



Leeftijdsvriendelijke steden en gemeenten

een hefboom om gezond en actief ouder te worden.



Whitepaper
november 2025

Veerle DUBUY

howest
hogeschool



INHOUD

- 01 inleiding
- 02 met dank aan
- 03 vergrijzing, een verhaal van
 uitdagingen en kansen
- 04 gezond en actief ouder worden in
 een leeftijdsvriendelijke omgeving
- 05 een transversaal verhaal
- 06 steden en gemeenten als
 sleutelfiguur
- 07 rol van monitoring
- 08 contact
- 09 bibliografie

INLEIDING

Wereldwijd neemt het aandeel 65-plussers toe, ook Europa en België wordt met deze vergrijzing geconfronteerd. Deze evolutie van een ouder wordende bevolking wordt vaak negatief bekeken. Het klopt dat de vergrijzing heel wat uitdagingen met zich meebrengt, denk maar aan toenemende kosten voor pensioenen, hogere kosten voor de gezondheidszorg,... (Europese Commissie, 2024). Belangrijk is om je als samenleving voor te bereiden op deze uitdagingen en na te denken hoe je deze demografische evolutie kan ondervangen. Een meer positieve kijk op ouder worden en inzetten op de mogelijkheden en opportuniteiten van de ouder wordende bevolking zijn hierbij cruciaal.

Het concept van leeftijdsvriendelijke omgevingen neemt deze positieve insteek en vertrekt vanuit opportuniteiten in plaats van beperkingen (WHO, 2007). De leeftijdsvriendelijke omgeving definieert acht domeinen die van belang zijn om mensen in staat te stellen gezond en actief oud te worden in hun eigen omgeving. Steden en gemeenten zijn de eersten die met de uitdagingen van een ouder wordende bevolking geconfronteerd worden. Ze zijn het lokale niveau dat het dichtst bij de mensen staat en een directe impact en verschil kan maken. Ze moeten zorgen dat hun infrastructuur, fysieke en sociale omgeving afgestemd is op de noden van hun oudere inwoners. Inzetten op leeftijdsvriendelijke steden en gemeenten is dus een belangrijke focus om gezond en actief ouder te worden.

Deze whitepaper wil (lokale) beleidsmakers in Vlaanderen bewustmaken van het belang van inzetten op gezond en actief ouder worden en de rol van leeftijdsvriendelijke omgevingen hierbij.

Allereerst wordt ingegaan op de vergrijzing in België en Vlaanderen en het concept van leeftijdsvriendelijke omgevingen. Vervolgens gaan we in op het proces van hoe steden en gemeenten kunnen werken aan een leeftijdsvriendelijke omgeving en de rol van data en monitoring hierbij. Als laatste wordt ingegaan op de Leeftijdsvriendelijkheidsmonitor als hulpmiddel voor lokale besturen om te werken aan hun leeftijdsvriendelijke van stad of gemeente



In deze whitepaper ontdek je hoe je als beleidsmaker of -medewerker werk kunt maken van een leeftijdsvriendelijke stad of gemeente. Je krijgt inzicht in wat leeftijdsvriendelijke omgevingen zijn, waarom ze cruciaal zijn voor gezond en actief ouder worden en hoe je het proces concreet aanpakt. We tonen welke data je kunnen ondersteunen en hoe je er datagedreven beleid mee voert. Deze whitepaper is gebaseerd op wetenschappelijke literatuur, praktijkervaring en gesprekken met lokale actoren.

Veerle Dubuy, projectleider Healthy Ageing in het beleid

MET DANK AAN

Deze whitepaper kwam tot stand tijdens het PWO-project Healthy Ageing in het beleid. Graag een dank aan de stuurgroepleden en de proeftuingemeenten van het project:

Stuurgroepleden



Proeftuingemeenten



AALST
VERGEET
JE NOOIT



VERGRIJZING, EEN VERHAAL VAN UITDAGINGEN EN KANSSEN



De term vergrijzing wijst op een toenemend aandeel van ouderen in de totale bevolking. Het gaat dus om de verhouding van 65-plussers ten opzichte van alle leeftijden in de totale bevolking. Daarnaast bestaat de term verzilvering, deze term wijst op een toenemend aandeel van oudste ouderen (80+) in het segment van de oudere bevolking (65+) (Statistiek Vlaanderen, 2025).

De vergrijzing is het resultaat van twee factoren. Enerzijds is er de babyboomgeneratie die nu geleidelijk aan uit de actieve bevolking verdwijnt en de groep van 65-plussers vervoegt, anderzijds zorgt de steeds hogere levensverwachting ervoor dat het aandeel ouderen blijft toenemen (Federaal Planbureau, z.j.).

VERGRIJZING RESULTANTE VAN TWEE FACTOREN:



geboortegolf na Tweede Wereldoorlog: de 'babyboom'



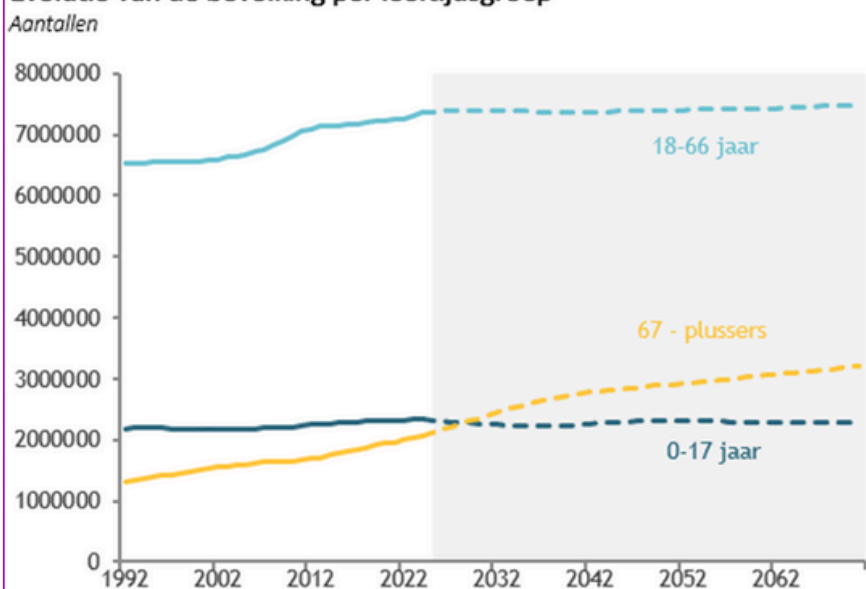
hogere levensverwachting door verbeteringen op vlak van medische zorg, algemene hygiëne, levensomstandigheden



