

bridge
the gap



Enhancing the
Social and Digital
Participation of
Older People

Digitale
Training



Module
1



Mede gefinancierd door het
programma Erasmus+
van de Europese Unie



De steun van de Europese Commissie voor de productie van deze publicatie houdt geen goedkeuring van de inhoud in. De inhoud geeft de standpunten van de auteurs weer en de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik dat eventueel wordt gemaakt van de daarin opgenomen informatie.

© Bridge the Gap! Consortium
Design: Verena Blöchl



CC BY-SA

This license lets others remix, adapt, and build upon your work even for commercial purposes, as long as they credit you and license their new creations under the identical terms.

Module 1

Leeftijdsvriendelijke omgevingen

In deze module
zul je:

- (**uitvinden** wat „Leeftijdsvriendelijke omgevingen“ zijn
- (**leren** over belangrijke eigenschappen van leeftijdsvriendelijke omgevingen,
- (**nadenken** over de leeftijdsvriendelijkheid van je eigen omgeving,
- (**leren** van enkele praktische tips en inspirerende leermiddelen.

Leeftijdsvriendelijke omgevingen

Een **leeftijdsvriendelijke omgeving** is daar waar mensen worden gewaardeerd en gerespecteerd. Zij zijn betrokken en worden ondersteund bij hun dagelijkse bezigheden, zoals lopen en winkelen of het gemakkelijk krijgen van publieke en private zorg en diensten. Leeftijdsvriendelijke omgevingen zijn de beste manier voor gezond en actief ouder worden.

“Leeftijdsvriendelijke omgevingen promoten gezondheid, welzijn en sociale participatie van ouderen. Ze zijn toegankelijk, gelijkwaardig, inclusief, veilig en ondersteunend. Zij gaan voor gezond zijn en het voorkomen of uitstellen van ziekten en achteruitgang. Zij leveren mensgerichte diensten en ondersteuning zodat mensen herstellen of een verlies kunnen compenseren. Het gaat erom dat mensen die dingen kunnen blijven doen die belangrijk voor hen zijn.” (WHO, 2021)

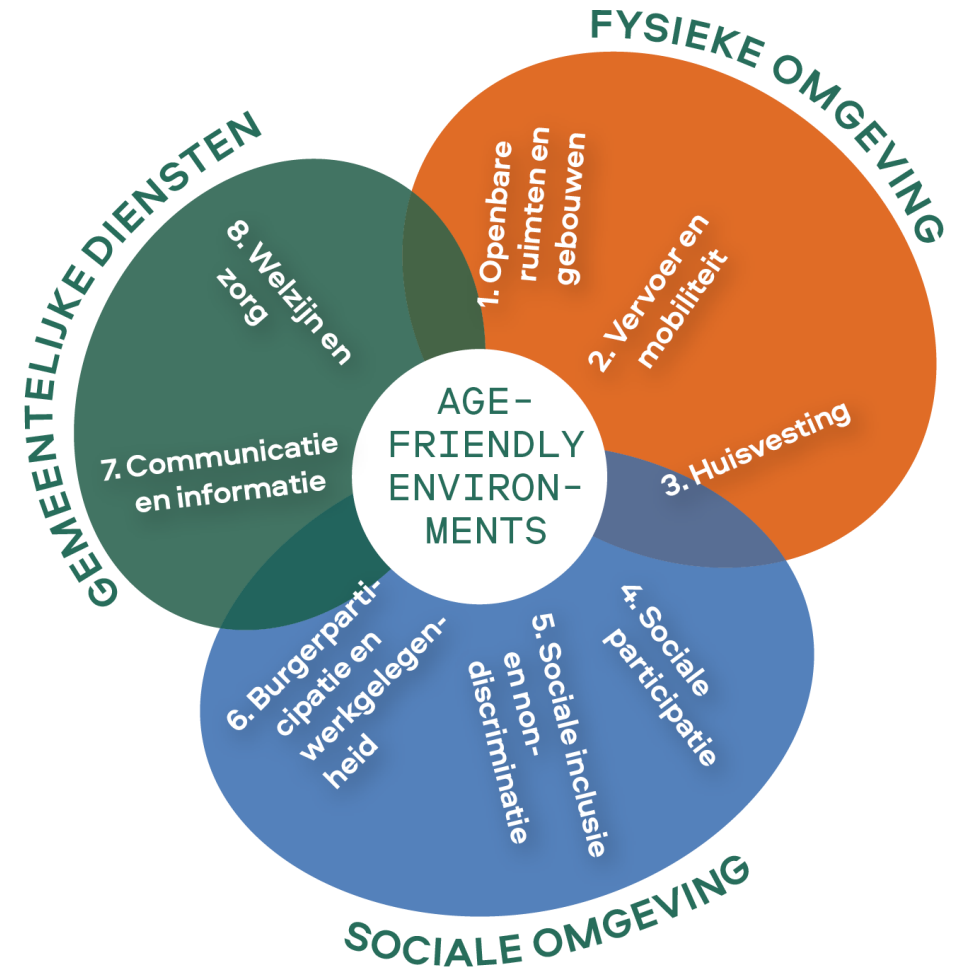
De domeinen van leeftijdsvriendelijke omgevingen

