

Technologie in huis

November 2026

"Technologische ondersteuning is altijd goed, zolang je maar kritisch kunt zijn over het gebruik."

Nederland telt steeds meer ouderen en de meesten van hen willen graag zo lang mogelijk in hun eigen huis blijven wonen. Gezondheid, zelfstandigheid en de hulp van dierbaren spelen daarbij een rol, net als technologische veranderingen: een videodeurbel, beeldbellen met de huisarts, een sensor die een val opmerkt. Over die apparaten wordt veel gesproken in de zorg, in de politiek en in de media. Dat gesprek gaat opvallend vaak óver ouderen, en minder mét hen.

Met deze peiling vroegen ANBO-PCOB en Abbi Insights het daarom aan 7.705 zelfstandig wonende 65-plussers zelf. Welke slimme apparaten kennen en gebruiken zij, waarbij verwachten zij nu of later hulp nodig te hebben, welke rol zien zij daarbij voor technologie en aan wie vragen zij daarover het liefst advies? Ook legden we één toekomstbeeld voor: **continue gezondheidsmonitoring thuis**, waarbij sensoren en een slim horloge signalen opvangen over bijvoorbeeld beweging, slaap of een val. Onder welke voorwaarden staan ouderen daarvoor open, met wie willen zij die informatie delen en wat hebben zij nodig om dat met een gerust gevoel te doen?

Deelnemerskenmerken

Ouderen vormen een grote en diverse groep. Op 1 januari 2026 telde Nederland ruim 3,8 miljoen 65-plussers, meer dan één op de vijf Nederlanders (21%); in 2040 is dat bijna één op de vier, zo'n 4,8 miljoen mensen. Achter die aantallen schuilt een enorme diversiteit, ook in hoe ouderen naar technologie in huis kijken: voor de één is een slim horloge of videodeurbel allang vanzelfsprekend, voor de ander een ver-van-mijn-bed-show.

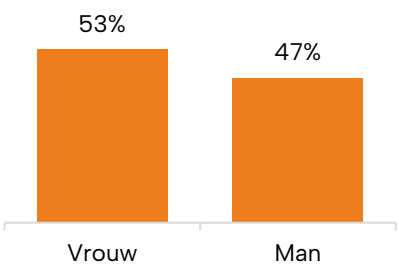
Voor deze peiling zijn zelfstandig wonende 65-plussers in particuliere huishoudens bevraagd over technologie in huis. Zelfstandig wonend betekent hier: een eigen voordeur en geen permanent verblijf in een verpleeghuis, zorginstelling of woonvorm met 24-uurs toezicht.

De uitkomsten zijn gewogen naar leeftijd (65-69, 70-74, 75-79 en 80 jaar of ouder), geslacht, opleiding, regio, stedelijkheid en huishoudgrootte, zodat ze zo goed mogelijk aansluiten bij alle 65-plussers in particuliere huishoudens in Nederland.

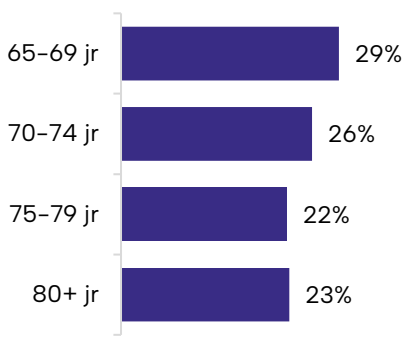
Populatie in Nederland

Verhoudingen 65+ers in particuliere huishoudens in Nederland

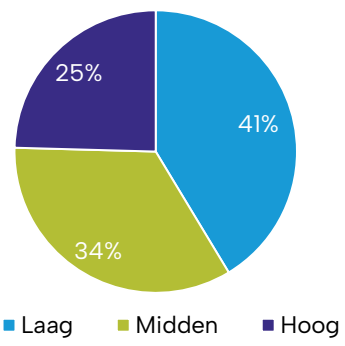
Geslacht



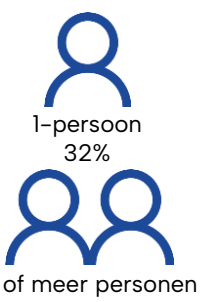
Leeftijd



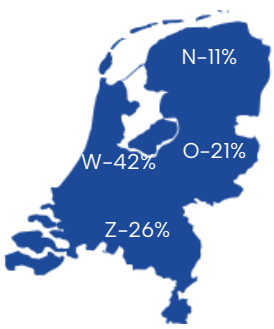
Opleiding



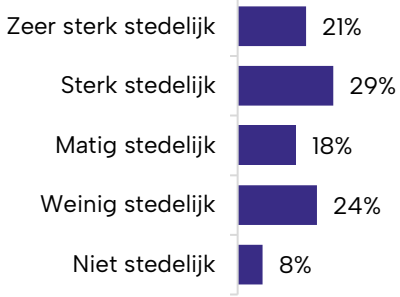
Huishoudgrootte



Regio



Stedelijkheid



Q22: Geslacht / Q23: Leeftijd / Q24: Opleiding / Q25: Huishoudgrootte / Q26: Regio / Stedelijkheidsgraad (n=7.705)



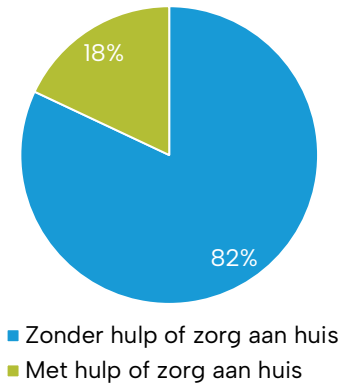
Technologie in huis

November 2026

Huidige situatie

Naast de algemene deelnemerskenmerken op de vorige pagina (geslacht, leeftijd, opleiding, huishoudgrootte, regio en stedelijkheidsgraad) kijken we naar hulp of zorg aan huis, de huishoudsamenstelling en het ervaren gemak bij het gebruik van nieuwe digitale apparaten en apps. Deze aanvullende kenmerken helpen om de resultaten over technologie in huis te duiden.

Hulp of zorg aan huis

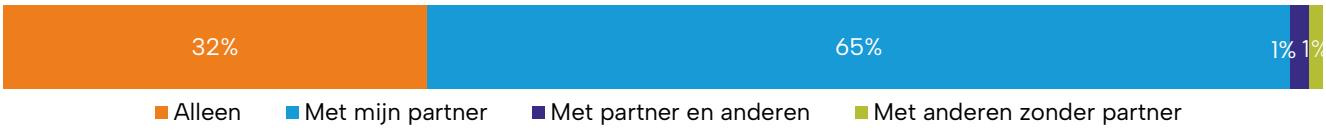


Meeste ouderen wonen zelfstandig zonder hulp of zorg aan huis
Ruim acht op de tien zelfstandig wonende ouderen krijgen geen hulp of zorg aan huis (82%). Bijna één op de vijf krijgt die ondersteuning wel (18%). Voor een deel gaat zelfstandig wonen juist samen met ondersteuning van anderen.