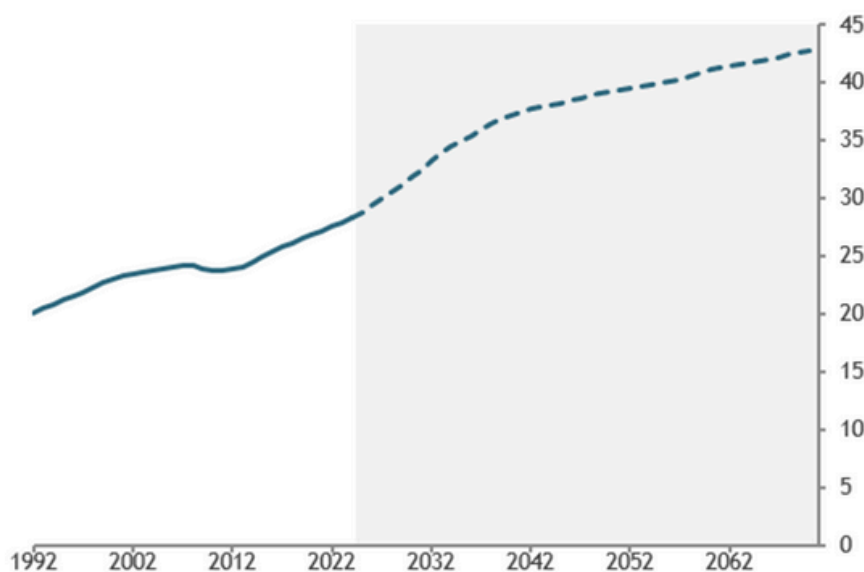
België en Vlaanderen

Voor België zien we dat de bevolking van 67 jaar en ouder groeit en in de komende jaren zelfs sterker dan in de voorbije jaren. Als gevolg hiervan neemt de afhankelijkheidsratio, die de verhouding weergeeft van de bevolking van 67 jaar en ouder ten opzichte van de bevolking op arbeidsleeftijd, ook sterk toe. Als er in 2024 voor elke 100 inwoners van 18 tot 66 jaar 28 personen van 67 jaar en ouder waren, zal dit aantal stijgen tot 37 in 2040 en 43 in 2070 (zie figuur 1 evolutie van de bevolking per leeftijdsgroep).

fig.1: Evolutie van de bevolking per leeftijdsgroep



Afhankelijkheidsratio van de ouderen: $67+/(18-66)$ in procent



Bron: 1992-2023: Statbel.

2024-2070: Demografische vooruitzichten 2024-2070, FPB

Voor Vlaanderen valt een gelijkaardige evolutie op te merken.

Sinds 2000 neemt het aandeel van de bevolking van 67 jaar of ouder toe: van 15% in 2000 tot 19% in 2024 (Statistiek Vlaanderen, 2025.).

Tussen 2023 en 2033 wordt een stijging van het aantal 67-plussers verwacht met 22%. In 2033 zal het Vlaamse Gewest naar schatting bijna 1,55 miljoen inwoners tellen van 67 jaar of ouder.

Zo goed als alle Vlaamse gemeenten zullen met de vergrijzing te maken hebben. In 102 van de 300 gemeenten van het Vlaamse Gewest lag het aandeel 67-plussers in de totale bevolking in 2024 hoger dan 20% (Statistiek Vlaanderen, 2025).

In de kustgemeenten Koksijde, Nieuwpoort, Knokke-Heist, De Haan, Middelkerke, De Panne en Blankenberge is meer dan 30% van de bevolking 67 jaar of ouder

Prognoses geven aan dat tussen 2023 en 2033 gemeenten een stijging zullen kennen van het aantal 67-plussers, gaande van +3% tot +47%. De sterkste toename situeert zich voornamelijk in gemeenten in Noord-Limburg en de Antwerpse Kempen. De meeste gemeenten met een zwakkere groei liggen in de provincie West-Vlaanderen, wegens reeds hoge vergrijzingspercentages (Statistiek Vlaanderen, 2025).



Zo goed als alle Vlaamse gemeenten zullen tussen 2023 en 2033 een stijging kennen van het aandeel 67-plussers, gaande van +3% tot +47%.

Uitdagingen en kansen

Het is duidelijk dat alle steden en gemeenten in Vlaanderen met de uitdagingen van een ouder wordende bevolking zullen geconfronteerd worden.

De uitdagingen op vlak van gezondheidszorg en ouderenzorg zijn duidelijk gekend. Een ouder worden bevolking met meer chronische aandoening resulteert in een toegenomen zorgnood.

Deze zorgnood zal onvoldoende opgevangen kunnen worden met de huidige zorginfrastructuur en zorgpersoneel. Meer druk zal komen de liggen om thuisomgeving en mantelzorgers om deze zorgnood te ondervangen.

Naast een stijgende kost binnen de gezondheidszorg brengt een ouder worden bevolking hogere pensioenuitgaven met zich mee.

De thuiscontext van de oudere zal dus een steeds belangrijkere rol spelen om met de vergrijzing om te gaan.

“

Doen wat we vandaag doen, is geen optie.

Er zal dan tegen 2050 geen toegankelijke en kwalitatieve zorg voor iedereen zijn”.

Gerontoloog D. Verté (2017)

(De Decker et al., 2018)

Het concept van 'ageing in place' waarbij we ouderen zo lang mogelijk in de eigen thuisomgeving oud willen laten worden, wordt aangevuld met het aspect ageing well in place. Het gaat hierbij om gezond en veilig veilig oud te worden op een plek die voor ouderen van waarde is.

Als we bv. kijken naar de woningen, zien we dat heel wat woningen niet aangepast zijn aan de noden van 65-plussers.

Bovenstaande uitdagingen zijn een realiteit, maar vertrekken van een eenzijdige visie op ouderen. Ouderen zijn geen homogene groep, maar hebben een even grote diversiteit als de groep jongeren en volwassenen.



een positieve kijk

Als we kijken naar de mogelijkheden die deze diverse groep aan ouderen met zich meebrengt, zien we heel wat kansen.

►► actieve burgers

Het merendeel van de groep 65-plussers zijn actieve burgers. Ze nemen engagements op in het vrijwilligers- en verenigingsleven. Ook heel wat 65-plussers staan in voor de mantelzorg van een ouder of vriend. Dit is zorg die anders uitbesteed moet worden en zou resulteren in een nog grotere druk op de gezondheidszorg. Ook de zorg voor kleinkinderen wordt geregeld door grootouders opgenomen.

►► ervaring

Ouderen hebben wat expertise, kennis en ervaring die nog veel te weinig benut wordt. Denk maar aan het inzetten van de expertise en kennis van ouderen op de werkvloer of in het onderwijs.

►► silver economy

Naast het maatschappelijk engagement zijn de 65-plussers een nieuwe marketingsegment. De Silver economy groeit omwille van deze doelgroep. Denk maar aan toerisme op maat van ouderen, recreatie, ontwikkeling van slimme technologie (wearables),...

Er wordt nog veel te weinig ingezet op de mogelijkheden en opportuniteiten die deze grote groep 65-plussers met zich meebrengen.



GEZOND EN ACTIEF OUDER WORDEN IN EEN LEEFTIJDVRIENDELIJKE OMGEVING

Het concept van leeftijdsvriendelijke omgevingen vertrekt vanuit een positieve blik op ouder wordende bevolking en actieve betrokkenheid van deze doelgroep in de samenleving.

De WHO definieerde voor het eerst het begrip in 2007.

Leeftijdsvriendelijkheid verwijst naar het geheel van fysieke, sociale en dienstverlenende omgevingen die ouderen ondersteunen in het actief, gezond en betrokken ouder worden.



Een leeftijdsvriendelijke stad of gemeente is een omgeving die de actief ouder worden bevordert door het creëren van een omgeving die kansen biedt voor gezondheid, participatie en veiligheid, zodat mensen hun levenskwaliteit kunnen behouden naarmate ze ouder worden.

