

# SHAFE en ik

Introductie van Smart Healthy Age-Friendly Environments (SHAFE)  
(Slimme gezonde leeftijdsvriendelijke omgevingen)

[Start de cursus >](#)



Warsaw University  
of Technology



Mede gefinancierd door het  
programma Erasmus+  
van de Europese Unie

De steun van de Europese Commissie voor de productie van deze publicatie houdt geen goedkeuring van de inhoud in. De inhoud geeft de standpunten van de auteurs weer en de Commissie kan niet aansprakelijk worden gesteld voor het gebruik dat eventueel wordt gemaakt van de daarin opgenomen informatie.





**ALGEMEEN MODULE 1**

## SHAFE en ik

Smart Healthy Age-Friendly Environments (slimme gezonde leefomgevingen) zetten de mens en zijn omgeving centraal. Zij combineren de gebouwde omgeving (huizen, openbare ruimten en gebouwen) met slimme informatie- en communicatietechnologie (ICT), meedoen in de samenleving en gezonde oplossingen. Ze willen zorgen voor langer zelfstandig thuis, meer meedoen in de samenleving en meer welzijn voor iedereen.

# SHAFE in de praktijk

---



*“Door het lesmateriaal in deze module, kun je leren wat SHAFE is. Wij gebruiken praktische voorbeelden. Deze hebben wij verzameld in Europa. Wat slimme (SMART), gezonde (HEALTHY) en gebouwde (BUILT) omgevingen zijn, wordt uitgelegd. Veel plezier!”*

Willeke van Staalduinen  
Directeur AFEdemy

# Wat leer je in deze module?

- 1 Je leert wat Smart Healthy Age-Friendly Environments (SHAFE) (slimme gezonde leeftijdsvriendelijke leefomgevingen) zijn
- 2 Je zult de verbanden kunnen zien tussen de verschillende SHAFE domeinen
- 3 Je leert welke rollen iemand kan hebben om te werken met SHAFE
- 4 Je zult ontdekken welke rol het beste is voor jou



# Hoofdstukken in deze module

---

**1**

Introductie van SHAFE

**2**

Slimme omgevingen

**3**

Gezonde omgevingen

**4**

Gebouwde omgevingen

**5**

SHAFE bemiddelaarsrol



ALGEMEEN

MODULE 1

HOOFDSTUK 1

## Introductie van SHAFE

Het volgende hoofdstuk zal het idee van Smart Healthy Age-Friendly Environments (SHAFE) (slimme gezonde leeftijdsvriendelijke omgevingen) uitleggen.

## Wat leer je in dit hoofdstuk?

1 | Het ontstaan van SHAFE

2 | Het idee van SHAFE

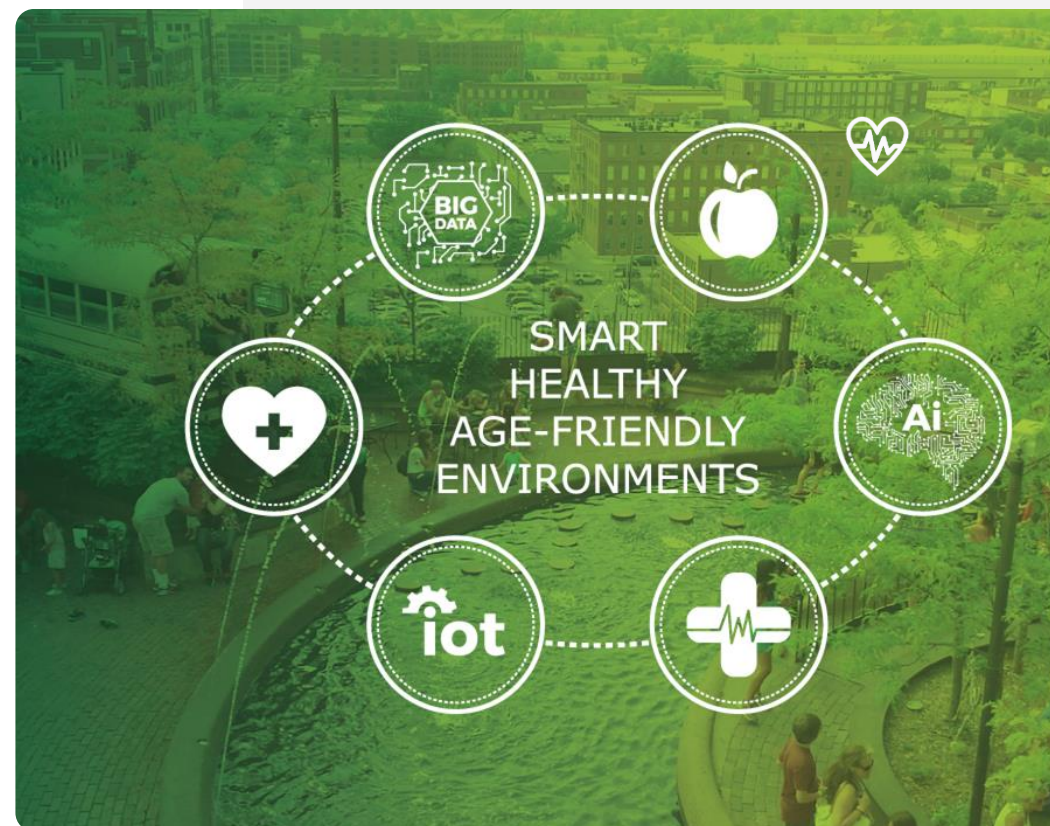
3 | SHAFE en het gevolg



# Smart Healthy Age-Friendly Environments (SHAFE) (slimme gezonde leeftijdsvriendelijke leefomgevingen)



SHAFE is bedacht door Carina Dantas (SHINE2Europe / Cáritas Coimbra, Portugal) en Willeke van Stalduinen (AFEdemy, Nederland) in 2017. Onze wens is SHAFE in alle landen van Europa mogelijk te maken. Wij hopen dat zo iedereen gezond en gelukkig blijft. Veel andere mensen hopen dit ook en we werken nu veel samen. 170 organisaties en 300 mensen werken nu officieel aan SHAFE.