Met het ouder worden komt hulp vaker in beeld
Zoals te verwachten, krijgen ouderen vaker hulp of zorg in huis naarmate zij ouder worden. Onder 65- tot 69-jarigen gaat het om één op de tien. Bij 80-plussers is dat bijna vier op de tien (38%). Ook alleenwonenden en ouderen die moeite hebben met nieuwe apparaten of apps ontvangen vaker ondersteuning. In beide groepen gaat het om ongeveer een derde (32%).

Q1: Woont u op dit moment zelfstandig* en krijgt u hulp of zorg aan huis? *Hiermee bedoelen wij een (huur)woning of appartement met een eigen voordeur.* (n=7.705)

Samenstelling huishouden

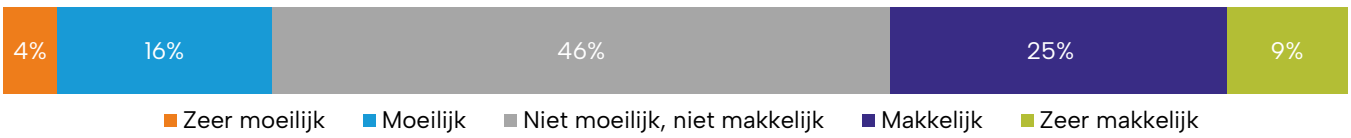


De meeste ouderen wonen samen met een partner
Bijna twee derde van de ouderen woont samen met een partner (65%). Ongeveer een derde woont alleen (32%). Slechts een klein deel woont met anderen, al dan niet samen met een partner (2%).

Alleen wonen komt vaker voor op hogere leeftijd
Het aandeel alleenwonenden loopt op van 26% onder 65- tot 69-jarigen tot 47% onder 80-plussers. Vrouwen wonen vaker alleen dan mannen (46% tegenover 17%), wat mede kan samenhangen met hun hogere levensverwachting.

Q2: Met wie woont u op dit moment samen? (n=7.705)

Digitale vaardigheid



Digitale apparaten en apps zijn niet voor iedereen vanzelfsprekend
Een derde van de ouderen vindt nieuwe digitale apparaten of apps (zeer) makkelijk te gebruiken (34%). Bijna de helft oordeelt neutraal (46%) en één op de vijf vindt het (zeer) moeilijk (20%). Voor een aanzienlijke groep is het gebruik van nieuwe digitale apparaten of apps dus niet vanzelfsprekend.

Digitaal gemak neemt af met de leeftijd
Onder 65- tot 69-jarigen vindt 44% nieuwe apparaten of apps (zeer) makkelijk; bij 80-plussers is dat 21%. Vooral bij oudere leeftijdsgroepen is aandacht voor gebruiksgemak en ondersteuning daarom belangrijk.

Q6: Hoe makkelijk vindt u het meestal om nieuwe digitale apparaten of apps te gebruiken? (n=7.705)



Technologie in huis

November 2026

Zorgen om zelfstandig kunnen blijven wonen

Het is niet vanzelfsprekend dat zelfstandig wonen ook in de toekomst een realistisch scenario blijft. We vroegen ouderen in hoeverre zij zich zorgen maken over zelfstandig blijven wonen in hun huidige woning. Wie zich zorgen maakt, kon in eigen woorden toelichten waar die zorgen vooral over gaan.

Zorgen over zelfstandig blijven wonen



Meer dan de helft van de ouderen maakt zich wel eens zorgen over zelfstandig blijven wonen
Ruim de helft van de ouderen maakt zich zorgen over de vraag of zij zelfstandig in hun huidige woning kunnen blijven wonen (56%). Meestal gaat het om een beetje zorgen (46%). Eén op de tien maakt zich (redelijk) veel zorgen.

Grotere zorgen bij ouderen die hulp ontvangen of moeite hebben met technologie
Onder ouderen die op dit moment al hulp of zorg ontvangen, maakt bijna één op de vijf zich redelijk veel of veel zorgen (18%). Hetzelfde geldt voor ouderen die moeite hebben met nieuwe apparaten of apps (19%).

Q3: Maakt u zich wel eens zorgen of u in de toekomst zelfstandig in uw huidige (huur)woning of appartement kunt blijven wonen? (n=7.705)

Waar ouderen zich zorgen over maken

Een indruk van de antwoorden

Woning en woonomgeving
Zorgen over de geschiktheid, toegankelijkheid en het onderhoud van de woning en directe omgeving.

"Het huis en de tuin zijn veel te groot om alleen te onderhouden."
"We wonen nu in een te groot huis met z'n tweeën. Gelijkvloers wonen is alleen mogelijk na een forse verbouwing."
"Smalle trap naar bovenverdieping, traplift nodig."

Verhuizen en passende woonruimte
Zorgen over noodgedwongen verhuizen en het kunnen vinden van een geschikte woning of woonvorm.

"Over het gedwongen te moeten worden opgenomen in een zorginstelling."
"Ik woon in een sociale mooie woning waar een gezin zou kunnen wonen. Maar te weinig seniorenwoningen."
"Ik wil liever niet verhuizen. Mijn huis is nu niet levensloop bestendig."

Gezondheid en zelfredzaamheid
Zorgen over lichamelijke of mentale achteruitgang en het zelfstandig uitvoeren van dagelijkse activiteiten.

"Dat mijn gezondheid het toelaat om zelfstandig te blijven wonen en dan met name mijn oogziekte."
"Of de gezondheid en de mobiliteit het toelaat om zelfstandig te blijven."
"Mijn motoriek gaat steeds verder achteruit."

Sociaal netwerk en alleen zijn
Zorgen over eenzaamheid, partnerverlies, alleen achterblijven en het ontbreken van sociale contacten.

"Blijf straks alleen achter, de eenzaamheid baart mij zorgen."
"Als mijn partner er niet meer zou zijn dat ik het alleen dan niet meer zou kunnen."
"Dat degene die overblijft eenzaam wordt (we hebben geen contact met familie)."

Beschikbaarheid van hulp en zorg
Zorgen of professionele zorg, mantelzorg of praktische ondersteuning beschikbaar zal zijn wanneer dat nodig is.

"Wie er voor mij gaat zorgen als ik het niet meer kan."
"Is er voldoende thuiszorg? Door de bezuinigingen op de thuiszorg is dat nog maar de vraag."
"Slechte staat van zorg, te weinig personeel, slechte kwaliteit ouderenzorg."

Andere zorgen
Overige zorgen, zoals betaalbaarheid of algemene onzekerheid over de toekomst.

"Is het te betalen?"
"Je weet nooit wat er kan gebeuren."