WHO, 2007

Principes van universal design

Hoewel het concept van leeftijdsvriendelijke omgevingen vertrekt vanuit de focus van ouderen, is het belangrijk om te weten dat leeftijdsvriendelijke omgevingen gunstig zijn voor iedereen en niet enkel voor ouderen. De principes van 8-80 en universal design vormen een essentieel uitgangspunt voor leeftijdsvriendelijke omgevingen.

» 8-80-principe

Het 8-80-principe (8-80 Cities, z.j.) stelt dat een stad of omgeving zo ontworpen moet zijn dat ze veilig, en toegankelijk is voor zowel een 8-jarige als een 80-jarige. Als een plek werkt voor deze twee leeftijdsgroepen, dan creëer je een succesvolle en duurzame stad voor iedereen.

» universal design

Volgens het Center for Universal Design (1997) houdt het ontwerpprincipe van universal design dan weer in dat producten, omgevingen, programma's en diensten zó ontworpen moeten worden dat ze door iedereen gebruikt kunnen worden, ongeacht leeftijd, beperking of vaardigheid, zonder dat er een aanpassing of gespecialiseerd ontwerp nodig is.

Voorbeeld: verlaagde stoepranden met brede oversteekplaatsen

Deze zijn ontworpen voor rolstoelgebruikers, maar maken het ook makkelijker voor ouderen met een rollator, jonge ouders met een kinderwagen of mensen met tijdelijke mobiliteitsproblemen.



EEN TRANVERSAAL VERHAAL

De WHO (2007) heeft acht domeinen geïdentificeerd die samen van belang zijn voor een leeftijdsvriendelijke omgeving. Werken aan leeftijdsvriendelijkheid houdt in dat je inzet op alle acht domeinen.

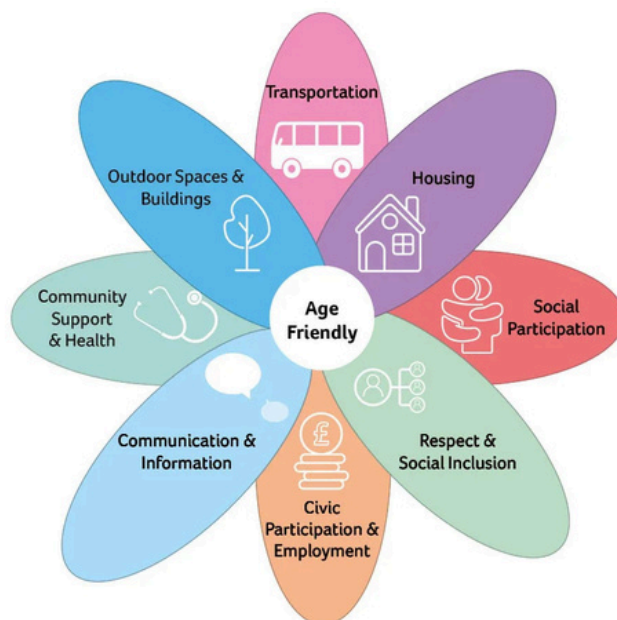


fig. 2: Age-friendly cities framework (WHO, 2007)

Inzetten op een leeftijdsvriendelijke omgeving, vraagt een transversale aanpak waarin verschillende beleidsdomeinen samenwerken, actief verbinding zoeken, informatie delen en acties op elkaar afstemmen. Een beleid dat oudervriendelijk wilt zijn, moet integraal denken en werken. Een oudere persoon ervaart zijn of haar omgeving ook niet in aparte beleidsdomeinen, maar het dagelijkse leven is een samenhang van factoren.

Deze integrale benadering sluit nauw aan bij het principe van Health in All Policies (HiAP). Dit beleidskader benadrukt dat gezondheid niet enkel het resultaat is van zorgbeleid, maar van beslissingen binnen alle domeinen van de samenleving – van mobiliteit en ruimtelijke ordening tot huisvesting, sociale inclusie en participatie. Gezondheid en welzijn worden immers sterk beïnvloed door de manier waarop onze leefomgeving is ingericht en hoe toegankelijk en inclusief deze is voor alle leeftijden (Vlaams Instituut Gezond Leven, z.j.). Door het HiAP-principe te hanteren, wordt gezondheid beschouwd als een gedeelde verantwoordelijkheid van alle beleidssectoren. Het streven naar een leeftijdsvriendelijke omgeving betekent dus ook dat elk beleidsdomein – direct of indirect – bijdraagt aan het bevorderen van gezond en kwaliteitsvol ouder worden.

De acht domeinen waarrond gewerkt moet worden, kunnen onderverdeeld worden in drie clusters: fysieke omgeving, sociale omgeving en dienstverlening. Hieronder worden de clusters en bijhorende domeinen toegelicht.

Fysieke omgeving

Publieke ruimte en gebouwen

De buitenomgeving en de openbare gebouwen hebben een enorme impact op de mobiliteit, de onafhankelijkheid en bijgevolg de levenskwaliteit van ouderen.

Het beïnvloedt de mate waarin iemand kan ouder worden in de eigen omgeving (age in place). Verschillende aspecten spelen hier een belangrijke rol. Een aangename en propere openbare ruimte en het hebben van voldoende groenzones zijn hier slechts enkele van.

Mobiliteit en transport

Openbaar vervoer dat beschikbaar, betaalbaar, betrouwbaar en frequent is, speelt een cruciale rol in het verhogen van de mobiliteit van oudere inwoners. De kost van het openbaar vervoer is een belangrijke drempel voor ouderen. Een uitgebreid gamma aan vervoersmiddelen is van belang, een mix van: bussen, treinen, trams, taxi's, vrijwilligers, ander georganiseerd vervoer.

Wonen

Het is duidelijk dat geschikte huisvesting die toelaat dat inwoners veilig oud kunnen worden in hun eigen buurt van grote waarde is.

Het voorzien van een uitgebreid en betaalbaar aanbod van ondersteunende gemeenschapsdiensten zoals bv. groendienst, poetsdienst, ... draagt ertoe bij dat ouderen langer zelfstandig in hun eigen woning kunnen blijven en zorgt zo voor een toegenomen kwaliteit van leven.



Sociale omgeving

Sociale participatie

Sociale participatie en sociale steun zijn heel sterk gerelateerd aan een goede gezondheid en aan het algemeen welbevinden. Participatie aan het vrijetijdsaanbod, sociale en culturele activiteiten zorgt ervoor dat ouderen zich gewaardeerd en gerespecteerd voelen. Ook draagt het bij aan hun gevoel van competentie.

Het leidt tot het ontwikkelen en onderhouden van sociale contacten van waaruit ouderen steun kunnen ervaren. Een voldoende aanbod aan activiteiten op maat van de oudere is dus van belang, maar ook de mate waarin deze activiteiten toegankelijk zijn, zoals op vlak van verplaatsing, accommodatie en informatie, is minstens even belangrijk.