## Video

---

Engelstalig webinar om SHAFE uit te leggen. Gemaakt door Carina Dantas en Willeke van Staalduinen.

“What is SHAFE – January/February 2021”

Zie <https://www.youtube.com/watch?v=axrlxqY2QjI> of druk op het plaatje.



**WEBINAR CYCLE**

**NET4**  
age-friendly

**SHAFE explained**  
18 February 2021

**Carina Dantas**  
carinadantas@shine2.eu

**Willeke van Staalduinen**  
willeke@afedemy.eu

**cost**  
COOPERATION IN SCIENCE AND TECHNOLOGY

**EUROPEAN UNION**

This video is based on support from COST Action NET4Age-friendly, supported by COST (European Cooperation in Science and Technology), a leading agency for research and innovation projects. Our Action aims to connect researchers across Europe and make scientific progress that leads to solving their real-world pain. The results of our research, science and innovation are available at <https://www.net4agefriendly.eu>



# Smart Healthy Age-Friendly Environments – Idee en achtergrond

---

**Smart Healthy Age-Friendly Environments (slimme gezonde leeftijdsvriendelijke leefomgevingen) zetten mensen en plaatsen centraal. Zij combineren de gebouwde omgeving (huizen, openbare ruimten en gebouwen) met slimme informatie- en communicatietechnologie (ICT), meedoen in de samenleving en gezonde oplossingen. Ze willen zorgen voor langer zelfstandig thuis, meer meedoen in de samenleving en meer welzijn voor iedereen.**

SHAFE werd in 2018 goedgekeurd door de Europese Commissie. In dat jaar bracht SHAFE haar standpunt uit aan de Commissie. Het standpunt vraagt om meer onderzoek naar preventie.

Ook willen we meer samenwerking tussen:

- Gezondheidszorg en sociale zorg, met
- Gebouwde omgevingen, en
- Informatie en Communicatie Technologie (ICT)

Bijvoorbeeld: denk ook aan de gezondheid of ICT wanneer we nieuwe huizen bouwen of oude huizen opknappen. Mensen die plannen maken of huizen tekenen moeten ook denken aan de mensen die er wonen, werken of lopen. Zij moeten denken aan welke ICT er komt. Of bedenken hoe het huis of de straat kan helpen met meer bewegen of gezond leven.



# Smart Healthy Age-Friendly Environments – Vervolg

---

In 2020, bracht SHAFE een nieuw politiek standpunt uit. Dit is het zogenaamde [Positie Paper](#) (in Engels) over SHAFE.

Het Positie Paper gaat over:

## Burgers

- Digitale vaardigheden
- Data delen
- Gezonde leefstijl
- Meedoen en betrokken zijn
- Sociale netwerken

## Omgevingen

- Opknappen en aanpassen van huizen
- Toegankelijke plekken en vervoer
- Klimaatneutraal
- Gezond en blij aan het werk

## Gezondheid en zorg

- Betrouwbare, veilige en toegankelijke data
- Goede toegang tot internet
- Totale persoonlijke zorg
- Richtlijnen en langdurende financiering en businessmodellen
- Digitale vaardigheden training voor zorgverleners

Een betere **SAMENWERKING** en **UITVOERING** van SHAFE in Europa.

De Europese Commissie was blij met het Paper en schreef er ook over in haar nieuwsbrief.

## Smart Healthy Age-Friendly Environments – Projecten

---

Nieuwe Europese projecten met SHAFE werden goedgekeurd.

SHAFE projecten zijn:

- [Hands-on SHAFE](#) (2019-2022). Deze training hoort hierbij
- [EU SHAFE](#) (2019-2023) houdt zich bezig met het ontwikkelen van SHAFE beleid en praktijk in verschillende Europese landen
- COST Action [NET4Age-Friendly](#) (2020-2024) is een netwerk van onderzoekers uit alle Europese landen, Japan, Amerika, Mexico
- [BIG educational game](#) (2020-2022) maakt een SHAFE computerspel





## ❖ Wist je dat?

SHAFE begon in 2017 op de politieke agenda in Europa te komen.

- Om aandacht te vragen voor het welzijn van mensen en plaatsen.
- Om beter samen te werken tussen gezondheidszorg, ICT en de bouw

Sinds 2019 zijn 4 projecten gestart om te werken met SHAFE.

# Samenvatting van hoofdstuk 1

---

**1**

In dit hoofdstuk heb je geleerd wat SHAFE is

---

**2**

Je hebt geleerd welke SHAFE-projecten er zijn

---

# Hoofdstuk klaar!

---

Gefeliciteerd! Je bent geslaagd voor dit hoofdstuk!