Q4: Waar maakt u zich dan vooral zorgen over? (ouderen die zich zorgen maken of ze zelfstandig kunnen blijven wonen : n=4.375)



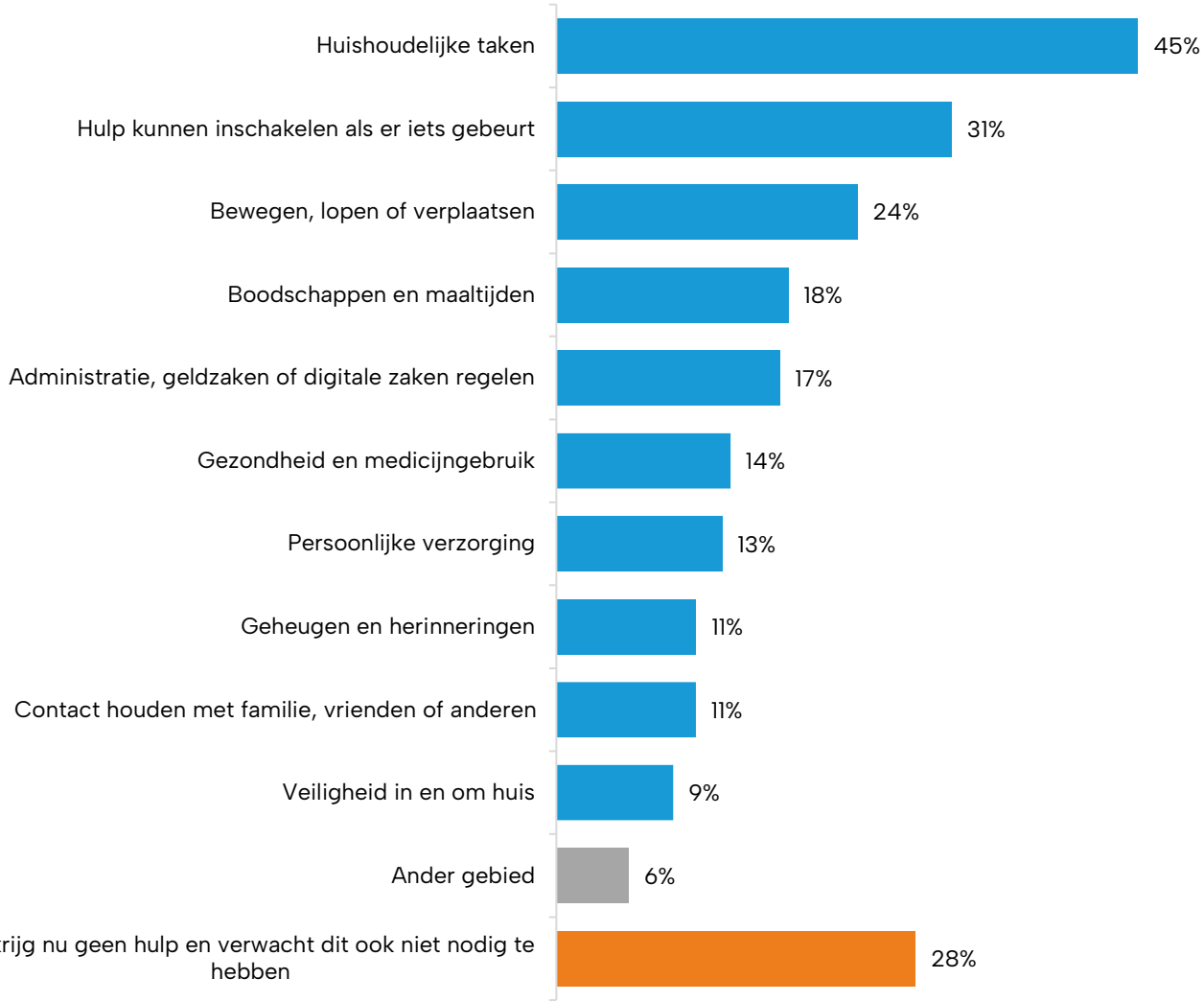
Technologie in huis

November 2026

Hulp om zelfstandig te kunnen (blijven) wonen

Bij zelfstandig thuis blijven wonen kan (op termijn) een hulp en ondersteuningsbehoefte ontstaan. Denk aan huishoudelijke taken, persoonlijke verzorging of hulp bij het regelen van geldzaken. Ook hulp kunnen inschakelen als er iets gebeurt, hoort daarbij. Voor sommige ouderen is die ondersteuning nu al onderdeel van het dagelijks leven. Anderen verwachten pas later hulp nodig te hebben of voorzien dat voor zichzelf nog niet.

Hulp om zelfstandig te kunnen blijven wonen



Hulp bij huishoudelijke taken komt het vaakst naar voren
Ruim zeven op de tien ouderen krijgen al hulp of verwachten die later nodig te hebben om zelfstandig thuis te blijven wonen (72%). Het vaakst noemen zij huishoudelijke taken (45%), gevolgd door hulp inschakelen als er iets gebeurt (31%) en bewegen of verplaatsen (24%).

80-plussers noemen vaker hulp bij het huishouden
Van de 80-plussers krijgt 57% hulp bij huishoudelijke taken of verwacht die later nodig te hebben. Onder 65- tot 69-jarigen is dat 41%.

Wie moeite heeft met digitale apparaten, noemt ook vaker hulp op andere gebieden
Ouderen die moeite hebben met nieuwe apparaten of apps krijgen of verwachten op vrijwel alle gebieden vaker hulp nodig te hebben dan digitaal vaardige ouderen. Het grootste verschil betreft administratie, geldzaken of digitale zaken (41% tegenover 6%). Ook huishoudelijke taken (56% tegenover 37%), boodschappen en maaltijden (28% tegenover 14%) en persoonlijke verzorging (20% tegenover 10%) noemen zij vaker.

Q5: Waarbij krijgt u nu hulp of denkt u later hulp nodig te hebben om zelfstandig thuis te blijven wonen? (n=7.705)



Technologie in huis

November 2026

Gebruik en kennis van ‘slimme’ technologie

Slimme apparaten en hulpmiddelen kunnen thuis helpen door taken automatisch uit te voeren, herinneringen te geven of hulp in te schakelen. Denk aan een robotstofzuiger, een slimme medicijndispenser of personenalarmering. Maar welke van deze toepassingen kennen ouderen en welke gebruiken zij zelf?

