

Van de redactie

Beste Senioren,

Welkom bij de eerste nieuwsbrief van 2024! Alhoewel het al bijna februari is, wenst CNV alle senioren natuurlijk een gezond en gelukkig 2024 toe.

Laten we er met zijn allen een prachtig vakbondsjaar van maken met mooie ontmoetingsdagen, hulp en ondersteuning waar nodig, sterk beleid-en belangenbehartiging op gebied van o.a. wonen en zorg, pensioen en AOW.

En ook dit jaar gaan we weer voor solidariteit voor jong en oud, waar EénCNV aan zal bijdragen. Het streven is op 1 april een fusie van CNV Vakmensen, CNV Jongeren, CNV Connectief en CNV Vakcentrale te gaan realiseren. Een mooi voornemen en met veel dank aan alle actieve leden die hun (extra) bijdrage leveren in deze fusietijden, want dat vraagt best wat energie!



Naast nieuwe CAO's zijn we bij CNV al druk aan de slag met diverse thema's. Zo begint CNV Jongeren het jaar positief door jonge werkenden van Nederland een hart onder de riem te steken. Het idee leeft soms dat de jongeren van tegenwoordig niet meer zo hardwerkend zijn als vroeger. Toch ligt dit net even anders, schrijft het Financieel Dagblad: "[Wie onze jongeren lui noemt, kent de cijfers niet](#)". "Die jeugd van tegenwoordig? Die is hard aan het werk. Met een studie én vaak een flinke bijbaan." Uit cijfers blijkt dat de meerderheid van de Nederlandse jongeren zowel werkt als onderwijs volgt. Dat is veel, in vergelijking met andere Europese landen, iets waar onze jongeren trots op mogen zijn.

Andersom hoort men vaak dat de woningcrisis nu onder andere voor starters extreem is. De woningmarkt is inderdaad een grote uitdaging in deze tijd, maar geen unicum: ook enkele decennia geleden was er geen huis te vinden én de rente torenhoog.

De verschillen tussen generaties en mensen zijn soms kleiner dan we denken en vooral: we hebben nog altijd meer gemeen met elkaar dan we verschillen. Laten we alle uitdagingen hierom vooral gezamenlijk aangaan, open met elkaar in gesprek gaan en elkaar opzoeken. We zijn ervan overtuigd dat we krachtig genoeg zijn de uitdagingen van deze tijd samen aan te gaan, en met een creatieve en oplossingsgerichte houding verder komen!

De redactie



BELANGENBEHARTIGING

Koopkracht: veranderingen per 1 januari 2024

Met ingang van 1 januari 2024 worden de volgende veranderingen doorgevoerd:

- Het Energieplafond stopt. Het Noodfonds blijft wel bestaan voor huishoudens die door een hoge energierekening in de problemen komen. Tot maart kan hierop een beroep worden gedaan. Zie elders in deze Nieuwsbrief.
- De Zorgtoeslag gaat omlaag naar maximaal € 127,-- per maand.
- De Zorgpremie gaat omhoog met een gemiddelde van € 12,-- per maand, afhankelijk van de verzekeraar en je polis.
- De maximale Huurtoeslag gaat omhoog. Voor lagere inkomens stijgt de maximale huurtoeslag tot € 50,-- per maand, afhankelijk van de huur en samenstelling van het huishouden.
- Gepensioneerden gaan eerder méér belasting betalen. Zij komen vanaf € 38.468,-- al in het tarief van 36,97 procent, Dit was tot nu toe vanaf € 40.826,--
- De AOW en ouderenkorting stijgt

Bronnen:

[AOW bedragen 2024 bekend? Bekijk de nieuwe bedragen](#)

[AOW-bedragen per 1 januari 2024 bekend: op hoeveel geld heeft u recht? - MAX Vandaag](#)

[Belastingplan 2024: Inkomstenbelasting kortingen en aftrekposten \(jan.nl\)](#)

[Indexatie: verhoging van pensioenen | ABP](#)

Energietoeslag

Het Tijdelijk Noodfonds Energie gaat in 2024 voor de 2e keer open om huishoudens met een lager inkomen en een hoge energierekening te helpen. In vergelijking met 2023 komen mensen eerder in aanmerking voor hulp: mensen met een laag inkomen (tot 130% sociaal minimum) kunnen steun aanvragen als zij 8% van hun inkomen kwijt zijn aan de energierekening.

