

Samenvatting bij advies De derde levensfase: het geschenk van de eeuw

In de afgelopen eeuw kregen we een levensfase cadeau. We worden ouder en blijven bovendien langer gezond. Hierdoor hebben velen van ons na hun pensionering nog een flink aantal jaren voor zich die zij naar eigen wens kunnen besteden. Terwijl men vroeger na pensionering vaak versleten was, in minder goede gezondheid verkeerde en vooral behoefte had aan rust, geldt dit voor veel gepensioneerden van nu niet meer. Mensen zijn vaak nog relatief gezond en vitaal en ze kunnen, willen en doen nog van alles.

Deze nog steeds langer wordende periode tussen het werkende leven en de periode van gevorderde ouderdom en kwetsbaarheid vormt de derde levensfase. Deze fase begint na pensionering en gaat uiteindelijk geleidelijk over in de vierde levensfase, wanneer kwetsbaarheid groter wordt en de behoefte aan hulp en zorg toeneemt. De derde levensfase is niet strikt aan leeftijden gebonden. Wanneer deze begint en hoe lang deze duurt, verschilt per persoon.

In deze levensfase is er voor de meeste mensen geen noodzaak meer om een inkomen te vergaren. Er is meer tijd voor vrienden en familie, hobby's, reizen en culturele activiteiten. Er ontstaat ook ruimte om op een nieuwe manier bij te dragen aan de samenleving. Bijvoorbeeld als vrijwilliger of mantelzorger of door op de kleinkinderen te passen.

De derde levensfase is niet alleen een geschenk. Het is ook een periode van verlieservaringen. Het verlies van professionele identiteit is voor sommigen problematisch, zeker wanneer het moeilijk is om een nieuwe maatschappelijke rol te vinden. Fysieke en mentale achteruitgang leidt tot teleurstelling en aanpassing. Het verlies van partner, familie of vrienden door ziekte of sterfte verkleint het sociale netwerk en kan tot eenzaamheid en gevoelens van zinloosheid leiden.

De derde levensfase is ook niet voor iedereen een geschenk. Voor mensen met financiële zorgen of gezondheidsproblemen is het niet altijd gemakkelijk de jaren na het pensioen een goede invulling te geven. De derde levensfase zal voor hen vaak al vroeg overgaan in een periode van grote kwetsbaarheid en afhankelijkheid.

Ondanks deze moeilijke kanten van de derde levensfase leveren veel mensen na hun pensionering een grote bijdrage aan de maatschappij. Ze zijn actief als vrijwilliger of geven mantelzorg. Steeds meer mensen werken door na het bereiken van de AOW-leeftijd. De komende decennia stijgt het aantal mensen in de derde levensfase van 2,4 miljoen (2018) naar 3,2 miljoen in 2040. Het ligt voor de hand dat de bijdrage van mensen in deze levensfase ook toeneemt.

De keuzes en activiteiten van mensen in de derde levensfase hebben gevolgen voor hun eigen toekomst. Het vormen en in stand houden van hun sociale netwerk bijvoorbeeld kan eenzaamheid voorkomen. Tijdig verhuizen naar passende woonruimte kan bijdragen aan voldoende goede zorg en ondersteuning wanneer dat nodig wordt.

De keuzes en activiteiten van mensen in de derde levensfase hebben ook gevolgen voor andere generaties. Grootouders die op kleinkinderen passen, ontlasten de kinderen in het spitsuur van hun leven. Mensen in de derde levensfase die verhuizen naar een kleinere woning laten een eengezinswoning

achter. Vrijwilligers in verpleeghuizen zijn een belangrijke aanvulling op overbelaste beroepskrachten. De derde levensfase is dus óók een geschenk voor de samenleving.

Hoe mensen hun derde levensfase invullen verschilt sterk. Sommigen, vooral hoogopgeleiden, gaan nog een tijdje door in het tempo en op het niveau dat ze gewend waren. Mensen met alleen AOW of met een klein aanvullend pensioen werken soms nog betaald door om hun inkomen aan te vullen. De één fietst nog de halve wereld rond, terwijl een ander nog nauwelijks de deur uitkomt vanwege zijn of haar gezondheid.

Ondanks deze verschillen zijn er ook gemeenschappelijke waarden. We vonden er drie die voor alle mensen in de derde levensfase in meer of mindere mate belangrijk zijn. Zij hechten aan hun autonomie, ze willen graag zelf richting kunnen geven aan hun bestaan. Ook is er behoefte aan verbondenheid en betekenisvol contact met anderen. Tot slot willen mensen ook in deze levensfase het gevoel te hebben dat ze ertoe te doen. Ze willen van betekenis zijn, voor anderen of voor de samenleving.