Respect en sociale inclusie

Binnen de samenleving hebben ouderen nog te vaak een negatief imago. Ze komen vaak negatief of op een stereotiepe manier in beeld. Ouderen worden vaak gezien als een aparte groep in de samenleving, heel verschillend van andere generaties wat de diversiteit binnen de groep van ouderen oneer aandoet. Inzetten op initiatieven die deze negatieve beeldvorming aanpakken (bv. intergenerationele activiteiten) is van groot belang om inclusie te bevorderen en leeftijdsdiscriminatie (ageism) tegen te gaan.

Maatschappelijke participatie

Ouderen kunnen ook na hun pensionering bijdragen tot de maatschappij. Vele ouderen nemen diverse rollen op: zorg voor kleinkinderen, vrijwilligerswerk, mantelzorg, actief in het verenigingsleven, een engagement in een bestuur ...

Dit draagt bij tot het gevoel van zich gerespecteerd en gewaardeerd te worden. Een leeftijdsvriendelijke gemeente zorgt voor voldoende opties voor ouderen om bij te dragen aan hun buurt of gemeente via betaald of onbetaald werk of door deelname aan het politieke proces.

Ouderen die zich engageren voor vrijwilligerswerk ervaren hier vele voordelen van: een groter gevoel van eigenwaarde, zich actiever voelen, voorkomt sociale isolatie, ... wat alles samen bijdraagt tot een betere algemene gezondheid

Communicatie en informatie

Wie op pensioen gaat, verliest een aantal communicatiekanalen. Het werk was immers een bron van informatie. Toch is het belangrijk om over heldere en actuele informatie te beschikken. Ouderen geven aan dat op de hoogte blijven van events belangrijk is om actief ouder te worden. Ouderen hebben schrik om informatie te missen en niet op de hoogte te zijn van wat er in hun gemeente gebeurt. Voor ouderen is het niet evident om alle informatie online te zoeken. Niet alle ouderen zijn vertrouwd met computers of hebben toegang tot het internet. Vooral kwetsbare ouderen zijn minder mee met de moderne informatiemaatschappij; zij zijn meer gebaat met directe, face-to-face-informatie. Zorg voor een goede mix aan communicatiekanalen om zoveel mogelijk ouderen te bereiken.

Gezondheid en zorg

Een goede gezondheidszorg is cruciaal om gezond, vitaal en actief ouder te worden. Toegankelijke, kwaliteitsvolle en betaalbare zorg is hierbij belangrijk.

De gezondheidszorg en de sociale voorzieningen worden voornamelijk nationaal geregeld, wat niet wegneemt dat een lokale overheid toch een rol kan spelen.

Heel wat ouderen wensen thuis te blijven wonen wat diverse uitdagingen met zich meebrengt op vlak van zorg. Inzetten op preventieve gezondheid draagt bij tot gezond en actief ouder worden. Op een gezonde manier eten, voldoende bewegen, goede slaaphygiëne, ... het belang van dergelijke preventieve acties is groot. Ze hebben een positieve invloed op lichaam en geest en verbeteren de levenskwaliteit. Inzetten op beweging verkleint daarnaast de kans op vallen en verhoogt de veiligheid.

STEDEN EN GEMEENTEN ALS SLEUTELFIGUUR

Het is al duidelijk geworden dat alle steden en gemeenten geconfronteerd worden of zullen worden met een ouder wordende bevolking.

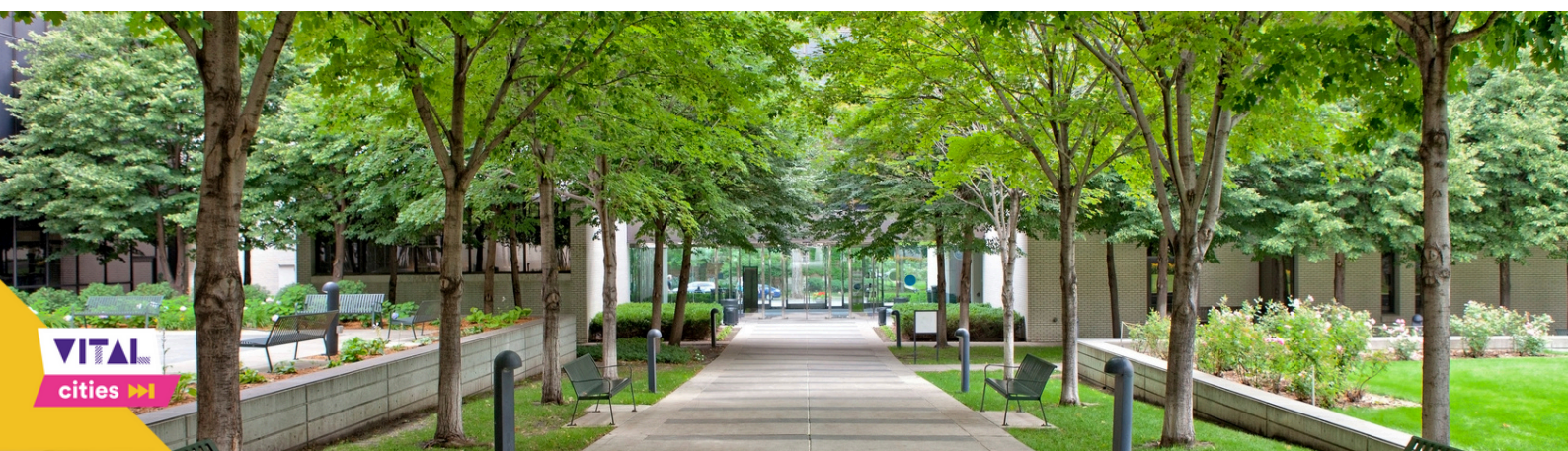
De vergrijzing neemt wereldwijd toe en ook in Vlaanderen stijgen de vergrijzingspercentages van rond de 20% met uitschieter tot in de 30% en 40% in de kustgemeenten. Tegen 2040 zal bijna één op drie Vlamingen ouder zijn dan 60 jaar (Statistiek Vlaanderen, 2024.)

Ook is duidelijk geworden dat de thuisomgeving van de ouderen een steeds belangrijkere rol komt te spelen. De toegenomen zorgnood kan onvoldoende opgevangen worden met de huidige zorginfrastructuur en zorgpersoneel. Ook is er een sterke evolutie naar meer vermaatschappelijking van de zorg. Die beweging zet in op deïstitutionalisering en wil ouderen stimuleren om zo lang mogelijk thuis in hun eigen omgeving te blijven. Dit vergt ook aanpassingen aan de omgeving.



Lokale overheden staan voor de uitdaging om hun diensten en infrastructuur af te stemmen op een groeiende en diverse groep ouderen met specifieke (fysieke en sociale) noden.

Heel veel steden en gemeenten hebben voetpaden die niet altijd toegankelijk zijn voor een rolstoel. Het is belangrijk dat handelszaken, zorgdiensten en ontspanningsmogelijkheden nabij zijn. Voldoende zitbanken stimuleren dan weer het wandelen en het sociaal contact. Het is van belang dat elke lokale overheid zijn beginsituatie op de acht domeinen van leeftijdsvriendelijkheid in kaart brengt om zo onderbouwd te kunnen werken aan de uitbouw van een leeftijdsvriendelijke stad of gemeente.



Inzetten op leeftijdsvriendelijkheid is geen eenmalige actie, het is een voortdurend groeiproces. Hieronder in figuur 3 lichten we het vierstappenplan toe dat jou als lokaal bestuur helpt om gerichte acties te formuleren en te implementeren.



fig. 3: Proces leeftijdsvriendelijke gemeente)

1. Bestaande situatie in kaart brengen

Wat is er al?