Gebruik slimme apparaten en hulpmiddelen



Beeldbellen



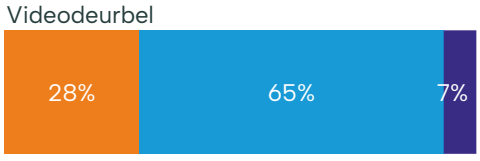


Kookbeveiliging



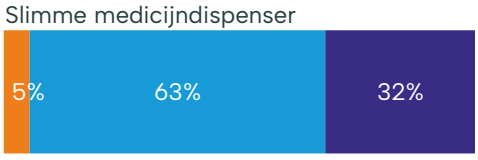


Videodeurbel



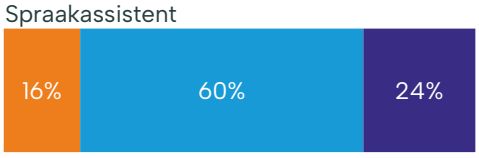


Slimme medicijndispenser



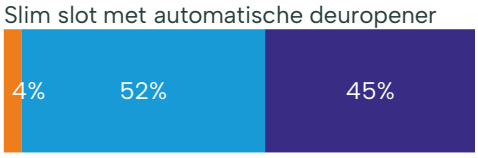


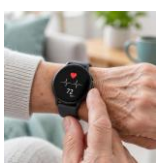
Spraakassistent



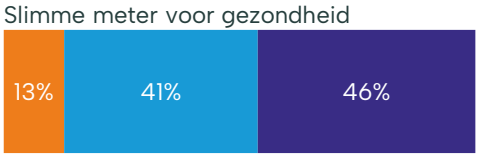


Slim slot met automatische deuropener



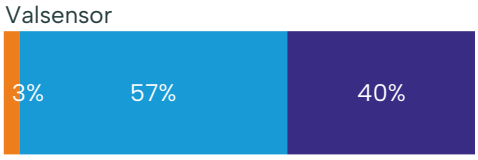


Slimme meter voor gezondheid



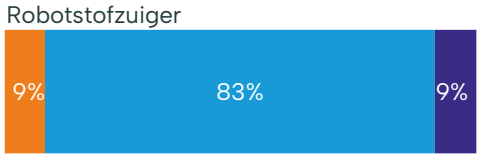


Valsensor





Robotstofzuiger



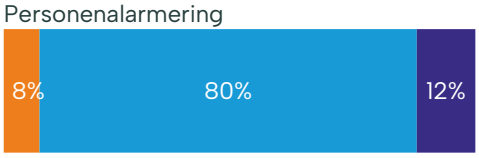


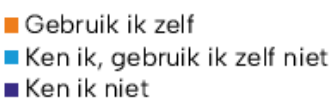
Sociale robot





Personenalarmering





Vooral alledaagse slimme technologie wordt gebruikt
Beeldbellen wordt veruit het meest gebruikt (54%), gevolgd door de videodeurbel (28%) en spraakassistenten zoals een Google Assistant, Alexa of Siri (16%). Het gebruik van specifieke zorgtechnologie is veel beperkter. Zo gebruikt 8% personenalarmering, 5% een slimme medicijndispenser en 6% kookbeveiliging. Een sociale robot wordt vrijwel niet gebruikt.

Veel zorghulpmiddelen zijn nog onbekend
Kookbeveiliging (53%), sociale robots (50%) en slimme gezondheidsmeters (46%) zijn bij ongeveer de helft van de ouderen onbekend.

Digitaal vaardige ouderen kennen en gebruiken vaker slimme hulpmiddelen
Ouderen die makkelijk omgaan met nieuwe apparaten en apps, kennen en gebruiken vrijwel alle toepassingen vaker. In de oudere leeftijdsgroepen ligt vooral het gebruik van beeldbellen en andere alledaagse slimme technologie lager. Personenalarmering wordt juist wel vaker gebruikt door 80-plussers (17%).

Q7: Welke van slimme apparaten en hulpmiddelen kent of gebruikt u? (n=7.705)



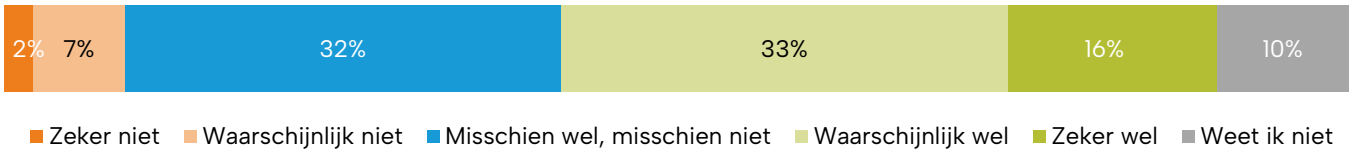
Technologie in huis

November 2026

Verwachtingen van technologie

Slimme apparaten en hulpmiddelen kunnen op verschillende manieren ondersteuning bieden bij langer zelfstandig thuis blijven wonen. Naast de bekendheid en het gebruik is ook van belang wat ouderen ervan verwachten van nieuwe technologie. Daarbij gaat het om de mogelijkheden die zij zien om langer zelfstandig te blijven wonen én om de redenen waarom zij denken dat slimme hulpmiddelen weinig of niets kunnen bijdragen.

Rol technologie bij langer zelfstandig thuis wonen



Meerderheid verwacht dat slimme hulpmiddelen kunnen helpen bij langer zelfstandig thuis wonen
Bijna de helft van de ouderen denkt dat slimme apparaten en hulpmiddelen kunnen helpen om langer zelfstandig thuis te blijven wonen (49%). Een derde twijfelt hierover (32%); 9% denkt van niet en 10% weet het niet.

Jongere en digitaal vaardige ouderen zijn vaker positief
Onder 65- tot 69-jarigen denkt 55% dat slimme hulpmiddelen kunnen helpen, tegenover 42% van de 80-plussers. Ook naar digitale vaardigheid verschillen de verwachtingen: van de ouderen die makkelijk omgaan met nieuwe apparaten en apps is 60% positief, tegenover 35% van degenen die daar moeite mee hebben. Ouderen die nu al hulp of zorg ontvangen, zijn minder vaak positief (39%) dan ouderen zonder ondersteuning (51%).

Q8: Denkt u dat slimme apparaten en hulpmiddelen u kunnen helpen om langer zelfstandig thuis te blijven wonen? (n=7.705)

Waarmee gaat technologie wel helpen

Een indruk van de antwoorden

Dagelijks functioneren en huishouden

"Voor in de douche een apparaat wat je afdroogt."
"Schoonmaken, raamrobot, traplift."
"Diverse toepassingen huisautomatisering (gordijnen sluiten, licht uit enz.)."

Gezondheid en zorg

"Op tijd medicijnen nemen."
"Digitale zorg op afstand."
"Metingen zoals bloeddruk, suiker en andere klachten."

Veiligheid en alarmering

"Valalarm om zo nodig hulp in te roepen."
"Veiligheid via camera's."
"Een deurbel voor veiligheid, als ik alleen zou zijn. Net zoals een valsensor."

Communicatie en contact

"Sociale contacten als je nergens meer kan komen."
"Wanneer je moderne communicatiemiddelen gebruikt, blijf je bij de tijd en het kan vereenzaming voorkomen."
"Horloge, met communicatiemogelijkheden."

