



Jaargang 1 (2020) nummer 29

Meer Veerkracht, Langer Thuis (2015-2019)

Ruim vier jaar geleden startte FNO met het programma Meer Veerkracht, Langer Thuis een nieuwe beweging voor alleenstaande, zelfstandig wonende ouderen met een beperking.

Het draaide allemaal om meedoen en bewegen. Met als resultaat dat 37.000 Ouderen daadwerkelijk in beweging kwamen.

In de afgelopen jaren zijn er door vele organisaties meer dan 120 vernieuwende projecten opgezet of succesvolle projecten verspreid.

De thema's meedoen en bewegen stonden daarbij centraal, omdat dit belangrijke leefgebieden zijn die ook op langere termijn bijdragen aan zelfstandigheid. We richtten ons op alleenstaande ouderen met een beperking omdat juist deze mensen vaak een steuntje in de rug kunnen gebruiken als het tegenzit.

De geleerde lessen worden zo breed mogelijk verspreid, met als doel dat iedereen met de kennis van Meer Veerkracht, Langer Thuis aan de slag kan.

FNO heeft het stokje overgedragen aan BeterOud (BO) om te helpen bij het verspreiden en verduurzamen van de geleerde lessen.

De FASv wil graag haar medewerking verlenen aan het verspreiden van de boodschap.

Met het programma Meer Veerkracht, Langer Thuis (looptijd 2015-2019) wilden we alleenstaande ouderen met een beperking in staat stellen zo lang mogelijk zelfstandig en op een prettige manier thuis te wonen.

De thema's meedoen en bewegen stonden daarbij centraal, omdat dit belangrijke leefgebieden zijn die ook op langere termijn bijdragen aan zelfstandigheid. We richtten ons op alleenstaande ouderen met een beperking omdat juist deze mensen vaak een steuntje in de rug kunnen gebruiken als het tegenzit.

Een duurzame beweging

Een beweging op gang brengen, dat is wat we met Meer Veerkracht, Langer Thuis wilden bereiken.

Een beweging die op termijn een duurzaam effect heeft op de veerkracht en kwaliteit van leven van ouderen in Nederland.

Er is ontzettend veel ervaring en kennis opgedaan binnen de diverse thema's die in Meer Veerkracht Langer Thuis voorbijkwamen. We zijn in de fase waarin we de geleerde lessen en succesvolle aanpakken breed delen.

Resultaten

Meer Veerkracht, Langer Thuis heeft een wezenlijke bijdrage geleverd aan de veerkracht en kwaliteit van leven van alleenstaande, zelfstandig wonende ouderen. Maar liefst 37.000 ouderen zijn bereikt en in beweging gebracht. We realiseerden een landelijke uitbreiding van activiteiten voor ouderen op het gebied van bewegen en meedoen. Er is veel kennis verzameld over succesvolle interventies, het bereiken van ouderen, het belang van co-creatie met ouderen en het nut van kennisdeling tussen projecten. Ouderen namen deel op grote schaal en werden betrokken bij de opzet en uitvoering van de projecten.

Resultaten boekje kunt u [<<hier downloaden>>](#)

Website [<<Meer Veerkracht, Langer Thuis>>](#)