In een eerste stap is het de bedoeling dat je als lokale overheid de bestaande situatie van jouw stad of gemeente in kaart brengt. Waar staat jouw stad of gemeente vandaag, dit vormt de basis voor gerichte keuzes.

Je beantwoordt vragen zoals:

- Hoe toegankelijk is onze publieke ruimte voor ouderen?
- Hoe ervaren ouderen mobiliteit, informatie en dienstverlening?
- Welke sterktes en zwaktes zien we in de cijfers?

2. Ambities formuleren

Wat doen?

In een tweede stap is het de bedoeling om op basis van de analyse uit stap 1 duidelijke beleidsambities te formuleren.

Deze ambities worden het best SMART geformuleerd en verdeeld over korte (1-2 jaar), middellange (3-5 jaar) en lange termijn (6-10 jaar). Ambities geven richting aan het beleid en helpen bij het maken van keuzes en het prioriteren van acties.

Voorbeeld:

- Korte termijn: "Binnen 2 jaar is er in elke deelgemeente minstens 1 rustpunt met zitbank."
- Middellange termijn: "Tegen 2030 stijgt het aandeel ouderen dat zich sociaal betrokken voelt met 10%."
- Lange termijn: "Elke beleidsdienst werkt in 2035 vanuit een leeftijdsvriendelijke bril."

Het is zeker zinvol om de ouderenraad of een klankbordgroep te betrekken bij het formuleren van deze ambities.

3. Ambities vertalen naar actie

Hoe realiseren?

In een volgende, derde stap worden de ambities vertaald naar concrete acties om de leeftijdsvriendelijkheid te verhogen. Opnieuw uitgesplitst op korte, middellange en lange termijn. Deze acties vormen het 'globaal actieplan leeftijdsvriendelijkheid'.

Structureer de acties op basis van:

- Termijn: kort, middellang, lang
- Domein: bv. wonen, mobiliteit, sociale participatie
- Bevoegde dienst of partner

Hoe meten?

- Zorg voor duidelijke resultaatsindicatoren per actie, zodat je de impact later kunt meten.

voorbeeldacties

- Wonen: opmaak van een woonzorgwijzer in samenwerking met eerstelijnszones (kort)
- Mobiliteit: uitvoeren van toegankelijkheidsaudit op lokale pleinen (middellang)
- Sociale participatie: opstart van intergenerationeel project 'digitale maatjes' (kort)

resultaats-indicatoren

Wonen:

- De woonzorgwijzer is opgesteld en publiek beschikbaar tegen [datum].
- Minstens X zorg- en welzijnsactoren leverden input voor de inhoud.
- De woonzorgwijzer wordt maandelijks minstens X keer geraadpleegd (website/downloads).
- Minstens 80% van bevraagde gebruikers vindt de informatie duidelijk en bruikbaar (via korte feedbackbevraging).

Mobiliteit:

- Minstens X publieke pleinen zijn geëvalueerd op toegankelijkheid.
- Er is een rapport beschikbaar met concrete aanbevelingen per locatie.
- De auditresultaten zijn besproken met dienst Openbare Werken en opgenomen in het onderhouds- of investeringsplan.
- Binnen 1 jaar na de audit is minstens 50% van de gesignaleerde knelpunten aangepakt.

Sociale participatie:

- Minstens X koppels (jongere – oudere) nemen deel aan het project.
- Na afloop voelt minstens 70% van de ouderen zich zelfzekerder in digitale toepassingen (via korte evaluatie).
- Minstens X begeleidingsmomenten of sessies zijn georganiseerd.
- Minstens X jongeren engageren zich als vrijwilliger of buddy.

4. Acties implementeren

Hoe uitvoeren?

De vierde stap is de implementatie van het actieplan. In deze laatste stap wordt het actieplan uit stap drie uitgevoerd en worden de gedefinieerde acties geïmplementeerd. Stel een werkgroep of verantwoordelijke dienst aan voor coördinatie en zorg voor:

- Afstemming met andere beleidsplannen (mobiliteit, wonen, welzijn...)
- Regelmatige evaluatie van de voortgang
- Communicatie naar bewoners over de geboekte resultaten

Na uitvoering volgt een nieuwe meting van de leeftijdsvriendelijkheid. Deze impact van de acties wordt gemeten door opnieuw de bestaande situatie in kaart te brengen. Een nieuwe cyclus begint en laat toe ambities en acties bij te sturen op basis van evoluerende noden en omstandigheden.



ROL VAN MONITORING

Om als lokaal bestuur niet blind te varen in het proces van werken aan een leeftijdsvriendelijke omgeving is meten essentieel.

Om effectief en onderbouwd te kunnen werken aan een leeftijdsvriendelijke omgeving, is het van belang dat lokale besturen beschikken over betrouwbare gegevens en een sterk monitoringsysteem.

Het verzamelen en monitoren van gegevens heeft diverse voordelen:

►► nulmeting

Gegevens bieden inzicht in waar een gemeente vandaag staat op vlak van leeftijdsvriendelijkheid. Een nulmeting is van belang om zicht te krijgen op de huidige stand van zaken en om zo een evolutie in kaart te kunnen brengen.

beleidskeuzes onderbouwen ◀◀

Daarnaast helpen cijfers en analyses ervan bij het stellen van prioriteiten. Ze bieden een inzicht in waar en voor wie actie nodig is en vermijden willekeurige, versnipperde ingrepen.

►► impact meten

Door monitoring kun je als lokaal bestuur opvolgen of de ondernomen acties daadwerkelijk tot het gewenste effect hebben geleid.

Wat verandert er na het invoeren van zitbanken of een informatiecampagne? Zijn ouderen meer tevreden? Nemen ze actiever deel?

communicatie en verantwoording ◀◀

Gegevens ondersteunen transparante beleidscommunicatie. Ze tonen inwoners en partners waar vooruitgang geboekt wordt en waar nog werk aan de winkel is.

Combineer bronnen voor een rijker beeld

Er zijn heel wat data voorhanden waardoor het soms moeilijk is om door de bomen het bos te zien.

Hieronder gaan we in op de verschillende soorten data die te vinden zijn en geven we een niet exhaustief overzicht van een aantal databronnen die gebruikt kunnen worden om de leeftijdsvriendelijkheid in kaart te brengen. Geen enkele databron biedt een volledig overzicht, de kracht zit in het combineren van verschillende databronnen.

Algemeen kunnen de verschillende databronnen onderverdeeld worden in drie grote categorieën of types die elkaar aanvullen (zie figuur 4).



Fig. 4: Soorten bronnen van informatie: Cuypers, Pelgrims, Deconinck & Decorte, 2022)

Objectieve data bieden informatie over de omgeving en de doelgroep die op objectieve wijze gemeten wordt. Denk hierbij aan GIS data.

Bij subjectieve data wordt informatie gehaald uit onderzoek naar meningen, opinies en de waardering van de doelgroep over de omgeving. Hoe waarderen 65-plussers hun leefomgeving? Focusgroepen of participatietrajecten met 65-plussers zijn hier een voorbeeld van.

