



sterker
Ouderenwerk



Vorzorgcirkels.

Met elkaar (komt het) voor elkaar!

Het aantal senioren in Nederland groeit en zij wonen steeds langer zelfstandig thuis. Maar er is minder hulp vanuit professionele organisaties beschikbaar. Van mantelzorgers wordt steeds meer verwacht, terwijl het aantal mantelzorgers juist afneemt. Een flinke uitdaging, waar Sterker Ouderenwerk graag samen met senioren een oplossing voor zoekt. Door inwoners te ondersteunen om goed voor zichzelf én voor elkaar te zorgen, zodat ze met een beetje hulp van elkaar langer zelfstandig blijven.

www.sterkerouderenwerk.nl

Met een beetje hulp
langer zelfstandig



Voorzorgcirkel

Een voorzorgcirkel is een sociaal netwerk van mensen in uw omgeving. Binnen dit netwerk kunnen mensen een beroep doen op u, maar u kunt ook hulp vragen aan een ander. Een voorzorgcirkel bestaat uit zo'n 8 tot 14 mensen die dicht bij elkaar wonen (bijvoorbeeld in een straat, buurt of wooncomplex). Een mooi uitgangspunt hierbij is wederkerigheid. Een voorzorgcirkel is voor mensen van alle leeftijden die interesse hebben om deel uit te maken van een groep mensen die naar elkaar omkijkt.

Elkaar een handje helpen

Onderdeel van een voorzorgcirkel zijn betekent dat u nu al 'uit voorzorg' of 'voor het geval dat' afspraken maakt om elkaar te helpen met onderlinge hulp en steun. Bijvoorbeeld bij dagelijkse dingen, zoals boodschappen doen, samen koffiedrinken of hulp bij vervoer. Of dat bij ziekte van het baasje iemand even een rondje met de hond loopt.



Meer informatie

Wilt u meer informatie over voorzorgcirkels? Neem dan contact op met Sterker Ouderenwerk via telefoonnummer **088 - 00 17 121** of mail ons op ouderenwerk@sterker.nl



sterker
Ouderenwerk