Q9: Waarmee zouden slimme apparaten of hulpmiddelen u kunnen helpen om langer zelfstandig thuis te blijven wonen? (respondenten die denken dat techniek (misschien) wel helpt: n= 6.240)

Waarmee gaat technologie niet helpen

Een indruk van de antwoorden

Menselijke hulp en contact nodig

"Ik heb liever contact met mensen dan machines."
"Die doen niets aan je eenzaamheid."
"De hulp die ik verwacht op termijn nodig te hebben bestaat uit helpende handjes, geen ai of robot."

Te moeilijk in gebruik

"Ik ben niet handig in bediening. Ik vergeet hoe dat moet."
"Je moet er mee leren omgaan en dat kan tegenvallen."

Onvoldoende praktische meerwaarde

"Omdat deze niets fysieks kunnen doen (huishouden/boodschappen)."
"Zij doen geen huishoudelijk werk of werk in de tuin."
"Slimme apparaten helpen niet met het traplopen."

Wantrouwen en bezwaren

"Ik gebruik zo min mogelijk slimme apparaten. Niet in het minst om alle hackers."
"Ik wantrouw zulke apparaten."

Geen behoefte of een andere oplossing

"Niet nodig kan het nog allemaal zelf."
"Als het nodig is ben ik van plan om te gaan verhuizen."

Q10: Waarom denkt u dat slimme apparaten of hulpmiddelen u hierbij niet of weinig zouden helpen? ? (respondenten die denken dat techniek (waarschijnlijk) niet helpt: n= 702)



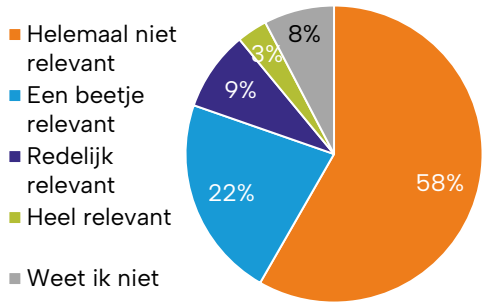
Technologie in huis

November 2026

Openstaan voor technologie en persoonlijke relevantie

Technologie om langer zelfstandig thuis te blijven wonen kent verschillende toepassingen, van herinneringen aan medicijnen tot hulp bij persoonlijke verzorging. Het gaat daarbij niet alleen om welke toepassingen ouderen in hun eigen situatie zouden accepteren, maar ook om hoe relevant deze technologie op dit moment voor hen is. Openstaan voor een toepassing betekent immers niet dat die nu al aansluit bij de eigen behoefte.

Relevantie technologie op dit moment



Technologie is voor de meeste ouderen nog niet direct relevant
Bijna zes op de tien ouderen vinden technologie om langer zelfstandig thuis te blijven wonen op dit moment helemaal niet relevant voor zichzelf (58%). Ruim een derde vindt deze technologie een beetje tot heel relevant (34%); 8% weet het niet.

Relevantie neemt toe als ondersteuning dichterbij komt
Onder ouderen die al hulp of zorg ontvangen, vindt de helft deze technologie een beetje tot heel relevant (50%), tegenover 30% van de ouderen zonder ondersteuning. Ook naar leeftijd is er een logisch verschil: onder 80-plussers gaat het om 43%, tegenover 28% van de 65- tot 69-jarigen.

Q20: Hoe relevant is technologie die kan helpen om langer zelfstandig thuis te blijven wonen op dit moment voor uzelf? (n=7.705)

Openstaan voor slimme technologie

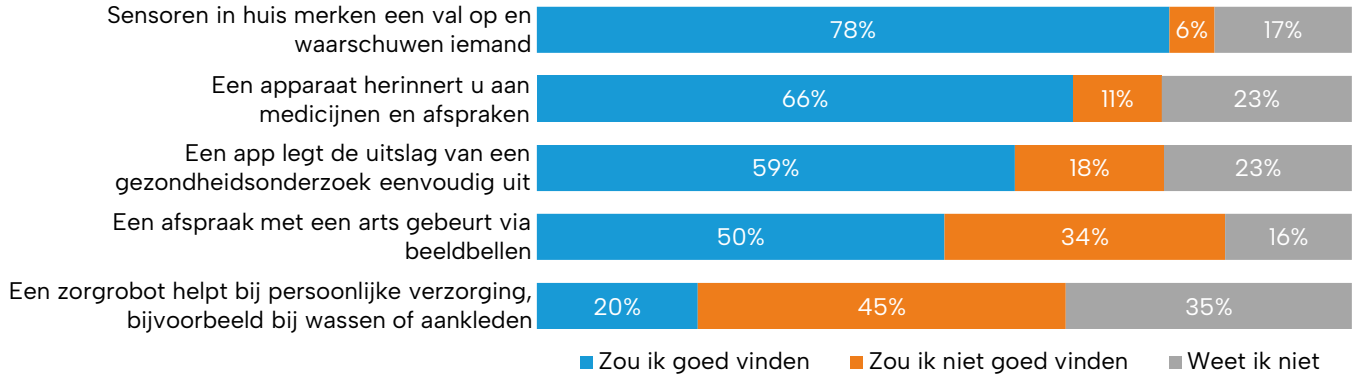

Valdetectie


Medicijnen en afspraken


Uitleg gezondheidsuitslag


Beeldbellen met arts


Zorgrobot bij verzorging



Veel draagvlak voor valsensoren, meer terughoudendheid bij zorgrobots
De meeste ouderen zouden het goed vinden als sensoren in hun huis een val opmerken en iemand waarschuwen (78%). Ook medicijn- en afspraakherinneringen (66%) en een app die onderzoekuitslagen eenvoudig uitlegt (59%) kunnen op veel draagvlak rekenen. De helft zou het goed vinden als een afspraak met een arts via beeldbellen plaatsvindt (50%). Bij een zorgrobot die helpt bij persoonlijke verzorging zijn ouderen terughoudender: 20% zou dit goed vinden, 45% niet en 35% weet het niet.

Jongere en digitaal vaardige ouderen staan vaker open voor de toepassingen
Bij alle vijf toepassingen is het draagvlak groter onder jongere ouderen en ouderen die makkelijk met nieuwe apparaten en apps omgaan. Het verschil naar digitale vaardigheid is het grootst bij beeldbellen met een arts: 63% zou dit goed vinden, tegenover 31% van degenen die moeite hebben met nieuwe apparaten en apps. Het draagvlak voor valsensoren is in alle groepen groot.

Q11: In de toekomst kunnen apparaten vaker worden gebruikt om mensen te helpen langer zelfstandig thuis te wonen. Zou u het goed vinden als dit bij u thuis of in uw situatie wordt gebruikt? (n=7.705)



Technologie in huis

November 2026

Continue gezondheidsmonitoring thuis

Concept uitleg: Wat is continue gezondheidsmonitoring thuis?



