

Ouderen zo lang mogelijk veilig laten lopen: Zeker op Weg

Een interventie voor oudere voetgangers

Margot Blaauw, Veilig Verkeer Nederland

Samenvatting max 100 woorden (102 woorden)

Oudere voetgangers zijn zich vaak niet bewust van het risico dat ze in het verkeer lopen. Deze doelgroep groeit en daarmee ook het aantal valongevallen zowel in en om het huis als in de openbare ruimte. Door de uitwisseling van ervaringen en tips tijdens de bijeenkomst Zeker op Weg, groeit het besef dat ze zelf kunnen werken aan het behouden van veilige mobiliteit. Daarnaast is in de bijeenkomst ruimte voor het bespreken van knelpunten op de routes naar belangrijke voorzieningen. VVN werkt nauw samen met beleidsmedewerkers verkeer en vervoer. Aandacht voor goed onderhoud en seniorproof wegontwerp wordt daarmee onderdeel van deze interventie.

Totaal max. 1500-2000 woorden

Inleiding (109 woorden)

Nederland vergrijst. Er is zelfs sprake van dubbele vergrijzing: de groep ouderen is groot, ouderen bereiken een hogere leeftijd. Daarnaast blijven ouderen langer vitaal. Dat laatste is goed nieuws, maar heeft ook een keerzijde.

Oudere voetgangers zijn oververtegenwoordigd bij valongevallen in de openbare ruimte die leiden tot ziekenhuisopname. Doordat ouderen langer thuis blijven wonen is aandacht voor veilig blijven lopen essentieel. Lopen is vaak de laatste overgebleven modaliteit. Door te kunnen blijven lopen is het mogelijk dat senioren zelfstandig blijven wonen, boodschappen blijven doen, meedoen in de maatschappij en betekenisvol oud worden. Niet meer zelfstandig de deur uit kunnen, betekent afhankelijk worden van zorg en verlies van levensgeluk.

Ketenaanpak valpreventie (124 woorden)

In 2024 zijn Nederlandse gemeente verplicht een ketenaanpak voor kwetsbare bewoners uit te voeren met speciale aandacht voor valpreventie in en rondom het huis. De workshop Zeker op Weg is hierop een zeer relevante aanvulling, met aandacht voor verplaatsen in de openbare ruimte. De ketenaanpak kan gezien worden als onderdeel van een bredere beweging gericht op vitaal ouder worden. Dat betekent aandacht voor bijvoorbeeld blijven bewegen en goede voeding, dus lichamelijke gezondheid, maar ook over het behouden van vitaliteit op sociaal en mentaal gebied. Zelfredzaamheid en zelfstandigheid, kortom eigen regie op je leven tot op hogere leeftijd is een groot goed. Aandacht voor veilig mobiel blijven, in en om het huis en buitenshuis is essentieel voor blijven meedoen en betekenisvol oud worden.

Samenwerking tussen beleidsvelden zorg, welzijn en verkeer. (Paragraafkop) (164 woorden)

Een interventie voor veilig blijven lopen klinkt voor ouderen niet uitnodigend. Om de doelgroep te bereiken is samenwerking nodig tussen de beleidsthema's verkeersveiligheid en zorg en welzijn. Bij zorg en welzijn worden de problemen zichtbaar als ouderen niet meer zelfstandig naar buiten kunnen. Maar samenwerking tussen deze twee beleidsvelden lijkt niet automatisch voor de hand te

liggen, maar is het wel. Waar aan de zorg- en welzijn-kant de vraag leeft om ouderen goed te helpen bij het zelfstandig oud worden, worden vanuit de kant van verkeer- en vervoer/verkeersveiligheid oplossingsrichtingen geboden. Dit gebeurt vanuit Doortrappen al enige tijd voor de seniore fietser. Zeker op Weg van VVN met een vergelijkbare aanpak voor de oudere voetganger. Deze interventie richt zich op verplaatsen in de openbare ruimte. Met het vigerende beleid om ouderen langer thuis te laten wonen is het voor senioren essentieel zo lang mogelijk veilig de deur uit te kunnen gaan voor noodzakelijke en plezierige ommetjes en bezoeken.

[VVN Bijeenkomst Zeker op Weg \(185 woorden\)](#)

Tijdens deze interactieve bijeenkomst bespreken we met senioren de verschillende invalshoeken van veilig blijven lopen. We zoeken de senioren op in hun eigen omgeving en brengen van tevoren, samen met bewoners, eventuele knelpunten op de belangrijke looproutes naar voorzieningen in kaart. Deze worden tijdens de bijeenkomst getoond en besproken. De wegbeheerder krijgt hiervan na afloop een overzicht.

Verder wordt aandacht besteed aan (nieuwe) verkeersregels, inzicht in eigen beperkingen en het gebruik van hulpmiddelen. Het draait om bewustwording en handelingsperspectief. Naast uitwisselen van informatie en ervaringen is er aandacht voor vitaliteit en de noodzaak daar tijdig en regelmatig aan te werken. Voor senioren is het thema mobiliteit heel belangrijk, maar het krijgt vaak te weinig aandacht. Tijdens de bijeenkomst blijkt dat, door het bespreekbaar te maken, de ervaringen van de meeste deelnemers met elkaar overeenkomen. Hierdoor ontstaat ruimte voor bewuste keuzes, zoals tijdstip, routes en gebruik van hulpmiddelen. De bijeenkomst wordt door een ervaren workshopleider gegeven.

De bijeenkomst is door Veilig Verkeer Nederland ontwikkeld in opdracht van de provincie Drenthe. Het doel van VVN is deze bijeenkomst landelijk aan te bieden.

[Conclusies/aanbevelingen \(92 woorden\)](#)

VVN merkt dat een interventie voor oudere voetgangers noodzakelijk is om het aantal valongevallen te verminderen, ouderen langer zelfstandig te kunnen laten wonen en hiermee de zelfredzaamheid en betekenisvol ouder worden te bevorderen.

Aangezien vanuit het thema verkeersveiligheid het bereiken van deze specifieke doelgroep een uitdaging is, is samenwerking nodig en hangt meestal samen met een enthousiast contactpersoon in een zorgcentrum. VVN ziet kansen om met medewerkers van de afdelingen welzijn en zorg van de Drentse gemeenten en/of de verantwoordelijken voor de ketenaanpak valpreventie, tot een gezamenlijke aanpak te komen.