## Samenvatting van vaardigheden

---

- 1 Je hebt geleerd wat het idee van SHAFE is.
- 



## Wat is het volgende?

---

In het volgende hoofdstuk kun je meer leren over slimme omgevingen

[Restart](#)

[Next](#)







ALGEMEEN

MODULE 1

HOOFDSTUK 2

## Slimme (SMART) omgevingen

Het volgende hoofdstuk gaat over slimme omgevingen (SMART). Wat zijn deze omgevingen en welke voorbeelden zijn er in Nederland?

# Wat leer je in dit hoofdstuk?

- 1 | Je leert wat slimme (SMART) omgevingen zijn.



# Slimme (SMART) omgevingen

---

Digitale middelen of informatie- en communicatietechnologie (ICT) zijn overal. Bijvoorbeeld: smartphones, internet en WIFI thuis, muziek of film streaming diensten en digitale horloges. De middelen en software moeten gebruiksvriendelijk zijn, veilig te gebruiken, ondersteuning geven en betrouwbare dataverwerking garanderen.



## Smartphones

Telefoons met iOS , Microsoft of Android (Google, Huawei, Samsung) bieden veel functies. Zoals internet, data, sociale media en spelletjes.



## Slimme thuishetchnologie

WIFI, home sensoren, internet zorgen voor comfort, gezondheidsadvies en monitoring. Ook goed voor langer zelfstandig thuis.



## Slimme technologie buiten

Draagbare digitale middelen, slimme verlichting, vervoer ICT zorgen voor de weg kunnen vinden en actief bewegen.



## Oefening

Op de volgende pagina's vind je voorbeelden van slimme omgevingen.

Bedenk hoe elk voorbeeld helpt om gezond of blij te voelen.

## E-consult met de dokter

De app met de dokter kan gratis worden gedownload in de App store of Google play. De arts of verpleegkundige nodigt de patiënt uit om de app te gebruiken. Met de app kunnen mensen een foto of een bestand naar hun arts sturen. Ook kun je de arts raadplegen terwijl je thuis bent.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



## Smartphone voor senioren

Een betaalbare smartphone (90 euro) met speciaal leeftijdsvriendelijk gebruik: die is voor iedereen te gebruiken.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



# Tablets

---

Tablets met grote knoppen en gemakkelijk te gebruiken, zijn speciaal ontworpen voor senioren.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



## Draagbaar

Polshorloges en smartphone apps kunnen stappen meten, beweging rapporteren, hartslag meten of een alarm sturen. Dit helpt om actief en gezond te leven. Dit komt omdat ze informatie geven over hoe actief of gezond iemand is.

Apps sturen ook berichten zoals “Je doet het goed!” of “Ga zo door!”. Dit helpt om de volgende keer nog een beetje beter je best te doen. Bijvoorbeeld ga van 2000 stappen naar 3000 stappen en dan nog meer. Ook geeft het rust als je ziet dat de hartslag okay is of hulp dichtbij is.





## WhatsApp Buurtpreventie

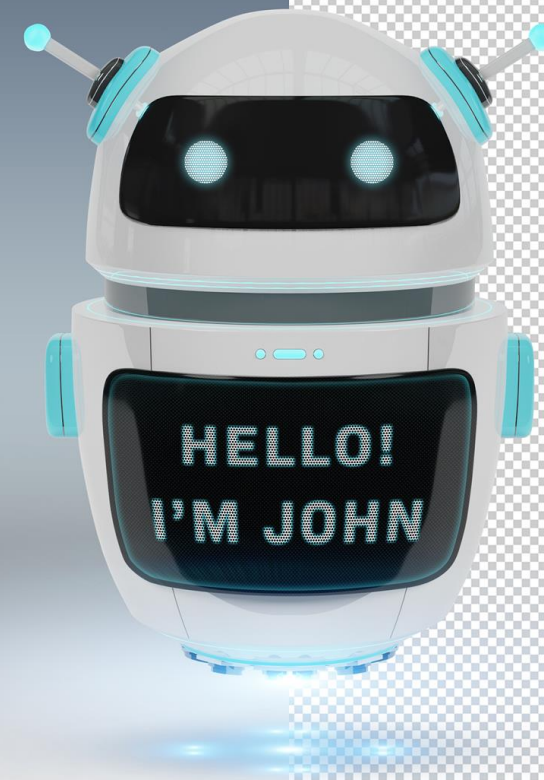
Buren en vrijwilligers kunnen samen een WhatsApp-groep maken. Of zij worden lid van een bestaande groep. Zo kunnen buren en vrijwilligers informatie met elkaar delen. Ook kunnen ze elkaar waarschuwen in geval van nood. Of als ze verdachte personen of voertuigen zien. Soms is ook de plaatselijke politieagent lid van de groep.



## Sociale robots

Sociale robots worden gemaakt om gezelschap te bieden aan mensen. Een voorbeeld is Tessa: Tessa is een sociale robot voor mensen met dementie. Tessa geeft de tijd aan, vertelt wanneer iets moet gebeuren of geeft tips om naar buiten te gaan.

[Voorbeeld in het  
Nederlands](#)





## Antwoorden: Slimme oplossingen en gezond en welzijn

Heb je nagedacht over de voordelen van de slimme voorbeelden?

Hier zijn enkele voordelen:

- Ze helpen om contact te leggen met andere mensen
- Met een smartphone informatie kunnen vragen aan een dokter
- Persoonlijke training geven
- Persoonlijk advies geven
- De buurt of huis veiliger maken
- Ontspannen door spelletjes te doen en het geheugen trainen



# Samenvatting van het hoofdstuk

---

**1**

In dit hoofdstuk heb je geleerd wat slimme (SMART) omgevingen zijn

---

**2**

Je hebt enkele voorbeelden van slimme omgevingen gezien

---

**3**

Je hebt voordelen van slimme omgevingen ontdekt

---

**4**

Je wordt aangeraden naar de module SMART omgevingen te gaan. Of naar het volgende hoofdstuk over gezonde omgevingen

# Hoofdstuk klaar!

---

Gefeliciteerd! Je bent geslaagd voor dit hoofdstuk!