Terreinkennis gaat over informatie die verzameld wordt via stakeholders met kennis van de omgeving en de doelgroep. Gesprekken met lokale stakeholders zoals welzijnsorganisaties, huisartsen, verenigingen of buurtwerkers. Zij kennen de doelgroep en de omgeving van dichtbij en kunnen signalen geven die cijfers of bevragingen soms missen.



Toepassing types data leeftijdsvriendelijkheid

DOMEIN	OBJECTIEVE DATA	SUBJECTIEVE DATA	TERREIN KENNIS
publieke ruimte en gebouwen	Aantal zitbanken, verlichting, toegankelijkheid gebouwen, ongevallenstatistieken	Gevoel van veiligheid en comfort in parken, straten en pleinen	Inzichten van wijkagenten, buurtwerkers, architecten
mobiliteit en transport	Frequentie OV, aantal aangepaste haltes	Tevredenheid over betaalbaarheid en betrouwbaarheid OV	Signalen van chauffeurs, mobiliteitsambtenaren, vrijwilligersvervoer
wonen	Aantal aangepaste woningen, kostprijs woning, sociale huisvesting	Gevoel van veiligheid, comfort en geschiktheid van woning	Input van huisartsen, thuiszorgdiensten, woonmaatschappijen
socio-culturele participatie	Aantal vrijetijdsactiviteiten, deelnemerscijfers	Ervaren drempels (financieel, fysiek, sociaal) bij deelname. Tevredenheid aanbod	Inzichten van verenigingen, dienstencentra, cultuurhuizen



Toepassing types data leeftijdsvriendelijkheid

DOMEIN	OBJECTIEVE DATA	SUBJECTIEVE DATA	TERREIN KENNIS
respect en sociale inclusie	Klachten over discriminatie, meldpunten	Gevoel van erkenning, respect of uitsluiting	Signalen van ouderenraden, buurtwerk
maatschappelijke participatie	Aantal ouderen actief in vrijwilligerswerk of betaalde arbeid	Tevredenheid aanbod vrijwilligerswerk	Ervaringen van vrijwilligersorganisaties en werkgevers
communicatie en informatie	Bereik van gemeentelijke communicatiekanalen, digibanken	Duidelijkheid en bruikbaarheid informatie Tevredenheid digitale dienstverlening	Input van bibliotheken, infopunten
gezondheid en zorg	Aantal huisartsen, thuiszorgvoorzieningen, assistentiewoningen	Tevredenheid over zorgkwaliteit en toegankelijkheid	Inzichten van zorgverleners, mantelzorgers, welzijnsorganisaties

Bij het bundelen van de verschillende types van data ontstaat een datadriehoek per domein: feiten (objectief), ervaringen (subjectief) en expertise (terrein). Pas wanneer die drie samen worden ingezet, krijgt je als lokaal bestuur een meer volledig beeld van waar de stad of gemeente écht staat op vlak van leeftijdsvriendelijkheid.

Databronnen in Vlaanderen

In Vlaanderen zijn er verschillende databronnen voorhanden die gebruikt kunnen worden om de leeftijdsvriendelijkheid in kaart te brengen. Maak als lokaal bestuur actief gebruik van de beschikbare Vlaamse databronnen – zoals GIS-data, de Gemeente-Stadsmonitor en Provincies in Cijfers – om je beleid op vlak van leeftijdsvriendelijkheid gericht vorm te geven en systematisch te monitoren.

▶▶ GIS-data (Geografisch InformatieSysteem)

OBJECTIEVE
DATA

GIS-data brengen gegevens in kaart op basis van locatie. Voor lokale besturen in Vlaanderen betekent dit dat je ruimtelijke informatie – zoals de ligging van (zorg)voorzieningen, bushaltes, voetpaden, parken – visueel kan combineren, analyseren en presenteren. Vele databronnen kunnen zo samengebracht worden in één tool. Deze gegevens en informatie over objecten op een landkaart kunnen worden weergegeven (geocoderen) en vervolgens ruimtelijk met elkaar in verband kunnen worden gebracht. Op deze manier kunnen berekeningen op maat gedaan worden, zonder dat hier al te veel werk komt bij kijken.

Je kan bijvoorbeeld berekenen hoe ver banken verspreid staan, hoeveel er in een zone staan, hoe het aantal en de plaatsing zich verhoudt tot de demografieën in de regio's.

Om effectief met GIS-data aan de slag te gaan is er nood aan kennis en inzichten over hoe je dit soort data kan ordenen, analyseren, visualiseren, ontsluiten en interpreteren... wat niet steeds aanwezig is bij vele lokale besturen.

Provincies in Cijfers ◀◀

De website provincies.incijfers.be groepeerde in een dashboard kerncijfers per thema of beleidsdomein.

OBJECTIEVE
DATA

De site is het resultaat van een samenwerking tussen de diensten 'Data & Analyse' van de vijf Vlaamse provincies. In elke provincie biedt deze dienst lokale besturen en organisaties ondersteuning bij beleidsplanning via cijfers en rapporten over verschillende thema's en beleidsdomeinen.

SUBJECTIEVE
DATA

De thema's waarvoor cijfermateriaal aanwezig is, gaan heel breed. Van bevolking, huishoudens, nationaliteit en herkomst, werken, economie, detailhandel, onderwijs, wonen, ruimte, klimaat, landbouw, veiligheid tot armoede en zorgaanbod.

Databronnen in Vlaanderen

Er is dus op de website heel wat info terug te vinden rond de leefbaarheid van je stad of gemeente, wel moet je zelf een selectie maken van een indicatorenset uit de vele thema's waarrond cijfers te vinden zijn.



Gemeente- Stadsmonitor

Via de website Gemeente-Stadsmonitor.vlaanderen.be kom je op de Gemeente-Stadsmonitor terecht. Deze monitor is een lokale omgevingsscanner die de brede omgeving van elke Vlaamse gemeente in beeld brengt. De monitor bevat meer dan 300 omgevingsindicatoren. Er wordt hierbij een onderscheid gemaakt tussen twee soorten indicatoren:

OBJECTIEVE
DATA

registerindicatoren: geregistreerde statistieken die hoofdzakelijk afkomstig zijn uit databanken van andere (Vlaamse en federale) overheidsinstanties.

SUBJECTIEVE
DATA

surveyindicatoren: ruim 100 surveyindicatoren afkomstig uit een driejaarlijkse burgerbevraging 'Gemeente-Stadsmonitor' bij 400.000 Vlamingen.

Deze monitor bundelt net zoals Provincies in cijfers objectieve data met subjectieve, betekenisgevende data.



Ouderenbehoeftenonderzoek

De Ouderenbehoeftenonderzoeken maken deel uit van de Belgian Ageing Studies (BAS; www.belgianageingstudies.be), een samenwerking tussen de Vrije Universiteit Brussel en de Hogeschool Gent. Sinds het begin van de jaren 2000 onderzoekt het BAS-team de sociale dimensies van ouder worden, met aandacht voor thema's zoals participatie, vrijwilligerswerk, inclusie, kwetsbaarheid, veiligheid en leeftijdsvriendelijke omgevingen.

Het doel is om de leefsituatie en behoeften van thuiswonende 60-plussers op lokaal niveau in kaart te brengen en zo lokale besturen te ondersteunen in het ontwikkelen van een gedragen en effectief ouderenbeleid.