Volgens het Leeftijdsvriendelijke omgevingen programma, moeten steden en dorpen zich richten op acht dimensies om leeftijdsvriendelijkheid mogelijk te maken.

Deze acht domeinen worden gegroepeerd in drie grotere clusters:

- **Gebouwde omgeving**
- **Sociale omgeving en**
- **Gemeentelijke diensten**

Deze omgevingen promoten participatie en gezondheid voor mensen in alle leeftijden, inclusief ouderen.



adapted from this [source](#)

Dit is een voorbeeld van een buitenruimte in Wenen. Laten we kijken naar hoe leeftijdsvriendelijk het daar is.

Welke twee kenmerken op de foto maken deze plek leeftijdsvriendelijk?



De twee kenmerken zijn:



Er zijn plekken waar je kunt zitten. Hoewel een armleuning zou wel helpen om ook weer op te kunnen staan.

De bestrating is mooi vlak en daardoor goed te gebruiken voor een rollator, rolstoel of kinderwagen.

Dit is dezelfde foto.
Kun je nu benoemen wat
niet leeftijds-
vriendelijk is?



Goed gedaan!



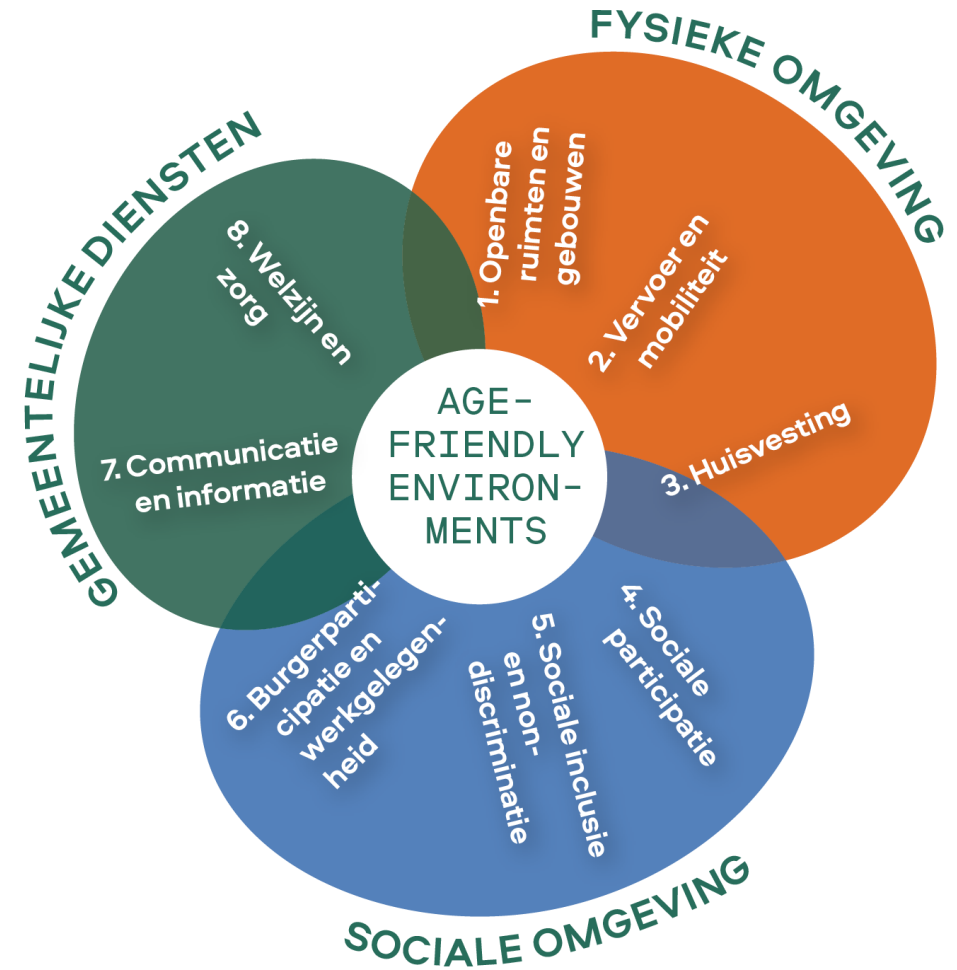
Een zebrapad om over te steken helpt om veilig over te steken

Het zou goed zijn als er meer bankje in de hoeken zouden komen.

Er is genoeg plek voor een fontein om water uit te drinken

De domeinen van leeftijdsvriendelijke omgevingen

- Wat in de sociale of gebouwde omgeving is leeftijdsvriendelijk volgens jou?
- Waar denk je gelijk aan?
- Je kunt denken aan positieve leeftijdsvriendelijke kenmerken, maar ook aan barrières.



adapted from this [source](#)

Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

Koppel deze vier voorbeelden aan de Leefstijdsvriendelijke Omgeving domeinen:

De badkamer is toegankelijk voor rollators