In 2023 was dit 10%. Voor mensen met een laag middeninkomen (tot 200% sociaal minimum) ligt deze grens op 10% van het inkomen, in plaats van 13% vorig jaar.

Om in aanmerking te komen voor steun wordt er in 2024 gekeken naar de hoogte van de energierekening ten opzichte van het inkomen. De volgende huishoudens kunnen steun krijgen van het Noodfonds:

- Het huishouden heeft een bruto-inkomen van maximaal 200% van het sociaal minimum. De bedragen zijn inclusief 8% vakantiegeld en exclusief toeslagen.
- Huishoudens hebben zelf een energiecontract voor gas, stroom en/of stadswarmte bij een energieleverancier. De rekening is (afhankelijk van het inkomen) hoger dan 8 tot 10% van het gezamenlijk bruto-inkomen.
- Het Noodfonds betaalt het deel van de maandelijkse energierekening dat meer is dan 8 tot 10% van het gezamenlijk bruto-inkomen van een huishouden.
- Een huishouden kan een bijdrage aanvragen voor de daaropvolgende 6 maanden.
- De exacte voorwaarden zullen bij heropening in januari worden toegelicht.

Het Noodfonds gaat in de loop van januari 2024 open en men kan een aanvraag doen tot eind maart 2024.

Hoeveel AOW krijg ik vanaf 1 januari 2024?

Bent u benieuwd hoeveel AOW u krijgt met ingang van 1 januari 2024? Op de [website van de Sociale Verzekeringsbank \(SVB\)](#) vindt u een overzicht van de AOW bedragen. Per 1 januari gaat de AOW omhoog.

De hoogte hiervan hangt af van verschillende factoren. Zo wordt er gekeken of uw alleenstaand bent of samenwonend. Vervolgens gaat het er onder meer om of uw partner ook AOW krijgt.

Op de website van de SVB vindt u een overzicht van de verschillende situaties en bijbehorende AOW-bedragen, zowel bruto als netto, per 1 januari 2024. Ten opzichte van de AOW bedragen van 1 juli 2023 gaan AOW-ers er op vooruit.

De genoemde bedragen gelden alleen als u al AOW ontvangt en 100 procent AOW heeft opgebouwd. Let op: de nettobedragen hangen af van het totale inkomen en kunnen nog enigszins verschillen van het AOW-bedrag dat u daadwerkelijk ontvangt. [Bron: SVB](#)

Korting op AOW wordt deels afgeschaft

Iedereen die in Nederland woont of werkt is meestal verplicht verzekerd voor de AOW en bouwt elk jaar recht op AOW op. Wie een jaar 'mist', wordt voor 2 procent gekort op de AOW. Dit is meestal het geval bij mensen die langere tijd in het buitenland wonen of werken. Maar ook anderen betalen soms geen AOW-premie. Officieel heet dit 'schuldig nalatig'. Vanaf 1 januari 2024 wordt dit afgeschaft en dit betekent dat 15.000 AOW'ers die nu nog gekort worden, alsnog een volledige AOW krijgen. Ruim 200.000 anderen die nog AOW opbouwen, ontvangen later alsnog een volledige AOW. De premieschuld aan de Belastingdienst blijft wel staan. De Sociale Verzekeringsbank (SVB) stuurt alle betrokkenen een brief.

[Bron: Afschaffen schuldig nalatig | AOW | SVB](#)

Zie ook Nieuwsbrief Senioren CNV Connectief december 2023.

CNV Belastingzittingen 2024

Ook in 2024 helpt CNV Belastingsservice weer met het invullen van de belastingaangifte van leden. Net als voorgaande jaren worden leden op de locatie van hun keuze geholpen bij het invullen van hun belastingaangifte. Hiermee wordt gestart in maart 2024!

Ook helpt het CNV bij het aanvragen of wijzigen van de zorg- of huurtoeslag; meestal doet het CNV dit meteen bij het invullen van de aangifte. Als het nodig is kan hiervoor ook een aparte afspraak gemaakt worden. Het daadwerkelijk inplannen van een afspraak kan vanaf 23 januari 2024. Dat kan online op cnv.nl/belastingsservice of telefonisch via CNV info:

030-7511050. Vergeet dit niet, want alleen in maart en april komen de CNV belastinginvullers bij u in de buurt. U ontvangt een bevestiging van de afspraak, net als een checklist met alle documenten die u vooraf moet verzamelen; deze checklist vindt u ook online.