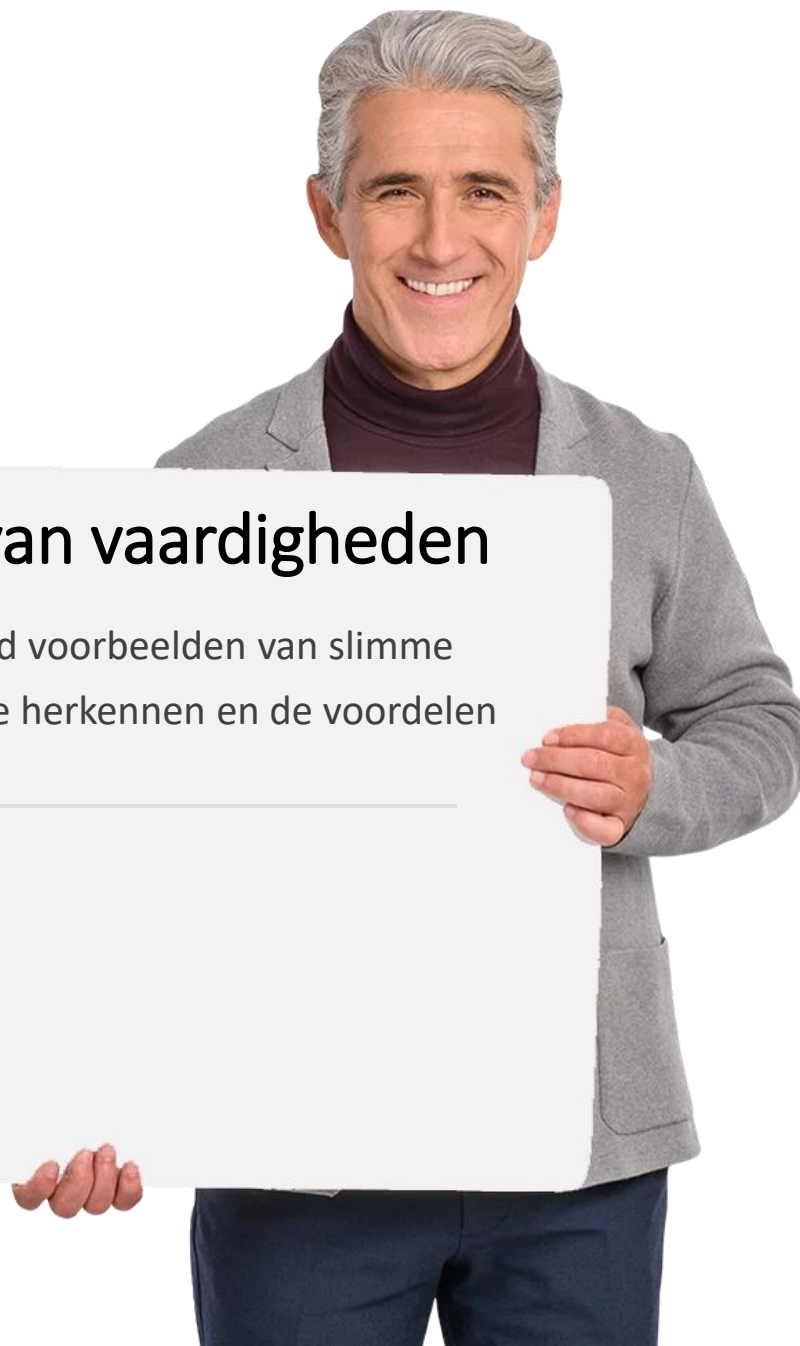
## Samenvatting van vaardigheden

---

**1**

Je hebt geleerd voorbeelden van slimme omgevingen te herkennen en de voordelen ervan

---



## Wat is het volgende?

---

Je kunt meer leren over slimme omgevingen in de modules van SMART. Of je gaat verder met HEALTHY (gezonde) omgevingen.

[Restart](#)

[Next](#)





ALGEMEEN

MODULE 1

HOOFDSTUK 3

## Gezonde (HEALTHY) omgevingen

Het volgende hoofdstuk gaat over gezonde (HEALTHY) omgevingen. Wat zijn dat voor omgevingen? Welke voorbeelden zijn er?

## Wat leer je in dit hoofdstuk?

- 1 Je leert wat gezonde (HEALTHY) omgevingen zijn
- 2 Je ziet en ontdekt voorbeelden van gezonde omgevingen
- 3 Je leert de voordelen van gezonde omgevingen





# Gezonde (HEALTHY) omgevingen

---

Gezonde omgevingen helpen mensen om actief te blijven en bepaalde ziekten te voorkomen. Gezonde omgevingen zijn veilig en uitnodigend. De omgevingen helpen met bewegen en om mee te doen in de samenleving.



## Gezonde leefstijl

Gezond eten, bewegen, weinig alcohol en roken, ontspannen, geestelijk goed zijn, helpen mensen zich gezond en blij te voelen.



## Medicijnen en therapieën

Medicijnen, fysiotherapie, muziektherapie, revalidatie en training helpen om te herstellen van of te leven met een ziekte of een handicap.