Zorg en welzijn

Dagcentra voor volwassenen

Communicatie en voorlichting

Informatie over buurtactiviteiten

Buitenomgeving

Openbare banken en zitplaatsen

Huisvesting

Ben je geïnteresseerd om te checken hoe leeftijdsvriendelijk jouw omgeving is?



© Voglhuber



Interested in checking the age-friendliness of your neighbourhood/city?

Een **checklist** van belangrijke kenmerken van Leeftijdsvriendelijke Steden en Dorpen van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO) kan via [de link](#) gevonden worden.

Hoe denken ouderen zelf over de leeftijdsvriendelijkheid van hun stad of dorp?

De Haagse Hogeschool nam het initiatief om de zogenaamde Age-Friendly Cities and Communities Questionnaire (AFCCQ) te ontwikkelen en te valideren. Deze vragenlijst bestaat uit 23 vragen, kan vrij gebruikt worden en kan [hier](#) gevonden worden. AFEdemy is partner.

Verder vooruit: het leeftijdsvriendelijke omgevingen concept verder ontwikkeld

Om het leeftijdsvriendelijke omgevingen echt mogelijk te maken, en ook slimme gezonde oplossingen toe te voegen is in 2017 het zogenaamde Smart and Healthy Age-Friendly Environments (SHAFE) network gelanceerd.

SHAFE benadrukt de combinatie van

- **Gebouwde omgevingen** (huizen, openbare ruimten en gebouwen) met slimme ICT toepassingen
- **sociale participatie** en
- **gezonde oplossingen**



© SHAFE.eu

Een voorbeeld van hoe SHAFE eruit kan zien:

Buren en vrijwilligers in een bepaalde buurt of straat hebben een gezamenlijke WhatsAppgroep om informatie uit te wisselen, elkaar op de hoogte te stellen van ongere types of voertuigen, misdrijven en onveilige situaties.