Behalve voor hulp bij uw jaarlijkse aangifte kunt u het hele jaar door bij CNV Belastingsservice terecht; als uw persoonlijke omstandigheden wijzigen, kan dit gevolgen hebben voor uw aangifte of toeslagen.

[Belastingsservice: hulp bij je belastingaangifte | CNV - Diensten | CNV](#)

NOTITIE: Zorg en Wonen (Welzijn)

In dagblad Trouw van 29 december 2022 stond een ingezonden brief met de vraag: "Is er in Nederland straks nog plek voor ouderen?"

Conclusie: Ouderen worden steeds afhankelijker van zorg van familie en vrienden.

Voor de CNV Senioren de aanleiding om na te denken over Zorg, Wonen (Welzijn): nu en in de komende jaren.

De leden van de Commissie Collectieve Belangenbehartiging Connectief (CCBC), een beleidscommissie van het Intersectoraal Groepsbestuur (ISGB), verdiepten zich in deze materie, lazen veel documenten en beleidsstukken en dachten na over hun bevindingen.

Een en ander resulteerde in een **NOTITIE Zorg en Wonen (Welzijn)**; deze werd aangeboden aan de Senioren van CNV Connectief (ISGB) én de Senioren van CNV Vakmensen (Seniorenraad) met als doel om de discussie binnen de vakbond te openen over zorg en wonen (welzijn). Zaken die iedereen aangaan zowel jong als oud, werkend of niet-werkend, omdat we van mening zijn dat ook het CNV voor haar leden een rol zou moeten spelen op deze beleidsterreinen. Voor een vakbond zijn werk en inkomen kernthema's, maar leden maken zich ook zorgen over zorg en wonen, omdat de kosten hiervan directe impact hebben op hun inkomen.

Het CNV zou hierbij als wegwijzer kunnen dienen of samenwerking kunnen zoeken met andere (oude-)-organisaties, zoals PCOB, ANBO, KBO enz.

Hiervoor zijn de onderstaande aandachtspunten geformuleerd die in de notitie verder toegelicht worden en die door een aan te stellen beleidsmedewerker in samenwerking met de leden verder geconcretiseerd kunnen worden. Deze aandachtspunten vormen een samenvatting van de notitie.

Aandachtspunten

1. Het is belangrijk om de vrije artskeuze te blijven handhaven.
2. Zorg voor meer verpleegkundigen door hun arbeidsvoorwaarden te verbeteren.
3. Doorbreek de schotten tussen de drie verschillende stelselwetten (ZVW, WMO, WLZ).
4. Er zou een gelijkwaardige samenwerking moeten zijn tussen zorgverleners en mantelzorgers.
5. De regeldruk voor de mantelzorgers zou verminderd moeten worden
6. Zorg voor mantelzorgvriendelijke opleidingen
7. Opbouw van mantelzorgverlofuren zou in de cao's of op het werk geregeld moeten worden.
8. Zorg voor een sterke huisartsen –of eerstelijnsorganisatie, die zorgt voor goede patiëntenzorg en die zorgverleners ondersteunt bij de complexe uitdagingen die op hen afkomen. Voorkom een patiëntens- stop en de vercommercialisering van de huisartsen en eerstelijnszorg.
9. Van groot belang is het, dat het CNV het vi- siedocument "Hechte Huisartsenzorg" rich- ting Tweede Kamer ondersteunt.
10. Investering in lokale en/of regionale zorg- centra
11. Investering in digitale verbetering van de zorg, waarbij rekening gehouden wordt met laaggeletterdheid, digibeten en taal en cul- tuurverschillen.
12. Zorg bij het afgeven van een vergunning voor het oprichten van een "thuis volgens VPT- model" dat er voldoende huisartspraktijken c.q. gezondheidscentra onder de LHV-norm beschikbaar zijn, welke de nieuwe bewoners een gegarandeerde gezondheidszorg kunnen verstrek- ken.



13. Investeer in meer verpleeghuizen (voorkom afbraak verpleeghuizen)
14. Hou de budgetten van de wijk- en buurtzorg op peil.
15. Seniorenhuisvesting dient een hoge prioriteit te hebben bij alle overheden.
16. Bij plannen voor seniorenhuisvesting dienen de senioren betrokken te worden
17. Elke gemeente zou een woonvisie moeten hebben
18. Voorkom een verdere stijging van de zorgkosten.
19. Hou zoveel mogelijk zorg binnen de zorgverzekering
20. Bestrijding van het zorg mijdend gedrag (premies, eigen risico)
21. Hou de zorg toegankelijk voor iedereen
22. Het verschil in voorwaarden en tarieven bij de gemeenten zou opgeheven moeten worden
23. Geef duidelijke voorlichting aan ouderen over de gemeentelijke voorzieningen en ondersteun een vertegenwoordiging in de Adviesraad Sociaal Domein (voorheen WMO- raad).
24. Vereenvoudiging van de formulieren betreffen WMO-aanvragen
25. Wij bepleiten dan ook de instelling van een staatscommissie, die binnen een jaar advies uitbrengt over de regie in de zorg.

