



over morgen

Onderzoek

Wat vind jij belangrijk voor later? Praat vandaag over morgen

Maart 2024

1 op de 2 praat al over later

Waarom vandaag praten over morgen? We worden allemaal ouder. Het is goed om het hier over te hebben. Door nu al over morgen te praten, kan je straks de dingen blijven doen die voor jou belangrijk zijn. Zodat je bijvoorbeeld weet wie bij zou kunnen springen als je later zorg nodig hebt, hoe je prettig kunt wonen en hoe je je fit en sterk kunt blijven voelen.



In hoeverre zijn mensen tussen de 60 en 75 al bezig met hun toekomst?

Hoe leven mensen nu en hoe zien ze dat voor zich over 10 jaar?
We vroegen het aan 1.000 zestigplussers.

56%

praat al
over later

Waarom praten?

Nuttig

85% vindt het praten over de toekomst nuttig.

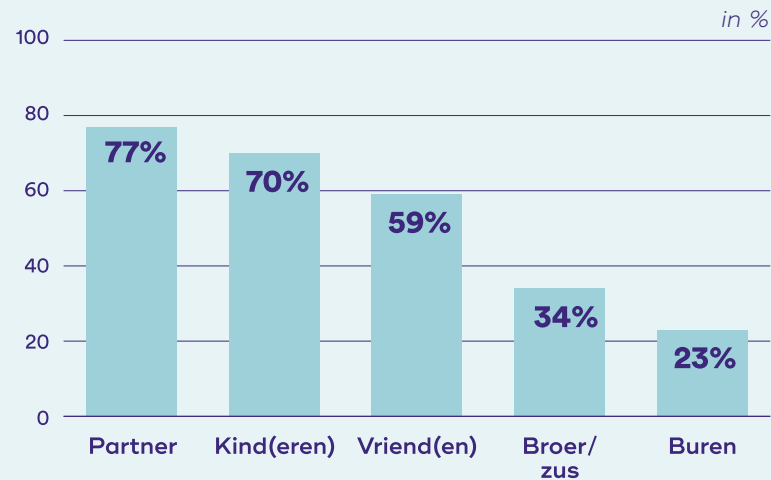
Zeker gevoel

Voor 44% geven de gesprekken een gevoel van zekerheid.

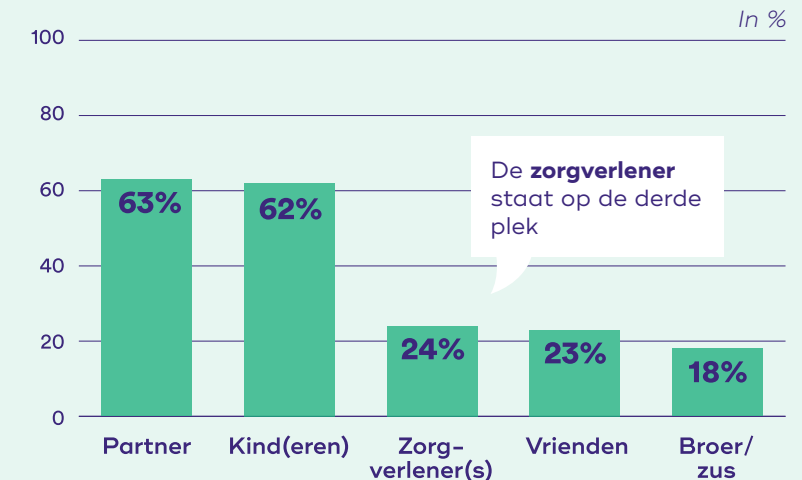
Rust

Voor 38% geven de gesprekken rust.

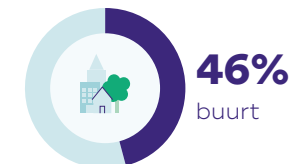
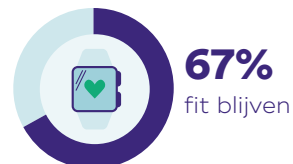
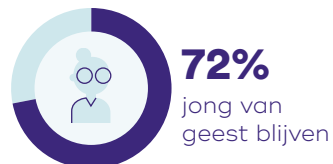
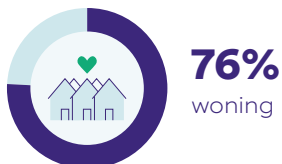
56% praat al over later. Zij praten het liefste met:



Van de mensen die nog niet over later praten, wil 26% dit binnen 5 jaar doen. Zij willen dat het liefste doen met:

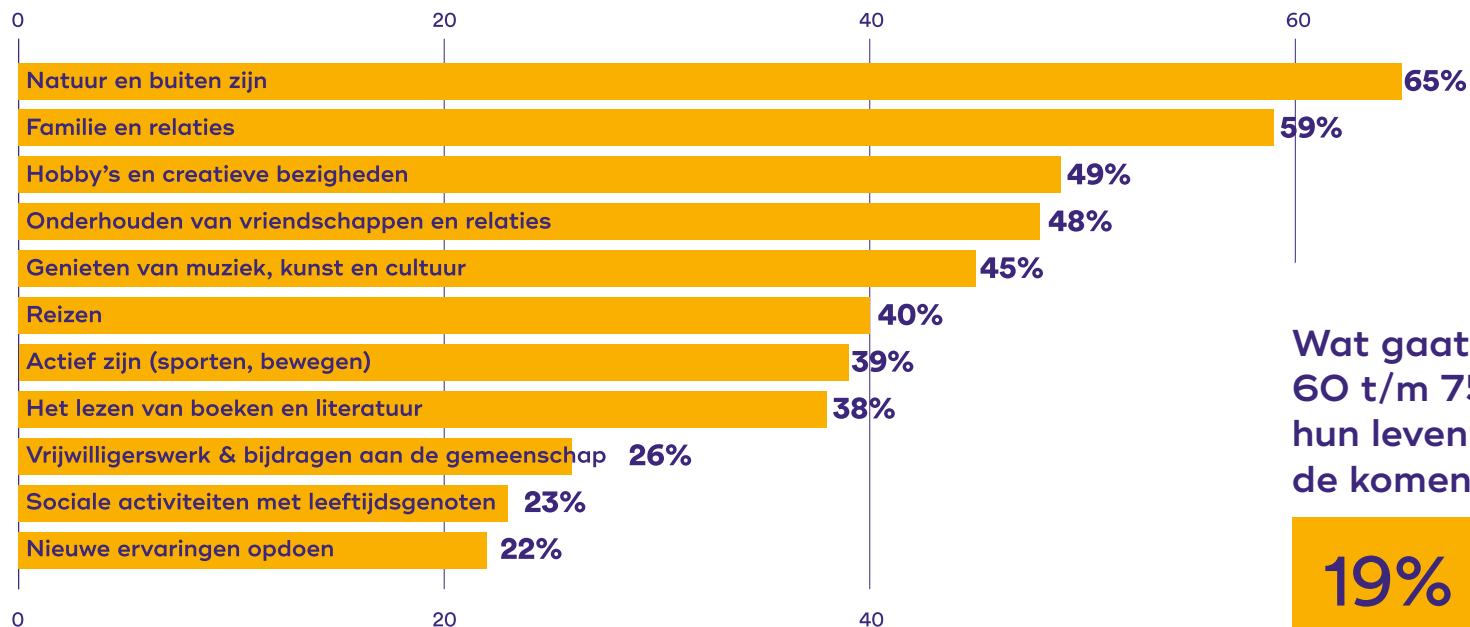


Waarover praten mensen?



Waar krijgen 60 t/m 75-jarigen energie van?

In %



Wat gaat er volgens 60 t/m 75-jarigen in hun leven veranderen de komende 10 jaar?

19%

Ondersteuning

17%

Zorg

31% Sociaal leven

"We hebben een hechte groep vrienden, goede familieband en we zijn lid van diverse clubs/verenigingen."

85%

Is **tevreden** met hun sociale kring

75%

Wil graag **nieuwe mensen (blijven) ontmoeten**

Omzien naar elkaar

Nu en over **10** jaar

Voor elkaar zorgen

Nu

69% geeft aan mensen om zich heen te hebben die kunnen helpen als er zorg nodig is

64% kijkt om naar mensen in hun buurt en staan als ze hun hulp nodig hebben

Later

78% wil graag over 10 jaar mensen om zich heen hebben die kunnen helpen als er zorg nodig is

65% wil graag zorgen voor anderen

(Mantel)zorg

6% ontvangt op dit moment mantelzorg van vrienden of familie

29% verwacht mantelzorg nodig te hebben van familie of vrienden

4% ontvangt op dit moment mantelzorg van professionele zorgverleners

38% verwacht zorg nodig te hebben van professionele zorgverleners

Gezond en fit blijven

Nu en over 10 jaar

"Meedoen met Nederland in Beweging."

"Ik wil zoveel mogelijk zelf alles nog doen: nieuws, eigen administratie blijven doen, nieuwe dingen leren."

Regelmatig bewegen

Nu **59%** geeft aan nu regelmatig te bewegen

Later **65%** is van plan over 10 jaar regelmatig te bewegen

Fit blijven

37% is nu bewust bezig met fit blijven (en 49% een beetje)

54% is van plan over 10 jaar bewust bezig te zijn met fit blijven

Vrijwilligerswerk

34% doet nu vrijwilligerswerk

56% is van plan in de aankomende 10 jaar (nog steeds) vrijwilligerswerk te doen

Leren

21% leert nu nieuwe dingen

26% wil over 10 jaar nieuwe dingen blijven leren

"Met hulp van de kinderen nieuwe ontwikkelingen kunnen gebruiken."

Wat gaat er volgens 60 t/m 75-jarigen in hun leven veranderen de komende 10 jaar?

41%
Jong van geest blijven

75%
Fit blijven

Prettig wonen





"We hebben al bepaalde dingen aangepast zoals badkamer, traplift, trip-pelstoel e.d."

"Nu al contacten onderhouden met burenen."

Basisvoorzieningen

Nu

80% woont op loopafstand van basisvoorzieningen

Later

83% wil over 10 jaar dichtbij voorzieningen wonen

Openbaar vervoer

73% kan gemakkelijk met het OV naar andere plekken

78% wil graag makkelijk met het OV naar andere plekken kunnen

Familie/ vrienden in de buurt

79% heeft familie en/of vrienden in de buurt wonen

85% wil in de buurt van vrienden en familie wonen

"Er zijn hier niet genoeg voorzieningen, dus we staan al ingeschreven bij een woningbouwvereniging"



Praat vandaag over morgen

Begin op tijd het gesprek over zorg, wonen en fit blijven

Het lijkt misschien nog ver weg, maar wie straks ook vol van het leven wil blijven genieten, praat vandaag over morgen. Bijvoorbeeld over wat je voor elkaar kunt doen als er later zorg nodig is, of het huis waar je nu woont nog bij je past of hoe je fit blijft. Wat vind jij belangrijk voor later?

Begin op tijd het gesprek. Bekijk welke onderwerpen je kunt bespreken op

praatvandaagovermorgen.nl

Verantwoording

Representatief onderzoek uitgevoerd onder 1.043 mensen tussen de 60 en 75 jaar in februari 2024. Het onderzoek is uitgevoerd door onderzoeksbureau Kien in opdracht van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn & Sport.



60 - 75 jaar