Bij gezondheidsmonitoring thuis **verzamelen sensoren in huis en een slim horloge informatie over de gezondheid en dagelijkse activiteiten** van de bewoner. Denk bijvoorbeeld aan beweging, slaap, hartslag, een val of veranderingen in het dagritme.

Als er iets **opvallends** is, krijgt de bewoner zelf **een melding**. Als de bewoner dat wil, kan de **informatie ook worden gedeeld** met een familielid, mantelzorger of zorgverlener.

Het doel is om **gezondheidsproblemen of onveilige situaties eerder op te merken**. Zo kan gezondheidsmonitoring thuis helpen om langer zelfstandig thuis te blijven wonen.

Het concept gezondheidsmonitoring thuis is aan 65-plussers voorgelegd om te verkennen hoe zij aankijken tegen deze vorm van ondersteuning. Het vroegtijdig signaleren van gezondheidsproblemen of onveilige situaties kan voordelen bieden en een geruststellend gevoel geven. Tegelijkertijd raakt het continue verzamelen en delen van informatie over gezondheid en dagelijkse gewoonten aan de persoonlijke levenssfeer. De reacties laten zien hoe ouderen deze mogelijke voordelen en privacy afwegingen beoordelen en wat zij nodig hebben om dit met een gerust gevoel te gebruiken.

Acceptatie gezondheidsmonitoring thuis



Ruim de helft staat open voor gezondheidsmonitoring thuis
Ruim de helft van de ouderen zou continue gezondheidsmonitoring thuis waarschijnlijk of zeker willen gebruiken (54%). Dat is minder dan het draagvlak voor een valsensor (78%). Continue gezondheidsmonitoring thuis is dan ook een breder en intensiever concept: daarbij worden doorlopend meerdere gezondheidsgegevens gevolgd, terwijl een valsensor alleen in een specifieke noodsituatie ingrijpt. Een derde twijfelt nog over het gebruik van gezondheidsmonitoring (33%). En bij 11% is er (waarschijnlijk) geen bereid. Ook geeft 2% aan dit al te gebruiken.

Digitaal gemak hangt sterk samen met bereidheid
Van de ouderen die makkelijk met nieuwe apparaten of apps omgaan, wil 62% gezondheidsmonitoring waarschijnlijk of zeker gebruiken. Onder ouderen die daar moeite mee hebben is dat 43%. Ook neemt de bereidheid af met de leeftijd: van 57% onder 65- tot 69-jarigen tot 48% onder 80-plussers.

Q12: Stel dat gezondheidsmonitoring thuis u kan helpen om langer zelfstandig thuis te blijven wonen. Zou u dit willen gebruiken? (n=7.705)

Redenen om geen continue gezondheidsmonitoring thuis te willen

Een indruk van de antwoorden

Privacy en gegevensveiligheid
"Grote privacy inbreuk, onnodige afhankelijkheid van technologie, schijnveiligheid die eenzaamheid bevordert."
"Big brother is watching you."

Behoefte aan menselijk contact
"Als ik iemand nodig heb, is die iemand een mens."
"Als ik zover ben, zit ik eenzaam thuis. Dan hoeft het voor mij allemaal niet meer."

Verlies van autonomie en vrijheid
"Ik heb het gevoel dat ik dan inlever op mijn vrijheid."
"Ik wil mijn zelfstandigheid niet uit handen geven."

Onrust en overmatige focus op gezondheid
"Ik denk dat ik er stress van krijg."
"Doorlopende informatie wekt onrust."

Twijfel aan werking en gebruiksgemak
"Te lastig en te ingewikkeld."
"De metingen van zo'n ding zijn niet nauwkeurig."

Geen behoefte of liever een andere oplossing
"Mijn verzorgers en familie monitoren genoeg."
"Voorlopig heb ik dat niet nodig."
"Tegen die tijd ga ik verhuizen."

Q13: U geeft aan dat u gezondheidsmonitoring thuis (waarschijnlijk) niet zou willen gebruiken. Wat is daarvoor de belangrijkste reden? (respondenten die monitoring (waarschijnlijk) niet willen gebruiken: n= 892)



Technologie in huis

November 2026

Continue gezondheidsmonitoring thuis – vervolg

Positieve aspecten aan gezondheidsmonitoring thuis

Een indruk van de antwoorden

Veiligheid en snelle hulp

Een val of noodsituatie signaleren, anderen waarschuwen en sneller hulp ontvangen.

"Dat er tijdig gemeld wordt bij een calamiteit."
"Voelt veilig, denk ik."

Geruststelling en zekerheid

Een veiliger en rustiger gevoel voor de bewoner, partner, kinderen of familie.

"Het haalt ongerustheid weg bij mijn kinderen."
"Gevoel dat ik er niet alleen voor sta."

Langer zelfstandig thuis wonen

Dankzij monitoring langer in de eigen woning en vertrouwde omgeving kunnen blijven.

"Hoe langer zelfstandig thuis, hoe beter."
"Ik prefereer zelfstandigheid boven afhankelijkheid."

Ontlasting van zorg en naasten

Informatie delen met zorgverleners of familie, minder fysieke controles en efficiëntere inzet van zorg.

"Dit is een soort mantelzorg op afstand."
"Kan hulp bieden zonder dat je naar een arts moet."

Inzicht en regie over de eigen gezondheid

Zelf gezondheidswaarden, leefstijl en veranderingen kunnen volgen.

"Dat je zelf er de controle over kan hebben."
"Zelf de vinger aan de pols houden."

Vroege signalering en preventie

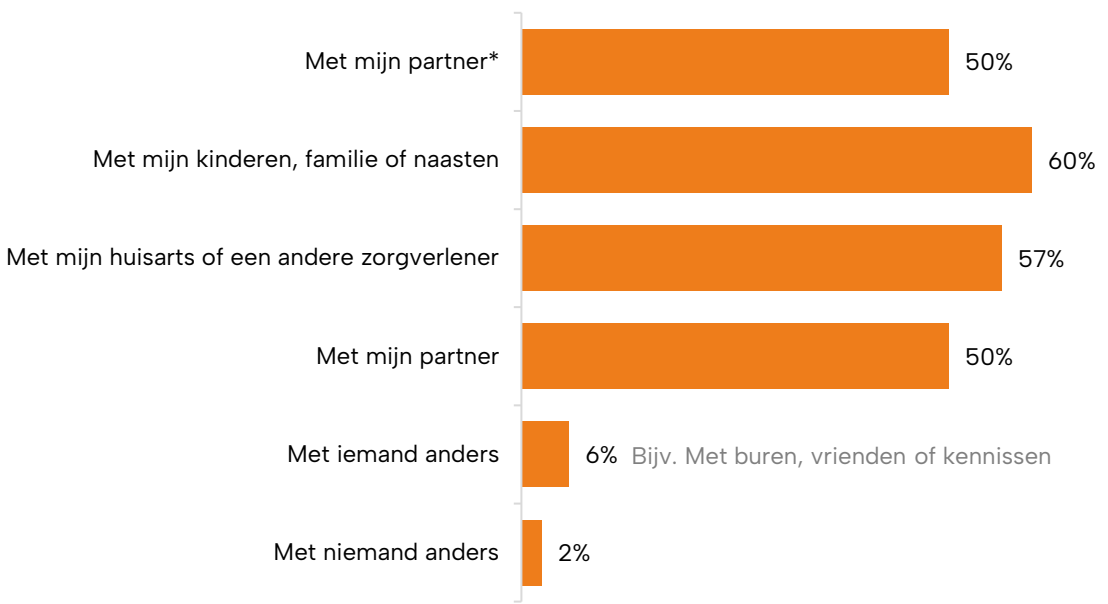
Gezondheidsproblemen, afwijkingen of achteruitgang eerder herkennen en erger voorkomen.