In de NOTITIE Zorg en Wonen (Welzijn) wordt tenslotte de volgende aanbeveling gedaan:
“Stel binnen het CNV een beleidsmedewerker aan die zich richt op de aandachtsgebieden Zorg en Wonen, zodat het CNV ook een actief beleid kan voeren op deze aandachtsgebieden”.

Tijdens de ledenbijeenkomsten – bindingsdagen en themadagen – in 2024 voor de CNV Senioren zal dit actuele thema ongetwijfeld ter sprake komen. Ook in de Nieuwsbrieven zal hiervoor regelmatig aandacht zijn.



ADVIEZEN VAN LEDEN VOOR LEDEN

onderstaande artikelen maken geen deel uit van dienstverlening vanuit CNV zelf

Goede afspraken en extra verlof helpen om Mantelzorg behapbaar te houden

In december stonden er grote koppen in de media:

[“Zonder mantelzorgers kan een verpleeghuis niet draaien”](#)

[“Verpleeghuizen kunnen niet meer zonder naasten van bewoners.”](#)

[“Mantelzorgverlof, dat moet er komen.”](#)

De koppen in de media geven aan dat het water aan de lippen staat.

Nederland heeft zo'n 5 miljoen mantelzorgers. Uit cijfers blijkt dat 33% van de Nederlanders (16 jaar en ouder) mantelzorg geeft; 52% hiervan zijn vrouwen tussen de 45 en 65 jaar; 44% zorgt voor een ouder of schoonouder; regio Amsterdam heeft het laagste percentage en regio Twente het hoogste percentage mantelzorgers. Als we kijken naar de belastbaarheid dan zegt 9% van alle mantelzorgers zich zwaar belast voelt. Van de werkende mantelzorgers vindt 87% de zorg zwaar. Ook de prognoses laten geen vrolijk beeld zien: het potentieel aantal beschikbare mantelzorgers voor iedere 75-plusser in 2018 was 5 en in 2040 ligt de schatting op 3. In 2018 waren er 230.000 zelfstandige wonende 75-plussers die mantelzorg nodig hadden. In 2040 zijn dat naar alle waarschijnlijkheid 390.000 personen. Getallen waarbij we wel even bij stil moeten staan om de ernst van de zaak te onderstrepen.

Steentje bijdragen

Patiënten federatie Nederland en MantelzorgNL stellen dat uit onderzoek blijkt dat twee derde van het aantal familieleden, partners en vrienden van verpleeghuisbewoners meehelpt in de instelling waar hun naaste verblijft. Personeelsgebrek en vergrijzing eisen hun tol. Op dit moment wonen ruim 130.000 personen in verpleeghuislocaties, in 2050 zijn dat er mogelijk zo'n 237.000. Veel familieleden zijn blij dat ze een steentje kunnen bijdragen, maar driekwart van de ondervraagden vindt de taken in het verpleeghuis belastend. Zo helpen naasten met taken die ze eigenlijk van een professional zouden verwachten: hulp bij de toiletgang, incontinentiemateriaal verschonen en medicatie toedienen.

Verlof mantelzorgers

Niet alleen mantelzorgers, maar ook werkgevers zouden zorginstellingen tegemoet kunnen komen. 'Net zoals werknemers zwangerschapsverlof kunnen opnemen, moeten we ook nadenken over mantelzorgverlof, waarbij familie de tijd krijgt om zich over een naaste te ontfermen. De vergrijzing en het personeelstekort dwingen ons ertoe om het over een totaal andere boeg te gooien,' zegt Mireille de Wee, bestuurder bij de landelijke belangenvereniging Actiz.