## Verzorging

Zorgen voor mensen met ziekten of beperkingen, zoals dementie, de ziekte van Parkinson, mobiliteitsproblemen, geestelijke gezondheidsproblemen.



## Oefening

Op de volgende pagina's vind je voorbeelden van gezonde omgevingen.

Geef voor elk voorbeeld aan hoe het mensen helpt gezond en gelukkig te zijn.

## Lopen, rennen en buiten zijn

Het is goed voor de gezondheid om buiten te zijn voor een wandeling, hard te lopen of gewoon buiten te zitten. Beweging houdt het lichaam fit en buiten zijn is goed voor het hoofd en zelfvertrouwen. En het is goedkoop en gemakkelijk. Het kan overal gedaan worden.



## Fitness training

---

Fitness training of echt stevige lichamelijke oefeningen doen zijn goed voor je spieren, botten en hersenen. Ook helpt het om af te vallen.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



## Andere mensen ontmoeten

In Ierland is een mannenschuur een plaats waar mannen af en toe veilig, vriendelijk en met respect hun gevoelens kunnen delen. Ondertussen werken zij aan praktische projecten zoals tuinieren, restaureren of opknappen van voorwerpen. Ook gaan ze samen op stap.

In Den Haag zijn er in elke wijk ontmoetingsplekken voor een kop koffie of gesprekken.

[Voorbeeld in het](#)

[Nederlands](#)



## Netwerk voor mensen met dementie

Dementie is een ziekte die vooral oudere mensen treft. De belangrijkste symptomen zijn dat mensen zich minder gaan herinneren. Ook kunnen ze slechter spreken. Ze kunnen andere mensen niet meer goed herkennen. Of ze verdwalen. Er bestaat nog geen echte behandeling voor dementie. In de netwerken kunnen patiënten en hun familie hun verhalen met elkaar delen.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



## Medicijnen en therapieën

Wanneer iemand ziek is of een handicap heeft, zijn soms medicijnen en therapieën nodig. Zoals pillen die een dokter voorschrijft. Maar ook kan een operatie nodig zijn. Of een behandeling door een psycholoog of fysiotherapeut.

In Kassel (Duitsland) is een online stottertherapie gemaakt, zodat mensen met de computer kunnen oefenen.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



## Revalidatie innovatiepakket

---

ReHab is de naam van een revalidatiepakket met vernieuwende technologieën en traditionele materialen. ReHab helpt het geheugen en andere functies te verbeteren. ReHab kan alleen of in een groep geoefend worden. Zowel thuis als in een oefenzaal. Hieronder het voorbeeld uit Portugal.

<https://en.caritascoimbra.pt/project/rehab/>

VoorbeelGerman

Portuguese

Irish

Polish







## Antwoorden: Gezonde oplossingen en gezondheid en welzijn

Heb je voordelen bedacht bij de voorbeelden?

Hier zijn enkele voordelen:

- Lichaamsbeweging zorgt voor gezond blijven en zich goed voelen
- Medicijnen en therapieën helpen om weer gezond te worden. Of ze leren te leven met een handicap.
- Netwerk van mensen met dementie helpt om beter te voelen.



# Samenvatting van het hoofdstuk

---

**1**

In dit hoofdstuk heb je geleerd wat gezonde (HEALTHY) omgevingen zijn

---

**2**

Je hebt enkele voorbeelden van gezonde omgevingen of oplossingen gezien

---

**3**

Je hebt geleerd welke voordelen gezonde omgevingen kunnen hebben

---

**4**

Om nog meer te leren, wordt aanbevolen om naar de HEALTHY modules (gezonde modules) te gaan

# Hoofdstuk klaar!

---

Gefeliciteerd! Je bent geslaagd voor dit hoofdstuk!

## Samenvatting van vaardigheden

---

1

Je hebt geleerd wat gezonde (HEALTHY) voorbeelden zijn en wat de voordelen zijn.

---



## Wat is het volgende?

---

Om meer te leren over gezonde omgevingen kun je naar de HEALTHY (gezonde) modules gaan. Of je gaat door naar het volgende hoofdstuk over gebouwde (BUILT) omgevingen.

[Restart](#)[Next](#)



# SMART HEALTHY AGE-FRIENDLY ENVIRONMENTS



**ALGEMEEN**

**MODULE 1**

**HOOFDSTUK 4**

## Gebouwde (BUILT) omgevingen

Het volgende hoofdstuk gaat over gebouwde (BUILT) omgevingen. Wat zijn deze omgevingen en welke voorbeelden zijn er?

## Wat leer je in dit hoofdstuk?

- 1 Je leert wat gebouwde (BUILT) omgevingen zijn
- 2 Je ziet en ontdekt voorbeelden van gebouwde omgevingen
- 3 Je leert de voordelen van gebouwde omgevingen te herkennen



# Gebouwde (BUILT) omgevingen

---

Gebouwde omgevingen die toegankelijk en gebruiksvriendelijk zijn. Omgevingen die mensen helpen om te leven, te werken, te spelen, te ontspannen en lief te hebben. Bovendien helpen zij mensen zich goed te voelen.