"Eerder gezondheidsklachten opmerken."
"Opmerken van afwijkingen ten opzichte van gebruikelijke patronen."

"Het zou mijn discipline om gezond te leven bevorderen."

Q14: Wat vindt u het meest positief aan gezondheidsmonitoring thuis? (Niet onwelwillende t.o.v. monitoring: n= 6.813)

Gezondheidsgegevens delen



Gezondheidsgegevens worden vooral gedeeld met vertrouwde personen en zorgverleners
Ouderen die openstaan voor continue gezondheidsmonitoring thuis willen gegevens vooral delen met kinderen, familie of andere naasten (60%) en met een huisarts of andere zorgverlener (57%). De helft noemt de partner (50%), maar dit aandeel hangt vanzelfsprekend samen met de woonsituatie. Van de ouderen die met een partner wonen, wil bijna drie kwart de gegevens met de partner delen (74%). Alleenwonenden noemen vooral familie of naasten (62%) en zorgverleners (57%). Slechts een klein deel wil de gegevens met niemand delen (2%).

Q15: Als u gezondheidsmonitoring thuis zou gebruiken, met wie zou u de informatie dan willen delen? (Niet onwelwillende t.o.v. monitoring: n= 6.813)



Technologie in huis

November 2026

Continue gezondheidsmonitoring thuis – vervolg

Voorwaarden gebruik gezondheidsmonitoring thuis

Een indruk van de antwoorden

Privacy en gegevensveiligheid

Bescherming tegen hackers, misbruik en commercieel gebruik.

"In ieder geval het gevoel dat mijn gegevens niet op straat komen te liggen."
"Een goede bescherming tegen hackers."

Zeggenschap over gegevens

Zelf bepalen wat wordt gemeten en wie informatie ontvangt.

"Dat je zelf kan bepalen met wie de gegevens worden gedeeld."
"De zekerheid dat ik controle behoud over de uitslagen."

Betrouwbaarheid en nauwkeurigheid

Correcte metingen, weinig valse meldingen en een storingsvrij product.

"Goed getest en betrouwbaar systeem."
"Als deze geen valse meldingen geeft."

Opvolging en menselijke achterwacht

Zekerheid dat een melding iemand bereikt en daadwerkelijk tot actie leidt.

"Dat die persoon, de zorgverlener, bereikbaar is en iets met de melding doet."
"Er moet altijd een mens als back up zijn!"

Informatie en persoonlijke uitleg

Voorlichting, instructies en uitleg over werking en mogelijkheden.

"Duidelijke handleiding en voorlichting."
"Goede informatie over het gebruik van apparatuur."

Gebruiksgemak en ondersteuning

Eenvoudige bediening, installatiehulp, helpdesk en hulp bij storingen.

"Begeleiding in gebruik. En 24 hulp om een vraag beantwoord te krijgen."
"Makkelijke, logische bediening."

Uitproberen en persoonlijke passendheid

Een proefperiode en afstemming op gezondheid, woning en persoonlijke behoeften.

"Eerst een proefperiode aangaan."
""Eerst weten, zien, ervaren op een rustige manier hoe dat zou werken."

Onafhankelijke bevestiging en ervaringen

Deskundig advies en positieve ervaringen van andere gebruikers.

"Meer ervaringen van anderen die het al gebruiken."
"Een advies van de huisarts."

Betaalbaarheid

Aanschafprijs, abonnementskosten en vergoeding door verzekering of basiszorg.

"Het mag niet teveel kosten."
"Weinig kosten. Uit basiszorg."

Praktische en technische benodigdheden

Sensoren, horloge, telefoon, internet, wifi, onderhoud en draagbaarheid.

"De juiste apparatuur en een stabiele internetverbinding"
"Misschien een pols horloge of ander apparaat wat je gemakkelijk kan dragen."

Noodzaak en juiste moment

Het product pas gebruiken wanneer de gezondheid of thuissituatie daar aanleiding toe geeft.

"De diagnose van de huisarts 'dat ik eraan toe ben'."
"Als ik alleen kom te staan."

Overige voorwaarden

"Een veilig gevoel."
"Weten dat het een verbetering in levenskwaliteit is."

De reacties laten zien dat ouderen bij continue gezondheidsmonitoring thuis ook kijken naar wat er met hun gegevens en meldingen gebeurt. Zij willen weten wie hun informatie kan inzien en zelf bepalen met wie zij die delen. Dat maakt privacy een concrete gebruiksvoorwaarde: gegevens moeten beschermd zijn en de gebruiker moet zeggenschap houden.

Voor meldingen geldt iets vergelijkbaars. Een eenvoudig systeem moet een probleem foutloos signaleren, maar ouderen willen ook weten of iemand vervolgens bereikbaar is en daadwerkelijk hulp biedt. Voor ontwikkelaars betekent dit dat de beoordeling van gezondheidsmonitoring verder gaat dan de werking van sensoren of een horloge. Ook afspraken over gegevensgebruik, bereikbaarheid en opvolging tellen mee. De reacties suggereren dat die duidelijkheid nodig is om de beloofde geruststelling voor ouderen aannemelijk te maken.