Aan de slag

Meer maatschappelijk bewustzijn voor deze situatie en professioneler beleid hierop vanuit de zorginstellingen zijn hard nodig. 'Gezien de toenemende vergrijzing die in het vooruitzicht ligt, is dit pas het begin. Als naasten dit niet zouden doen, valt de zorg voor ouderen om. Richt je op de oprechte samenwerking met mantelzorgers die al de mouwen opstropen. Hoewel mantelzorgers een substantieel deel van de zorg in de verpleeghuizen op zich nemen, ontbreekt bewustzijn hierover in de samenleving. Politieke en maatschappelijke discussies gaan nu vaak over de vraag of de hulp van naasten in de toekomst wel of niet wenselijk is. Die discussies lopen echter achter op de realiteit: we kunnen nu al niet meer zonder. Waar het dus vooral over zou moeten gaan, is hoe we dit zo goed mogelijk met elkaar kunnen regelen. Ga met deze nieuwe realiteit aan de slag, professionaliseer de omgang met naasten en mantelzorgers en zie hen als partners in de zorg. Ook de politiek moet inspelen op de huidige realiteit. Mensen hebben maar 7 keer 24 uur te besteden in hun week. Vanuit de politiek horen we vooral wat mensen meer zouden moeten doen: meer uren werken, meer vrijwilligerswerk in sportclubs en voor je ouders zorgen. Ergens gaat dit knellen. Een duidelijke en realistische visie is nodig om het tij te keren. Verpleeghuizen hebben de inzet van familie hard nodig, naasten denken soms nog dat alle zorg over te dragen is. Goede



afspraken en extra verlof om de druk op familie behapbaar te houden, zijn hard nodig,' zo zegt bestuurder Arthur Schellekens van Patiëntenfederatie Nederland.

Nieuwe kijk nodig

Jan Hamers, hoogleraar ouderenzorg, pleit voor een nieuwe kijk op mantelzorgers. 'Beschouw ze niet als invalkrachten, die taken van het personeel overnemen, maar als familieleden die het dagelijks leven van cliënten kunnen voortzetten.' Esther Hendriks van MantelzorgNL steunt deze visie, waar ook cliën-

ten zeer bij gebaat zijn: 'Het gaat er niet om dagen aan het leven toe te voegen, maar leven aan de dagen.'

Bron: Patiëntenfederatie Nederland, MantelzorgNL en Sociaal Cultureel Planbureau

In de zorg moeten keuzes gemaakt worden: gratis geld bestaat niet

Een ruime meerderheid van de nieuwe Tweede Kamer wil het verplicht eigen risico in de zorgverzekering schrappen. PVV en BBB, twee van de vier formerende partijen, zijn eveneens voorstander. Maar wie gaat dit betalen? Er zijn mogelijkheden om de kosten in de zorg te drukken, zoals beperking van de vergoedingen, het invoeren van eigen bijdragen of budgetplafonds. Bezuinigingen in de ouderenzorg leveren ook geld op. Volgens Wouter Bos, bestuursvoorzitter Menzis, is het afschaffen van het eigen risico in de zorg geen goed idee. In een [groot interview in Trouw \(november 2023\)](#) doet hij uit de doeken hoe het werkelijk zit. Een samenvatting.

'Uit diverse berekeningen kost dit zo'n vijf à zes miljard Euro op jaarbasis. Waar halen die partijen dat vandaan? Meest logisch is dit plan te betalen uit de verhoging van de zorgpremies, maar daar moet ik niet aan denken. Dan gaan de maandelijkse premies zomaar een paar tientjes omhoog. Dat moeten we niet willen. Mijn collega's hebben nu al de handen vol met het treffen van betalingsregelingen of het maken van afspraken over schuldsanering. Ook andere suggesties vind ik geen optie, zoals een extra bijdrage uit de schatkist, dan betaalt de belastingbetaler. Er speelt in deze discussie ook iets principiëels. De hele zorg, en dus ook het stelsel van de zorgverzekeringen, draait om solidariteit. Dat maakt het mogelijk om iedereen, relatief betaalbaar, noodzakelijke zorg te bieden. Maar die solidariteit wordt zwaar beproefd als de zorgpremie opeens fors omhoog zou gaan om zo de afschaffing van het verplicht eigen risico te kunnen bekostigen. Ook vind ik het maar niets dat het nog steeds mogelijk is het verplicht eigen risico van de basisverzekering te verhogen van 385 euro tot maximaal 885 euro. Voor dat laatste kiezen vooral mensen met een goede gezondheid, die betalen dan minder premie. Maar zo iets ondergraft de solidariteit. Schaf dat hoge eigen risico dus af,' zo zegt de bestuursvoorzitter.

