actieve manier les te krijgen

Op deze manier heb je de kans om zelf eens in de praktijk te gaan kijken hoe iets wat je in de les geleerd heb in werkelijkheid geregeld is.

## Tips

Het zou misschien leuk zijn om met z'n alle na te denken over verbeterpunten voor bijvoorbeeld de ideale