SUBJECTIEVE
DATA

Een bijzonder kenmerk van deze aanpak is het participatieve karakter: ouderen worden actief betrokken in alle fasen van het onderzoek. Oudere vrijwilligers leveren een essentiële bijdrage aan de uitvoering van de studies en aan het vertalen van de resultaten naar concrete beleidsacties binnen hun gemeente.



Zelf data verzamelen

Indien de beschikbare data niet volstaat voor jouw beoogde analyse, is het ook een optie om zelf data te capteren.

Zelf data verzamelen kan via verschillende technieken.

Interview en/ of focusgroep

Het interview is een veelgebruikte kwalitatieve onderzoeksmethode waarmee diepgaand inzicht verkregen wordt in de belevingen, opvattingen en motieven van respondenten. Een interview is een goede manier om meer complexe thema's en persoonlijke ervaringen beter te kunnen begrijpen. Het laat de respondent toe om uitgebreider te antwoorden en dieper op bepaalde zaken in te gaan en is dus een geschikte methode om beleidsmatige thema's verder te verkennen. (Baarda en de Goede, 2018).

Binnen het interview zijn er naargelang de mate van sturing drie verschillende vormen te onderscheiden:

- Gestructureerd interview: met vaste vragen en volgorde, vergelijkbaar met een vragenlijst.
- Semigestructureerd interview: met een leidraad van thema's, maar met meer ruimte voor doorvragen en verdieping.
- Ongestructureerd interview: een open gesprek waarin de deelnemer vrij kan vertellen.

Een focusgroep is eveneens een kwalitatieve dataverzamelingsmethode maar dan in groep. Meestal gebeurt dit met een kleine groep deelnemers van 6 tot 10 personen die onder leiding van een gespreksleider of moderator in gesprek gaat over een specifiek thema. Het doel is om inzicht te krijgen in meningen, ervaringen, verwachtingen en onderlinge dynamieken binnen de groep.

In tegenstelling tot individuele interviews ligt bij focusgroepen de nadruk op de interactie tussen deelnemers. Door discussie en het uitwisselen van ervaringen komen vaak nieuwe inzichten naar voren die in individuele gesprekken minder snel naar boven zouden komen.

knelpuntenwandeling/ belevingswandeling

Een knelpuntenwandeling of belevingswandeling is een participatieve onderzoeksmethode waarbij inwoners – vaak samen met beleidsmedewerkers, ontwerpers of onderzoekers – door een bepaalde buurt of omgeving wandelen om sterktes en knelpunten in de leefomgeving te identificeren (Vief vzw, 2021)

Tijdens zo'n wandeling delen deelnemers hun ervaringen, observaties en suggesties met betrekking tot thema's als toegankelijkheid, veiligheid, mobiliteit, sociale samenhang en leefbaarheid.

De methode is vooral waardevol omdat ze ervaringsgericht is: deelnemers bekijken de omgeving vanuit hun eigen perspectief en dagelijkse realiteit. Dit levert concrete en contextgebonden informatie op die vaak ontbreekt in kwantitatieve data of beleidsdocumenten.

In het kader van leeftijdsvriendelijke gemeenten worden knelpuntenwandelingen bijvoorbeeld ingezet om samen met ouderen te onderzoeken hoe voetpaden, oversteekplaatsen, openbare zitbanken of verlichting bijdragen aan – of juist belemmeringen vormen voor – zelfstandig en veilig bewegen in de publieke ruimte. De resultaten van zo'n wandeling kunnen dienen als input voor lokaal beleid of ruimtelijke verbeteracties (Sevenants, Belaen, Meurrens & Milisen, 2023; Vief vzw, 2021)



De Leeftijdsvriendelijkheidsmonitor (LVM)

Naast de hierboven beschreven bestaande databronnen en de manieren om zelf data te verzamelen, kun je als lokaal bestuur ook gebruik maken van de recent ontwikkelde Leeftijdsvriendelijkheidsmonitor (LVM):

De Leeftijdsvriendelijkheidsmonitor (LVM) werd ontwikkeld tijdens het project Healthy Ageing in het beleid, onderdeel van de onderzoeksgroep Vital Cities van Howest.

De monitor maakt gebruik van de surveydata (enkel antwoorden 65-plussers) uit de Gemeente-Stadsmonitor die driejaarlijks verzameld worden. Voor het domein mobiliteit en transport werden data over verkeersongevallen van VIAS opgenomen.

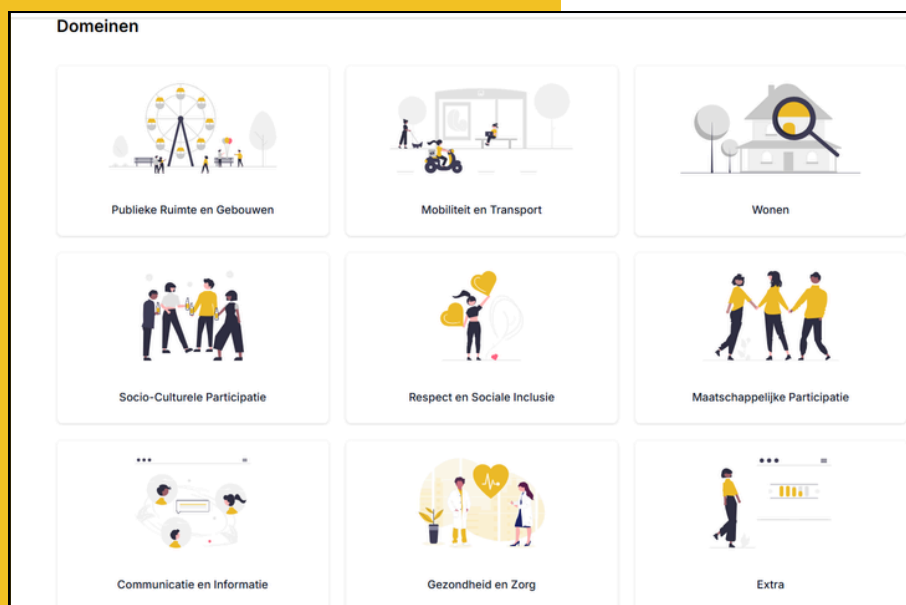
Wil je meer weten of over hoe de LVM ontwikkeld werd, bekijk de homepage van de website.

Elk domein van leeftijdsvriendelijkheid wordt voor elke stad of gemeente overzichtelijk weergegeven in de Leeftijdsvriendelijkheidsscan.

Daarnaast voorziet de LVM tips en inspirerende voorbeelden, gebundeld in een toolbox.

LV-scan

De LV-scan omvat negen tegels: de acht domeinen van leeftijdsvriendelijkheid en één tegel 'extra'. Onder de tegel extra vind je informatie terug die niet meteen onder een domein van leeftijdsvriendelijkheid te plaatsen valt, maar wel zorgt voor een meer volledige beeld van leeftijdsvriendelijkheid. Het gaat dan over indicatoren zoals het aandeel mantelzorgers, de mate van beweging, geluksgevoel,...