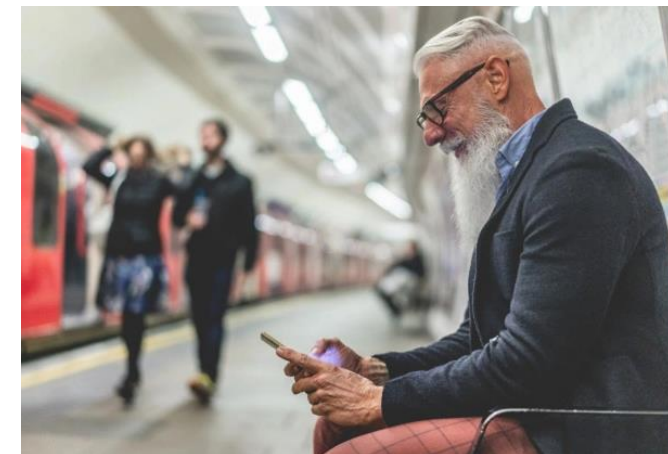
## Huizen

Appartementen en huizen kunnen mensen helpen gezond te blijven en zich goed te voelen.



## Openbare ruimten en gebouwen

Openbare gebouwen, straten, voetpaden en rijbanen zijn voorbeelden van buitenruimten. Zij helpen mensen samen te komen en gezond te blijven.



## Vervoer

Treinen, bussen, auto's en fietsen zijn vervoersmiddelen. Zij moeten toegankelijk en makkelijk te gebruiken zijn.



## Oefening

Op de volgende bladzijden vind je voorbeelden van gebouwde omgevingen.

Noem bij elk voorbeeld hoe het mensen helpt gezond en gelukkig te blijven.



## Leefijdsvriendelijke huizen

Toegankelijke leefijdsvriendelijke huizen met slimme thuishetchnologie zijn overal in Europa te vinden.

[Voorbeeld in het  
Nederlands](#)



## Mobiel leeftijdsvriendelijke huizen advies

---

In Hanau (Duitsland) rijdt een bus rond die advies geeft over huisaanpassingen. Zij adviseren burgers hoe zij langer zelfstandig thuis kunnen blijven wonen en om maatschappelijke ondersteuning te krijgen.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



# Dementievriendelijke winkelwandelroute

---

Om mensen met dementia te helpen de weg te vinden, werd in Rotterdam een dementievriendelijke wandelroute gemaakt (Blokke om). Twee paden met gele of groene borden kunnen worden gevolgd. Extra bankjes, voetpadopritten en tussenheuvelds zijn beschikbaar.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



## Veiligheid en onderhoud buitenshuis

Veilige en goed onderhouden plekken en gebouwen worden geregeld verkend door ouderen en anderen. Als er wat mis is, wordt dit gerapporteerd. Bijvoorbeeld: het onderhoud van trottoirs, verkeerslichten, en langer groen licht om veilig te kunnen oversteken.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)



## Duurzame energie thuis

In vergelijking met jongeren hebben ouderen vaak meer moeite om zich warm te houden. Zij moeten vaker de verwarming aanzetten. Om het gebruik van olie en gas te verminderen en kosten te besparen, kunnen mensen overschakelen op andere energiebronnen. Zoals zonnepanelen op het dak van het huis of windenergie.

[Voorbeeld in het Nederlands](#)





## Antwoorden: Gebouwde omgevingen en gezondheid en welzijn

Heb je nagedacht over de voordelen?

Hier zijn een paar:

- Toegankelijke en inclusief ontworpen huizen helpen mensen langer zelfstandig thuis te wonen en zich goed te voelen.
- Vervoer helpt om andere mensen te kunnen ontmoeten.
- Toegankelijke buitenruimten maken wandelen, winkelen en op bezoek gaan mogelijk.
- Veilige omgevingen houden mensen gezond en helpen ziekten te voorkomen.



# Samenvatting van het hoofdstuk

---

**1**

In dit hoofdstuk heb je geleerd wat gebouwde (BUILT) omgevingen zijn

---

**2**

Je hebt enkele voorbeelden van gebouwde (BUILT) omgevingen gezien

---

**3**

Je hebt meer geleerd over de voordelen van gebouwde omgevingen

---

**4**

Om meer te leren over gebouwde omgevingen, wordt aangeraden naar de gebouwde (BUILT) modules te gaan

# Hoofdstuk klaar!

---

Gefeliciteerd! Je bent geslaagd voor dit hoofdstuk!

## Samenvatting van vaardigheden

---

**1**

Je hebt geleerd voorbeelden van  
gebouwde omgevingen te herkennen en  
wat de voordelen daarvan zijn

---





## Wat is het volgende?

---

Om meer te leren over de gebouwde (BUILT) omgevingen ga je naar de BUILT modules. Of je gaat door naar het volgende hoofdstuk over de rol van de SHAFE bemiddelaar.

[Restart](#)[Next](#)



**ALGEMEEN** | **MODULE 1** | **HOOFDSTUK 5**

## SHAFE bemiddelaarsrol

Het volgende hoofdstuk gaat over jouw mogelijke rol in Smart Healthy Age-Friendly Environments. Ga je je als vrijwilliger inzetten om SHAFE te realiseren, of is het een onderdeel van je baan? Of kun je zelfs je eigen bedrijf opbouwen met SHAFE? Dit kun je in het volgende hoofdstuk verkennen.

## Wat leer je in dit hoofdstuk?

- 1 Je leert over de SHAFE bemiddelaarsrollen
- 2 Over vrijwilligers, mantelzorgers, verzorgers en ondernemers
- 3 Je wordt uitgenodigd om jouw rol in SHAFE te onderzoeken



# SHAFE bemiddelaar



# SHAFE bemiddelaarsrollen

---

Wat zou de beste rol voor jou zijn? Laten we kijken naar de verschillende mogelijkheden. Eerst worden de verschillende rollen gepresenteerd.