Te krappe arbeidsmarkt

Zorgen over de zorg zijn er zeker. Bos zegt: 'Immers, nu verdient al één op de zes werknemers een salaris in de zorg. Nog meer mensen erbij is in deze krappe arbeidsmarkt onhaalbaar. In partijprogramma's klinkt teveel door: als we de mensen beter betalen, dan komen er wel meer in de zorg werken. Maar daarmee houd je de kiezer voor de gek. Het is een illusie. De feiten zijn: als we niets veranderen in de organisatie van de zorg, dat steeds minder mensen steeds harder en slimmer zullen moeten werken. Ontken je dat, dan doe je de zorgprofessionals te kort, jaag je ze de burn-out in en het risico is heel groot dat ze vertrekken.'

Samenwerking noodzakelijk

Wouter Bos vraagt zich af: welke rol spelen de zorgverzekeraars? Is die nog wel van deze tijd nu de vraag naar zorg het aanbod fors overstijgt en vooral de personeelsproblemen zo groot zijn? De bestuurder: 'Zorgverzekeraars moeten immers selectief inkopen, maar in de huidige zorgmarkt, valt er weinig te kiezen. Nu komt het er dus op aan: we hebben een beperkte hoeveelheid geld en weinig personeel. Hoe gaan we dat verdelen? Het is logisch om meer samen te werken, vanuit een gedeeld belang: zorgverzekeraars moeten samen, met zorgaanbieders, oplossingen zoeken. Dat is een grote stap, omdat concurrentie nu de basis vormt van het zorgstelsel. De zorgverzekeraar heet bovendien de regisseur van de zorg. We kunnen bijvoorbeeld niet alle streekziekenhuizen openhouden. Samenwerking is het sleutelwoord, want het gaat uiteindelijk over de toekomst van een groot publiek goed. Zorg is schaars, die kun je niet in handen leggen van private partijen. De inrichting en de toekomst van de zorg wordt een moeilijk debat. De rekening zal echt betaald moeten worden.'



Bewustwording en kleine stapjes op weg naar nieuwe zorg passen het beste bij elkaar

'Zelf als het kan, thuis als het kan en digitaal als het kan.'

Deze slogan staat in het programma Wonen, Ondersteuning en Zorg Ouderen, gepresenteerd door Conny Helder, minister van Langdurige Zorg en Sport. Het programma bestaat uit verschillende maatregelen, initiatieven en projecten gericht op het anders organiseren van de ouderenzorg. Een omslag in denken is daarvoor nodig. 'We willen anders, we moeten anders en kunnen anders,' zo verdedigde de minister haar beleid. Maar hoe kijken de zorgsector en ouderen naar deze plannen? Welke zijn haalbaar? Het is zoeken naar mogelijke oplossingen. Een Themadag, georganiseerd door CNV Connectief en Vakmensen Senioren, is een uitgelezen kans om met elkaar in gesprek te gaan. Een terugblik.

[Cor Langedijk van Zozorgik](#) ging samen met zijn collega Margina van Ommeren tijdens de 17 Themadagen met de Senioren van CNV Connectief en Vakmensen in gesprek. De inleiders willen de senioren met bagage op pad sturen, want er zijn zorgen over de zorg. De ouderenzorg is wankel en senioren moeten meer zelf in actie komen. Cor Langedijk zegt: 'Is onze zorg nog financieel houdbaar? De kosten in de zorg lopen sterk op. In 2021 gaven we aan ouderenzorg 19 miljard uit, in 2030 is dat wellicht 28 miljard en in 2040 mogelijk 39 miljard. We zien een sterke toename van het aantal ouderen, ook onder de tachtigjarigen. We spreken al over een dubbele vergrijzing. Maar het aantal personeelsleden in de zorg neemt drastisch af. Mantelzorgers en zorgverleners ervaren de toenemende hulpvraag, maar deze staat inmiddels flink onder druk. Tijd om het roer om te gooien. Bewustwording is hard nodig. De hamvraag is:

op welke wijze blijft de zorg betaalbaar, gezien vanuit de politiek, de zorgverleners en de zorgvrager? Om die reden ga ik graag met jullie in gesprek.'