Om lokale besturen te ondersteunen in het (verder) werken aan de leeftijdsvriendelijkheid van hun stad of gemeente werd ook een praktische toolbox opgesteld die per domein concrete tips geeft om aan de verschillende indicatoren te werken. Ook werden inspirerende voorbeelden uit andere steden en gemeenten opgelijst.

De toolbox is opgebouwd op basis van kennis en ervaringen uit het lerend netwerk VVSG 'Leeftijdsvriendelijke Gemeente', Instituut Gezond Leven en de Vlaamse Ouderenraad, Mobiel21.



Uitgewerkt in het kader van het onderzoeksproject
Healthy Ageing in het beleid



Proces leeftijdsvriendelijke gemeente

Met de LVM krijg je niet alleen een beeld van de actuele beginsituatie, maar ook van de evolutie over de tijd waardoor je kunt opvolgen of de ondernomen acties en inspanningen daadwerkelijk effect hebben gehad.

De LVM is dus geschikt om de beginsituatie (de stap 1 uit het proces van leeftijdsvriendelijke gemeente) van een stad of gemeente in kaart te brengen en zicht te krijgen waar er verbeterpunten liggen.

De toolbox kan dan weer helpen om ambities te definiëren (stap 2) en deze ambities te vertalen naar concrete acties (stap 3).

De data van de LVM zijn complementair aan andere databronnen. Zoals hierboven beschreven zorgt een mix aan data aan meer volledig en rijker beeld van leeftijdsvriendelijkheid van een stad of gemeente.



De LVM wil door de combinatie van data, duiding en praktische handvatten een laagdrempelig en krachtig instrument zijn voor elk lokaal bestuur dat werk wil maken van een inclusieve en toekomstgerichte gemeente.

Tot slot

Elke Vlaamse stad en gemeente wordt geconfronteerd met de realiteit van een ouder wordende bevolking. Die evolutie hoeft niet als negatief worden beschouwd, het kan juist een hefboom vormen om te bouwen aan sterke, inclusieve lokale gemeenschappen.

Werken aan een leeftijdsvriendelijke gemeente is een proces waarbij inzicht, data en samenwerking belangrijk is. Betrouwbare informatie is essentieel om te weten waar je vandaag staat, waar de sterktes liggen en waar er nog uitdagingen zijn. Door verschillende databronnen te combineren krijg je als lokaal bestuur een rijk, genuanceerd en bruikbaar beeld van de eigen situatie.

De Leeftijdsvriendelijkheidsmonitor (LVM) is een laagdrempelig instrument dat kan helpen om aan dat proces van leeftijdsvriendelijkheid te werken. Het brengt de beginsituatie in kaart, biedt inzicht in de evolutie doorheen de tijd en reikt concrete handvaten aan via de toolbox om ambities te vertalen naar actie.

Healthy Ageing. Howest maakt je wegwijs in dit proces van werken aan een leeftijdsvriendelijke stad of gemeente.

Refereren naar dit document

Dubuy, V. (2025). Leeftijdsvriendelijke steden en gemeenten. Een hefboom voor om gezond en actief ouder te worden. [Whitepaper]. Howest, Brugge.

over de auteur

Veerle Dubuy is lector en onderzoeker verbonden aan de opleiding Sport en Bewegen van Howest. Veerle is de drijvende kracht achter het onderzoeks- en expertisecentrum Healthy Ageing en promoot gezond en actief ouder worden en de rol van leeftijdsvriendelijke omgevingen. In de praktijk werkt ze samen met verschillende steden en gemeenten waarbij ze haar expertise inzet binnen de train-de-trainerssessies rond de LVM en inspiratiesessies geeft rond thema's als gezond en actief ouder worden, ageism, leeftijdsvriendelijke omgevingen.

CONTACT



Meer informatie over Gezond en actief ouder worden?

www.healthyageing.be

Contacteer ons:

Veerle.Dubuy@howest.be



Meer informatie over Vital Cities?

www.vitalcities.be

Contacteer ons:

Lore.Cuyper@howest.be

BIBLIOGRAFIE

Baarda, D. B., & de Goede, M. P. M. (2018). Basisboek kwalitatief onderzoek (3e druk). Noordhoff Uitgevers.

De Decker, P., Vandekerckhove, B., Wellens, C., Volckaert, E., Schillebeeckx, E., & De Luyck, N. (2018, 12 februari). Vergrijzing op het platteland: Samenvatting & beleidsaanbevelingen (Vlaamse Landmaatschappij, HaUS KU Leuven, SumResearch, Atelier Romain). Vlaamse Ouderenraad: <https://www.vlaamse-ouderenraad.be/sites/default/files/downloads/2018-03/Vergrijzing%20op%20het%20platteland.pdf>

Center for Universal Design. (1997). The principles of universal design, version 2.0. North Carolina State University. <https://universaldesign.ie/>

Cuypers, L., Pelgrims, E., Deconinck, S., & Decorte, A. (2022, augustus). Beweegvriendelijkheid van je gemeente vergroten? Vind je weg in de data: meten, weten & beslissen voor een beweegvriendelijke omgeving [Whitepaper]. Vital Cities. <https://www.vitalcities.be/src/Frontend/Files/MediaLibrary/14/vital-cities-white-paper-aan-de-slag-met-data-om-de-beweegvriendelijkheid-van-je-gemeente-vergroten-2022.pdf>

Europese Commissie, Directorate-General for Economic and Financial Affairs. (2024). 2024 Ageing Report: Economic and budgetary projections for the EU Member States (2022-2070) (Institutional Paper No. 279). https://economy-finance.ec.europa.eu/publications/2024-ageing-report-economic-and-budgetary-projections-eu-member-states-2022-2070_en

Federaal Planbureau. (z.j.). Vergrijzing. Geraadpleegd op [7 oktober 2025], van <https://www.plan.be/nl/onze-themas/sociale-bescherming-en-demografie/vergrijzing>

Statbel. (2024). Bevolkingsvooruitzichten 2023-2070. <https://statbel.fgov.be>

Statistiek Vlaanderen. (2024, 23 mei). Bevolkingsvooruitzichten: omvang en groei. <https://www.vlaanderen.be/statistiek-vlaanderen/bevolking/bevolkingsvooruitzichten-omvang-en-groei>

Statistiek Vlaanderen. (2025). Bevolking naar leeftijd en geslacht. Vlaamse overheid. <https://www.vlaanderen.be/statistiek-vlaanderen/bevolking/bevolking-naar-leeftijd-en-geslacht>

BIBLIOGRAFIE

Sevenants S, Belaen G, Meurrens J, Milisen K. (2023). Wandelgids voor lokale besturen. www.valpreventie.be, Leuven.

Vief vzw. (2021, 27 september). Knelpuntenwandeling. Vief. Geraadpleegd op [datum], van <https://vief.be/acties/knelpuntenwandeling>

Vlaams Instituut Gezond Leven. (z.j.). Health in All Policies. Gezond Leven. Geraadpleegd op [10 oktober 2025], van <https://www.gezondleven.be/settings/gezonde-gemeente/gezonde-publieke-ruimte/health-in-all-policies>

World Health Organization. (2007). Global age-friendly cities: A guide. World Health Organization. <https://iris.who.int/handle/10665/43755>

8-80 Cities. (z.j.). About 8-80 Cities. Geraadpleegd op [7 oktober 2025], van <https://www.880cities.org/about-8-80-cities>