

# Resultaten Beter Thuis 2020

JAN

- › Gezondheidsmarkt tijdens de e-health week bij de Derde Helft
- › Werving deelnemers pilot MemoryLane

FEB

- › Start uitvoering pilot MemoryLane (looptijd 6 maanden)
- › Start gesprekken Derde Helft buiten Noordoost

MRT

- › Fysieke bijeenkomst over de Bewegvriendelijke wijk wordt uitgesteld i.v.m. Corona

APR

- › Drie online co-creatie bijeenkomsten over de Bewegvriendelijke wijk

MEI

- › Praatplaat Bewegvriendelijke wijk
- › Tas voor Thuis (500 tassen)

JUN

- › Start bouwen aan de Bewegvriendelijke wijk

JUL

- › 1-jarig jubileum Derde Helft
- › Lancering website Bewegvriendelijke wijk

AUG



SEP

- › Afsluiting pilot MemoryLane
- › Startbijeenkomst 'Welzijn op recept' in Noordoost

OKT

- › Start voorbereiding buurtvisites
- › Wijkwandeltocht tegen eenzaamheid (afgelast door aangescherpte maatregelen)

NOV

- › Start pilot 'Sprekend de Buurt'
- › Lancering tweewekelijkse nieuwsbrief Bewegvriendelijke wijk
- › Start coronaproof activiteiten Bewegvriendelijke wijk
- › Gastcollege HU Bewegvriendelijke wijk

DEC

- › Workshop Bewegvriendelijke wijk bij Bestuurstafel Utrecht Gezond en Health Hub Utrecht



## eHealth

### Tessa de sociale Robot

Sociale robot die helpt bij het organiseren van dagelijkse leven



### MemoryLane Tablet



Eenvoudige tablet die ouderen helpt in contact te blijven met familie en vrienden. 18 deelnemers, mede in samenwerking met U-Centraal.

## Initiatieven

### De Klusdienst



7 nieuwe klusvrijwilligers



70 klussen door en voor buurtbewoners

### De Derde Helft

Elke week >60 ouderen bij elkaar voor ontspanning, ontmoeting en beweging



Derde Helft buiten Noordoost Oriënterende gesprekken, i.s.m Ouderenfonds en Sport Utrecht, met sportclubs in andere wijken. Interesse bij 3 clubs om te starten, door corona naar voorjaar 2021 verschoven.

### Maaltijden



maaltijdbezorging door vrijwillige thuiscooks uit de buurt bij 19 kwetsbare ouderen in eerste en tweede kwartaal

### Tas voor Thuis



500

senioren kregen een tas vol recreatieve, activerende en educatieve cadeaus. De Tas voor Thuis is vooral bedoeld voor ouderen die niet of minder digitaal zijn ingesteld.

### Kennisdelen



Lancering website Beter Thuis



200+ abonnees



6 artikelen (Klusdienst, MemoryLane, Thuisgekookt, Tas voor thuis, Tessa)



1 Leer met up (HU college)



2 Beter Thuis Workshops



3 webinars (slapen, gezond leven)



1 artikel in vakblad over klusdienst



## Borging

### Bewegvriendelijke wijk

Preventief werken aan behoud van vitaliteit door verbinden en verleiden. Wat stimuleert bewoners om in beweging te komen en hoe kan de openbare ruimte daaraan bijdragen? Borging van de leerervaringen van living lab Beter thuis in de wijk Noordoost.