## Vrijwilliger

Een vrijwilliger is een persoon die uit vrije wil verschillende dingen doet voor de maatschappij.



## Zorgverlener

Een verzorger zorgt voor een naaste of voor een zieke of gehandicapte. Dit kan thuis of in de zorg.



## Ondernemer

Een ondernemer biedt SHAFE diensten en producten aan en rekent hier tijd en geld voor.

## Vrijwilliger

Een vrijwilliger is iemand die uit vrije wil activiteiten verricht ten behoeve van de samenleving.

Deze activiteiten doet de vrijwilliger zonder winstoogmerk, maar wel vaak voor de eigen ontwikkeling. De vrijwilliger geeft zijn tijd en energie voor het algemeen belang zonder financiële beloning.





## SHAFE vrijwilliger

---

Vrijwilligerswerk wordt verricht zonder winstoogmerk en komt niet in de plaats van betaald personeel. Activiteiten worden georganiseerd door een aanbieder van vrijwilligerswerk of op eigen initiatief van een vrijwilliger. Vrijwilligers hebben rechten die zijn beschreven in het Europees Handvest over de rechten en verantwoordelijkheden van vrijwilligers. [\[Link\]](#)

Voorbeelden van rechten zijn: iedereen mag vrijwilliger zijn, hij is geïnformeerd over zijn rechten en plichten, geniet sociale bescherming, en heeft enige mate van flexibiliteit tijdens het vrijwilligerswerk.

Vrijwilligers hebben recht op ondersteuning, zoals onkostenvergoeding of een duidelijke taakomschrijving. Verantwoordelijkheden of plichten van vrijwilligers zijn bijvoorbeeld: de regels van de wet respecteren en niet discrimineren, de integriteit en waarden van de aanbieder van vrijwilligerswerk bewaken en de afgesproken inzet van tijd en moeite respecteren.

## Verzorger (professioneel of mantelzorg)

Mantelzorgers geven de zorg meestal in de huiselijke omgeving. Bijvoorbeeld aan een ouder, echtgenoot, buren, ander familielid of niet verwant persoon. De ander is bijvoorbeeld ziek of gehandicapt. Mantelzorgers zijn vaak kinderen van bejaarde ouders, buren of vrienden.

Professionele verzorgers worden betaald om zorg te verlenen en doen dit in een zorginstelling of in de thuiszorg.





## SHAFE verzorger

---

SHAFE-zorgverleners of verzorgers zijn mantelzorgers of professionals.

Professionele verzorgers worden betaald voor hun diensten en hebben een opleiding en training gehad in het verlenen van zorg. Dit kunnen diensten zijn van thuiszorgorganisaties en andere opgeleide professionals.

Mantelzorgers zijn mensen die voor familie of vrienden zorgen, meestal zonder betaling. Zij zorgen, meestal thuis, voor een bejaarde ouder, echtgeno(o)t(e), ander familielid of niet-verwante, of voor een zieke of gehandicapte persoon.

Taken waarmee SHAFE-zorgverleners helpen zijn bijvoorbeeld vervoer, boodschappen doen, huishoudelijk werk, maaltijden bereiden, hulp bieden bij het aankleden, uit bed komen, hulp bij het eten en bij incontinentie.

Andere SHAFE verzorgers kunnen de zorgverlening ondersteunen door bijvoorbeeld slimme oplossingen te bieden (bijv. smartphones voor toezicht op afstand, geheugensteunen), of aanpassingen aan het huis te maken (bijv. toegankelijke badkamer, glad tapijt op de vloer).

## Ondernemer

---

SHAFE-ondernemers zijn mensen die betaalde diensten of producten aanbieden op het gebied van SHAFE. Bijvoorbeeld diensten aan mensen thuis, tuinieren, het huis verbouwen of betaalde digitale toepassingen. Ondernemers kunnen zelfstandig zijn of samenwerken met anderen in een maatschap of bedrijf.



# SHAFE ondernemer

---

Mensen die een eigen bedrijf willen beginnen (of daartoe gedwongen worden door bepaalde omstandigheden, zoals baanverlies) kunnen ervoor kiezen om SHAFE-ondernemer te worden. In de module "ONDERNEMEN/ BUSINESS" is hierover meer informatie beschikbaar.

Een eigen bedrijf beginnen betekent dat u idealiter over de volgende eigenschappen beschikt:

1. Ondernemersgeest: bij het lanceren van een product of dienst moet u goed voorbereid zijn. Houdt er ook rekening mee dat het antwoord “nee” kan zijn.
2. Voldoende doorzettingsvermogen: blijf doorgaan, ook als u nog geen succes hebt.

3. Creativiteit: in staat zijn “out of the box” te denken om anderen te overtuigen.

4. Overtuigingskracht: in staat zijn goede argumenten te geven om anderen te overtuigen van uw goede ideeën, producten en diensten.

5. Resultaatgerichtheid: gericht blijven op het resultaat en daarnaar handelen. Snel beslissen en het grotere geheel in het oog houden.

6. Financiële vaardigheden: denk goed na over het budget en de winst en de middelen die je hebt, zoals geld, tijd, kennis en ondersteuning. Om die vaardigheden te leren ontwikkelen: bekijk de modules BUSINESS.




## Oefening

Op de volgende pagina vind je een quiz. Hierin staan vragen waarmee je kunt checken welke SHAFE rol het beste bij jou past.

Veel plezier!