Vanwege de toenemende omvang van de groep mensen in de derde levensfase en hun (potentiële) bijdrage aan de samenleving vindt de Raad het nodig dat deze levensfase niet langer vooral gezien wordt als een individuele zaak. De derde levensfase is ook een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid. Te meer omdat mensen bij het vormgeven van hun derde levensfase obstakels tegenkomen die samenhangen met de maatschappelijke arrangementen in onze samenleving. Op dit moment is er in beleid en regels, bij maatschappelijke organisaties en in de publieke opinie meer aandacht voor wat ouderen nodig hebben dan voor wat ouderen kunnen en willen bijdragen.

In drie inspiratiedossiers laten we zien welke wensen mensen in de derde levensfase hebben, waar ze tegen aanlopen bij het realiseren van die wensen en wie wat kan doen om obstakels weg te nemen. De dossiers gaan over activiteiten (betaald en onbetaald), over wonen en over zorg en ondersteuning. Ook staan er voorbeelden in van hoe het anders kan.

1. De derde levensfase is ook een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid

Op dit moment wordt de inrichting van de derde levensfase vooral als een individuele zaak gezien. Ieder geeft naar eigen inzicht en binnen de eigen (on)mogelijkheden vorm aan deze periode van het leven. Hierdoor blijven kansen liggen voor de deelname en de bijdrage van jonge ouderen aan de samenleving. Overheden, maatschappelijke organisaties en bedrijven kunnen er meer dan nu aan bijdragen dat jonge ouderen meer maatschappelijke rollen vervullen. Dat kan door drempels weg te nemen voor bijvoorbeeld groepswonen of langer betaald doorwerken. Een goede derde levensfase wordt zo meer een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid.

2. Verzilver het maatschappelijk potentieel van mensen in de derde levensfase

De grote groep mensen in de derde levensfase die onze samenleving rijk is, vormt een potentieel dat momenteel onvoldoende wordt benut. De ambities van jonge ouderen kunnen een bijdrage leveren aan de oplossing van maatschappelijke problemen, zoals de woningnood, de krapte op de arbeidsmarkt in de zorg en het onderwijs en de groeiende behoefte aan hulp en zorg van ouderen in de vierde levensfase. Jonge ouderen willen en kunnen op allerlei domeinen een belangrijke bijdrage leveren aan onze samenleving, zowel direct met hun eigen handelen als indirect door het effect van hun handelen op andere groepen in de samenleving. Deze bijdrage kunnen zij echter alleen leveren als beleid en arrangementen hun wensen en betrokkenheid niet hinderen en die indien nodig faciliteren.

3. Generatiebewustzijn vereist veranderingen in beleid en andere maatschappelijke arrangementen

Om het maatschappelijk potentieel van mensen in de derde levensfase beter te kunnen benutten, is het nodig dat beleidsmakers, werkgevers, aanbieders van zorg en welzijn, vrijwilligersorganisaties, de media, maatschappelijke organisaties en het bedrijfsleven op een andere manier naar jonge ouderen gaan kijken. De ontwikkeling en implementatie van beleid, de vormgeving van voorzieningen, de werving van vrijwilligers enzovoort zou vaker gepaard kunnen gaan met een zeker 'generatiebewustzijn': het besef dat er een grote en groeiende groep mensen in de derde levensfase is en dat wat zij doen (en laten) gevolgen heeft voor andere generaties en voor hun eigen toekomst. De Raad pleit voor een toetsing van beleid en voorzieningen waarbij wordt gekeken naar mogelijkheden om de positie van jonge ouderen in onze maatschappij te versterken en hun keuzemogelijkheden te verruimen.

Het is essentieel om in beleid en andere maatschappelijke arrangementen rekening te houden met de verschillen tussen mensen in de derde levensfase, zoals sociaaleconomische en gezondheidsverschillen. Alleen door daarmee rekening te houden, kan beleid daadwerkelijk aansluiten op de wensen en behoeften van mensen in de derde levensfase. Een goede aansluiting vereist samenwerking tussen lokale overheden en andere partijen, bijvoorbeeld bij het realiseren van collectieve plannen voor gemeenschappelijk wonen of het delen van zorg. Een betere afstemming van beleid op de wensen en behoeften van mensen in de derde levensfase draagt ook bij aan betekenisvolle rollen voor hen in onze samenleving.

Een goede derde levensfase vraagt natuurlijk primair iets van jonge ouderen zelf. Als mensen zich al voorbereiden, dan heeft die voorbereiding voornamelijk betrekking op hun financiële situatie. De Raad benadrukt dat het juist ook loont om andere levensdomeinen bij de voorbereiding te betrekken. Door bijtijds op zoek te gaan naar activiteiten en arrangementen die aansluiten bij de eigen wensen, talenten en behoeften, vergroten mensen hun eigen handelingsperspectief. Bovendien helpt een tijdige voorbereiding om de scheidslijn te verkleinen tussen een vitaal en onafhankelijk bestaan en de tijd waarin afhankelijkheid en kwetsbaarheid toenemen.

Met dit advies hoopt de Raad bij te dragen aan inzicht in de waarde van de derde levensfase, zowel voor de samenleving als voor ieder individu. De derde levensfase is het geschenk van de eeuw. Het is zonde om dat cadeau niet uit te pakken.