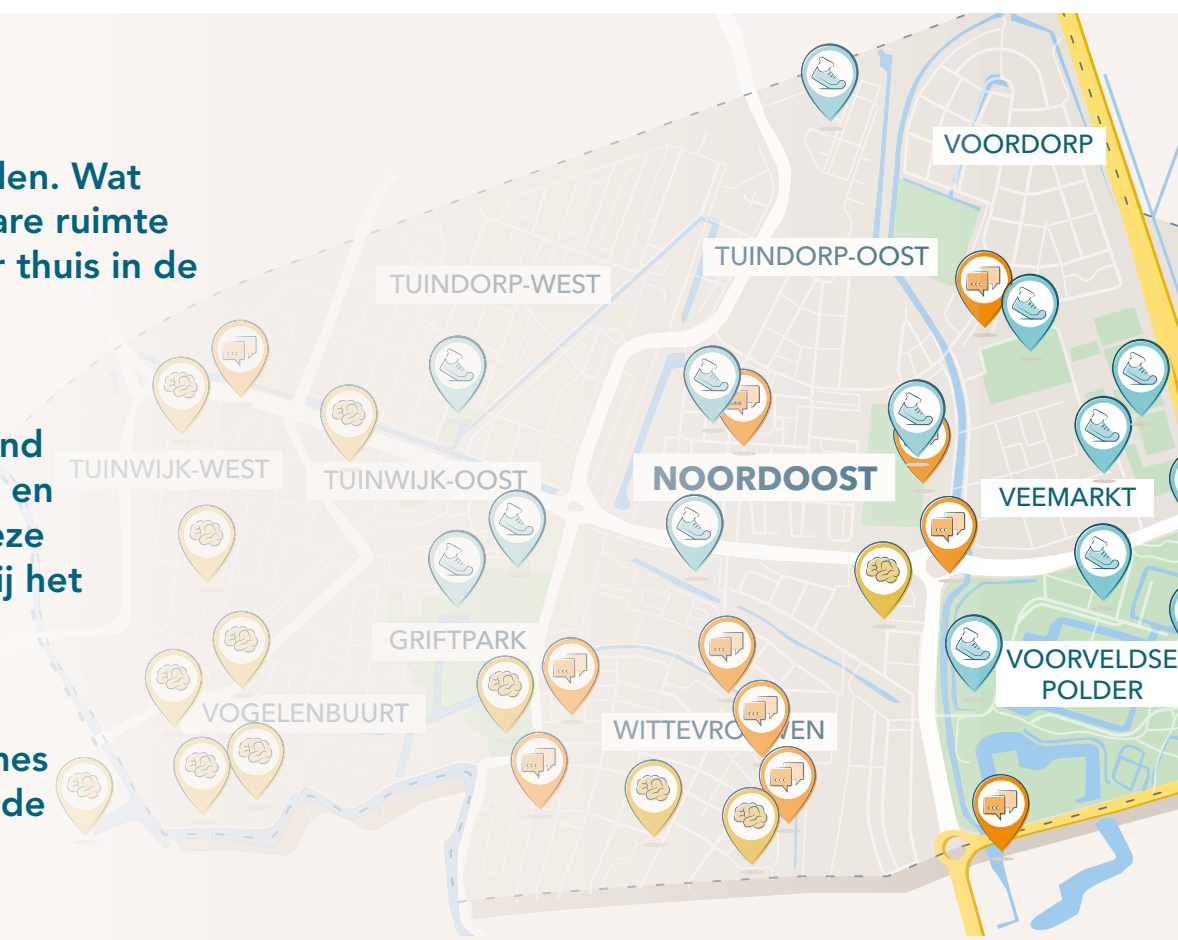
### Sprekend de Buurt

Sprekend de Buurt verzamelt verhalen van buurtbewoners. Aan de hand van thema's maken buurtgenoten met elkaar het verhaal van de buurt en ontstaat er een bijzondere vertelling dóór en vóór buurtbewoners. Deze verhalen, verspreid in de buurt, worden zichtbaar op een kaart waarbij het verhaal via je smartphone te beluisteren is.

### Buurtvisites

Hoe kan de leefomgeving meer uitnodigen tot bewegen? Met de dames Thé en Bureau Jaaf startten we een pilot om via kleine interventies in de openbare ruimte het bewegen te stimuleren.

[www.bewegvriendelijkewijk.nl](http://www.bewegvriendelijkewijk.nl)



## Samenwerkingen Beter Thuis en Bewegvriendelijke wijk

- Bewoners Noordoost
- Buurteam Noordoost
- DOCK
- Careyn
- COSBO
- Nationaal Ouderenfonds
- Buurtvereniging de Bouwsteiger
- Wijkplatform Noordoost
- Tuindorpsbelang
- Thuisgekookt
- Wijkbureau N-O
- Huisartsenpraktijk Vogelenbuurt /GEZ
- Hercules/ Derde Helft
- SportUtrecht
- Mens en wijk
- Zimihc theater
- U-Centraal
- Utrecht Natuurlijk
- Het Gilde
- Utrechts archief
- Uzelf
- Health Hub
- Start-ups

## Beter Thuis

Het netwerkinitiatief Beter Thuis draagt bij aan de toekomstige ouderenzorg, zodat mensen niet alleen langer maar ook beter thuis kunnen blijven wonen. Dit doen we samen met bewoners, professionals en netwerken. Door die verbinding kan Beter Thuis onverwachte nieuwe combinaties in wonen, zorg en welzijn maken.