Digitaal – veiligheid – sociale participatie gecombineerd

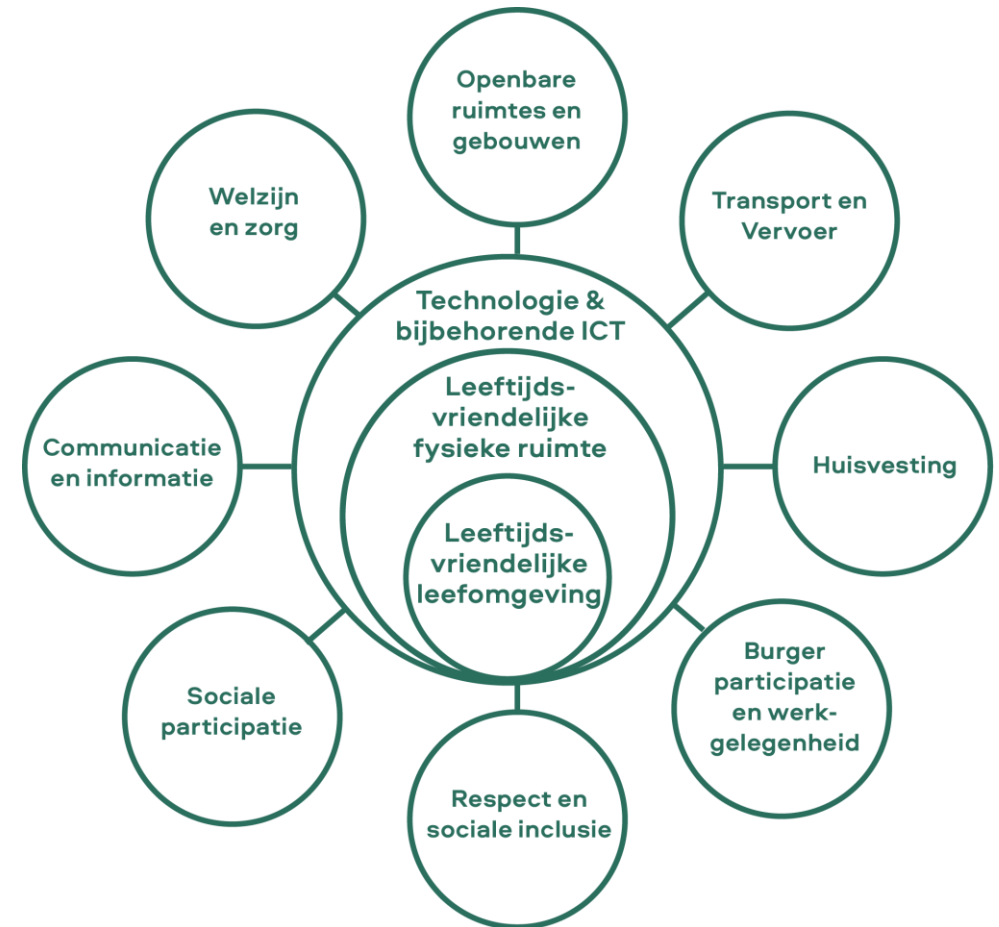


Kun je een voorbeeld van SHAFE geven in je eigen omgeving?

Neem even de tijd en kijk naar de verschillende dimensies van slimme en gezonde leeftijdsvriendelijke omgevingen.

Waar denk je gelijk aan? Het mag positief zijn, maar ook aan belemmeringen die opgelost moeten worden.

Geïnteresseerd om meer te leren over SHAFE? Bezoek de modules van [SHAFE](#).



Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

Koppel de volgende vier voorbeelden aan een van de SHAFE-domeinen:

Beschikbare online informatie over
toegankelijkheid op openbaar vervoer routes

Online consultatie met een arts

Duurzame energie woningen

Barrièrevrije winkel-/wandelroute
(beschikbaarheid van bankjes, openbare toiletten)

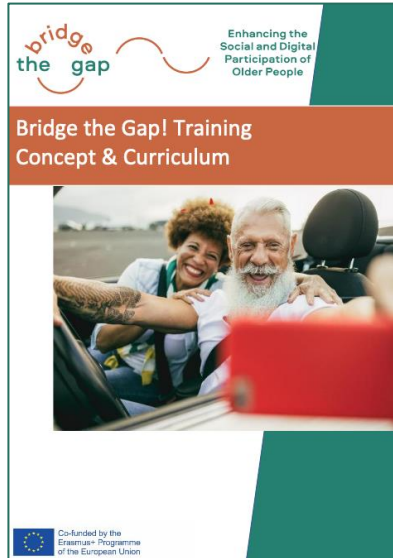
Transport

Buitenomgeving

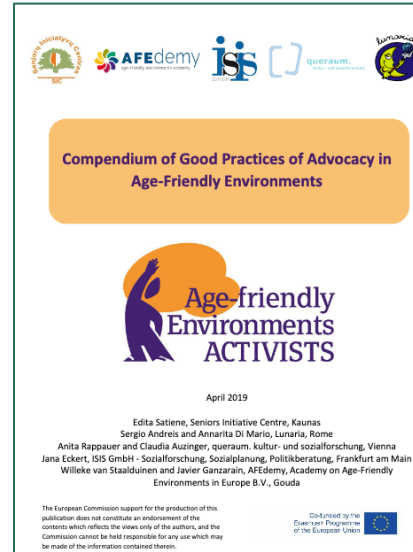
Welzijn en zorg

Woningen

Nuttige informatie en bronnen



**[Bridge the Gap!
Training Concept and
Curriculum](#)**

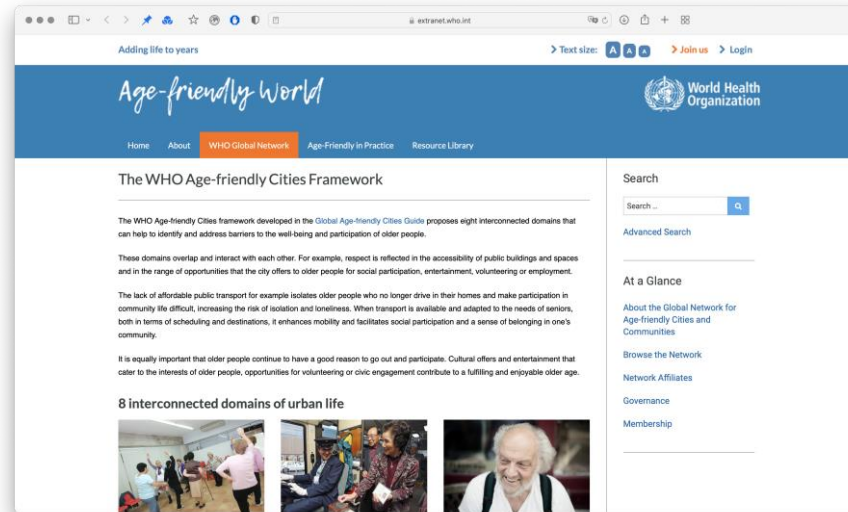


**[Compendium of Good
Practices of Advocacy
in Age-Friendly
Environments](#)**



**[Hands on SHAFE
Compendium](#)**

Verder lezen



Als je geïnteresseerd bent in het WHO “Age-friendly Cities” model



Gefeliciteerd! Je hebt met succes de eerste module van onze Digitale Training afgerond!

Zin om mee te doen met module 2 over „Ouder worden met digitalisering“? Klik op Module 2 hieronder.