# Quiz

Click the **Quiz** button to edit this object

 **ALGEMEEN** **MODULE 1** **HOOFDSTUK 5** SHAFE bemiddelaarsrol

Ben je geïnteresseerd om met SHAFE te werken?

Ja

Nee

# Samenvatting van het hoofdstuk

---

**1**

In dit hoofdstuk heb je geleerd wat SHAFE vrijwilligers of verzorgers kunnen doen

---

**2**

Je hebt ook geleerd wat SHAFE business kan zijn

---

**3**

Je hebt meer geleerd over de voorwaarden van de SHAFE rollen

---

**4**

Om meer te leren over BUSINESS wordt aangeraden om naar de BUSINESS modules te gaan

# Hoofdstuk klaar!

---

Gefeliciteerd! Je bent geslaagd voor dit hoofdstuk!

## Samenvatting van vaardigheden

---

1

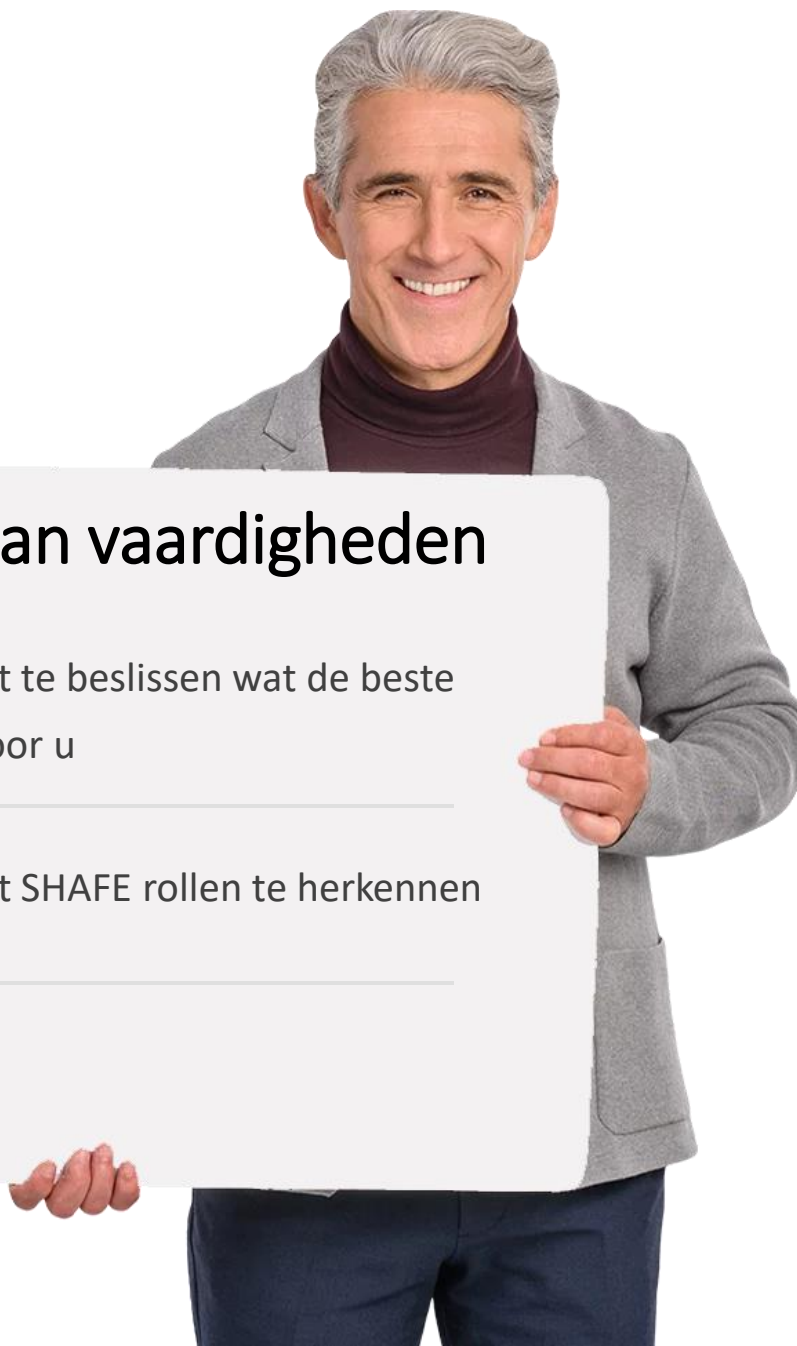
Je bent in staat te beslissen wat de beste SHAFE rol is voor u

---

2

Je bent in staat SHAFE rollen te herkennen

---



## Wat is het volgende?

---

Om meer te leren over BUSINESS of ondernemen, ga je naar de BUSINESS modules.

Deze module is nu klaar. Op de volgende pagina vind je nog enkele leessuggesties.

[Restart](#)[Next](#)



## Suggesties voor verder lezen

- [Position Paper on SHAFE](#)
- [International Interdisciplinary Network on Smart Healthy Age-Friendly Environments](#)
- [Educational game Building Inclusive environments for all Generations](#)



# Module klaar!

---

Gefeliciteerd! Je bent geslaagd voor de module SHAFE en ik!

## Overzicht van vaardigheden

---

1

Wat Smart Healthy Age-Friendly  
Environments zijn

---

2

Wat jouw rol kan zijn in SHAFE

---



## Wat is het volgende?

---

Nu kun je de module herhalen of doorgaan naar het volgende leeronderdeel.

Dat doe je door op “RESTART” of op “NEXT” te drukken.

**Restart**

**Next**