Complex zorglandschap

'Het beleid van de overheid is erop gericht om verantwoordelijkheden steeds meer bij de burgers neer te leggen en hen meer zelfredzaam te maken. Maar tevens zorgt de overheid ervoor dat door veranderende wetgeving ons zorglandschap zo complex is gemaakt dat mantelzorgers (maar ook zorgvragers) en hulpverleners het speelveld niet meer overzien. De ouderenzorg is wankel: hoge kosten, te weinig zorgpersoneel, bejaardenhuizen werden gesloten, bezuinigingen op verpleeghuizen en dagopvang, ouderen moeten langer thuis wonen, er zijn te weinig woningen, die geschikt zijn voor ouderen, mantelzorgers zijn overbelast, ziekenhuiscapaciteit wordt onnodig ingezet, de zorginstellingen werken niet efficiënt. Politici tonen te weinig visie. Kamerleden en ministers denken niet verder dan 4 jaar vooruit en hebben te weinig oog voor datgene wat er op langere termijn moet gebeuren en schuiven zaken door. In de verkiezingsperiode werd de ouderenzorg nauwelijks genoemd. Met minder geld wil de overheid meer bereiken,' aldus Cor Langedijk.

Actieve inzet nodig

Cor Langedijk stelt: 'Maar linksom of rechtsom, het roer moet om. De politiek moet in actie komen. Enerzijds zijn politici en zorginstellingen aan zet, maar anderzijds moeten ouderen zich voorbereiden op later. Meer voor jezelf zorgen, zelfredzaam zijn (indien mogelijk), het eigen netwerk benutten (familie, vrienden kennissen, burens, kerk en vereniging), gebruikmaken van licht-betaalde diensten. Naar elkaar omzien is belangrijk, samen dingen doen, noaberschap voor als de buurvrouw ziek is. Een pannetje eten brengen, de boodschappen doen, lichte klusjes in huis verrichten. Natuurlijk is er een grens aan mantelzorg. Maar geen overschrijding van de privacy (hulp bieden bij de stoelgang of douchen). Dan komt de thuiszorg in actie. Wat jezelf kunt, doe dat, eventueel met hulp van naasten. Je kunt je afvragen of de thuiszorg ingeschakeld moet worden bij het aantrekken van de steunkousen, oog druppelen of een bloedverdunner injecteren. Schrap onnodige en niet-gepaste zorg. Daar valt winst te behalen. Gelukkig zijn er tal van technische hulpmiddelen om het leven van de oudere aangenamer te maken. Ook het gebruik van digitale middelen biedt tal van oplossingen. Even een appje versturen naar familieleden of een zorgverlener kan verhelderend werken en het is snel geregeld. Van belang is dat ouderen digitaal lenig blijven met hulp van familieleden of bibliotheek.'

Gezonde leefstijl

Volgens Langedijk moeten ouderen ook blijven werken aan hun eigen fitheid, bijvoorbeeld door actief te blijven door te wandelen en te fietsen. Uiteraard binnen de mogelijkheden. 'Blijf niet in je luie stoel zitten, maar kom eruit, ga aan de slag met activiteiten. Voorkomen, is immers beter dan genezen. Onderhoud je sociale contacten. Denk vooral na over je mogelijkheden. Wat heb je nodig om goed oud te worden? Kan dat in je huidige woning of is het verstandig uit te kijken naar een appartement? Is het zorgbuurthuis de toekomst van de ouderenzorg? Kleinschalige, open opvang in de eigen buurt, waar wonen en zorg gecombineerd zijn. Je hebt de beschikking over een eigen appartement, maar er is een gemeenschappelijke ruimte waar je medebewoners ontmoet en sociale activiteiten kunt ontplooiën. En, er is een zorgverlener, die een oogje in het zeil houdt en op wie je een beroep mag doen. Ontdek nieuwe dingen, dan kun je het leven langer volhouden. Daar heb je zeker invloed op. Er is geen kant en klaar recept, maar er zijn zeker kansen.'

Stappenplan

Cor Langedijk: 'Het is belangrijk dat een oudere stappen zet, die hij/zij overziet. Bewust worden van wat kan en wat niet kan. Het is alsof je een reis maakt, waarin jezelf de route bepaalt. Uitstellen is niet handig. Ga met jezelf en met anderen in gesprek. Kleine stapjes zetten. Als het nu niet kan, wanneer dan wel? Juist door met elkaar de dialoog aan te gaan, krijg je kansen om tot nieuwe ideeën te komen. Er valt veel voordeel te halen. Welke hulpmiddelen zijn daarvoor nodig? Werk aan een lange termijnplanning en zoveel mogelijk in eigen regie. Kortom: een win-win-situatie, enerzijds voor de zorgverlener, anderzijds voor de zorgvrager. Zorg verandert zo naar passende oplossingen.

VERENIGINGSNIEUWS

Even voorstellen Herman Rotgers

In deze rubriek stellen nieuwe leden van het Intersectoraal Groepsbestuur Senioren CNV Connectief zich voor. In deze eerste Nieuwsbrief van 2024 is het de beurt aan Herman Rotgers. Hij is op voordracht van de Senioren Activiteiten Groep Overijssel door de Algemene Ledenvergadering gekozen c.q. benoemd als lid van het ISGB.



Herman Rotgers werd gedurende de Tweede Wereldoorlog op 6 oktober 1944 geboren in het Overijsselse Hardenberg – voorheen Ambt Hardenberg – in een naamloze straat met alleen huisnummers. Nadat hij de Lagere School en vervolgens de Landbouwschool met goed gevolg had doorlopen ging hij, zoals het in die tijd gebruikelijk was, aan het werk! Als 17-jarige werd hij reeds lid van de Vakbond CNV: Land en Tuinbouw.

“Toen ik 20 jaar oud was, kreeg ik een conflict met mijn werkgever”, aldus Herman. “Ik heb dit gemeld bij het CNV en toen ondersteuning gekregen van Henk Hofstede (later voorzitter van het CNV); hij heeft mij met raad en daad bijgestaan!

Ook kreeg ik via hem een inkijkje in hoe de vakbeweging functioneert en dat is mij tot de dag van vandaag bijgebleven: rechtvaardigheid zoeken, leden binden én behouden”.

Via de Vervoersbond CNV en CNV CFO S.W. heeft Herman zich op provinciaal en landelijk niveau ingezet voor de medemens. Zo is hij onder meer acht jaar lid geweest van de Cliëntenraad UWV Overijssel/Gelderland en heeft hij drie jaar deel uitgemaakt van de WMO-Raad. Daarnaast heeft hij twee jaar de groep Anders Actieven ondersteund.

Sinds 2005 is Herman met pensioen; op dit moment is hij voor het CNV actief als kaderlid en maakt hij deel uit van de beleidscommissie CCBC en sinds kort van het Intersectoraal Groepsbestuur (ISGB) Senioren CNV Connectief.

“Wij wonen sinds 2020 in de prachtige stad Gramsbergen op de grens van de provincies Overijssel en Gelderland. Ik kan nog steeds mijn steentje bijdragen aan de senioren in de samenleving en mij via het ISGB inzetten voor de gemeenschap”, besluit Herman.

Veel voordelen van het CNV lidmaatschap op een rij

- De website van [CNV Senioren](#).
- [Hulp](#) bij het invullen van uw belastingaangifte of aanvragen van toeslagen.
- Een [vertrouwenspersoon](#) van CNV kan u helpen bij het keukentafelgesprek, bij een zorgvraag in uw gemeente.
- Korting op uw [verzekeringen](#).
- Een volledige [rechtsbijstandsverzekering](#).
- Leuke, inspirerende en praktische themadagen, workshops en [webinars](#).
- Een [cadeaubon](#) van € 20,- als u iemand in uw omgeving lid maakt.
- Interessante [vrijwilligersvacatures](#) om actief te worden bij het CNV

Colofon

Nieuwsbrief CNV Connectief Senioren. Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend.

Redactie

Nan Galema, Alex Hollestelle en Anouk van Dijck

Contact

Als u vragen of opmerkingen heeft over de nieuwsbrief of u wilt andere zaken onder de aandacht brengen van het intersectoraal groepsbestuur senioren, dan kunt u contact met ons opnemen.

Bij voorkeur via e-mail: nieuwsbrief-senioren@cnv.nl

Eventueel kunt u bellen met Nan Galema (06-13166620), of Alex Hollestelle (06-41170255).

Wijzigingen doorgeven

Wilt u een adreswijziging of andere mutatie doorgeven? Dan kunt u mailen naar info@cnv.nl. U kunt CNV Info ook telefonisch bereiken op werkdagen van 8.00 – 18.00 uur via telefoonnummer 030 751 1002.

Planning nieuwsbrief

In 2024 verschijnen de nieuwsbrieven op de volgende data:

- donderdag 25 januari 2024
- donderdag 22 februari 2024
- donderdag 21 maart 2024
- donderdag 25 april 2024
- donderdag 23 mei 2024
- donderdag 27 juni 2024
- donderdag 26 september 2024
- donderdag 24 oktober 2024
- donderdag 28 november 2024
- donderdag 19 december 2024

Agenda:

In de volgende nieuwsbrief zullen de data van de bindingsdagen en de Jaardag Senioren gedeeld worden.