Q16: Wat heeft u nodig om gezondheidsmonitoring met een gerust gevoel te gebruiken? (Niet onwelwillende t.o.v. monitoring: n= 6.813)



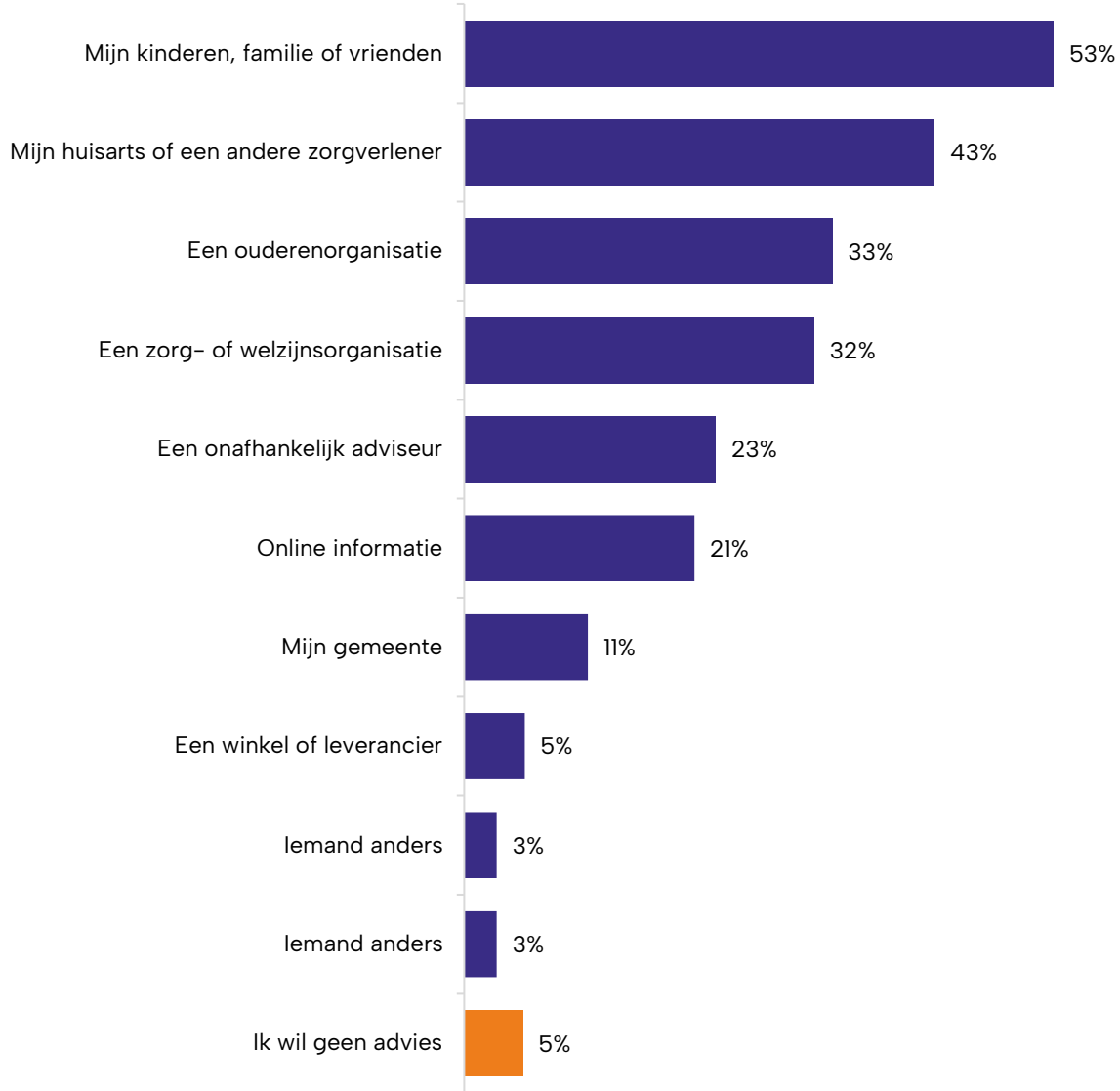
Technologie in huis

November 2026

Technologieadviseur om langer zelfstandig te blijven wonen

Bij de keuze voor technologie om langer zelfstandig thuis te blijven wonen, kan advies helpen om te bepalen wat echt bij de eigen situatie past. Mogelijke bronnen zijn naasten, zorgverleners, organisaties en leveranciers, maar ook online informatie. De voorkeur voor een adviesbron geeft inzicht in waar ouderen ondersteuning zouden zoeken, terwijl er ook ruimte is voor ouderen die geen advies willen.

Wie als technologie adviseur



Ouderen vragen het liefst advies aan naasten en zorgverleners
Kinderen, familie of vrienden worden het vaakst genoemd als gewenste bron van advies over technologie om langer zelfstandig thuis te blijven wonen (53%). Daarna volgen de huisarts of een andere zorgverlener (43%), een ouderenorganisatie (33%) en een zorg- of welzijnsorganisatie (32%). Slechts 5% wil geen advies.

Voorkeur voor advies verschilt met leeftijd en digitaal gemak
Onder 80-plussers zou 60% het liefst advies vragen aan kinderen, familie of vrienden, tegenover 48% van de 65- tot 69-jarigen. Online informatie noemen 80-plussers juist minder vaak (12% tegenover 31% bij 65-69 jarigen). Ook naar digitale vaardigheid is er verschil: van de ouderen die makkelijk omgaan met nieuwe apparaten en apps zou 29% online informatie raadplegen, tegenover 10% van degenen die daar moeite mee hebben.

Q17: Aan wie zou u het liefst advies willen vragen over technologie die helpt om langer zelfstandig thuis te blijven wonen? Meer antwoorden mogelijk. (n=7.705)



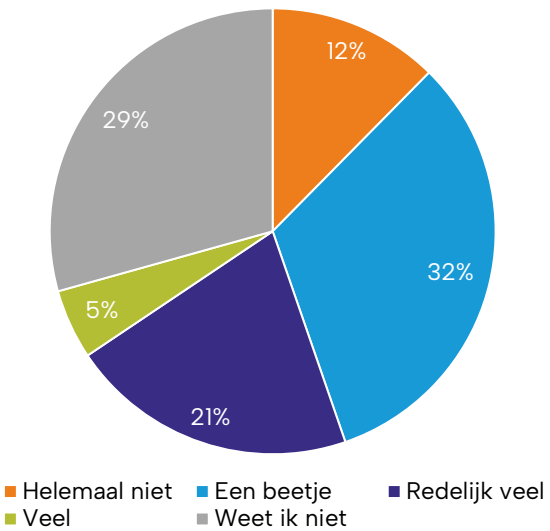
Technologie in huis

November 2026

Aansluiting van technologie bij de behoeften van ouderen

Bij nieuwe technologie is van belang hoe goed deze aansluit bij de behoeften van ouderen. Daarbij gaat het om de mate waarin zij zich door technologiemakers gezien voelen en waar zij ruimte voor verbetering zien. Hun ervaringen en suggesties geven inzicht in wat volgens ouderen meer aandacht verdient bij de ontwikkeling van nieuwe technologie.

Aandacht voor behoeften van ouderen bij makers van technologie



Veel ouderen ervaren weinig aandacht voor hun behoeften
Ruim vier op de tien ouderen hebben het gevoel dat technologiemakers helemaal niet of slechts een beetje rekening houden met wat mensen van hun leeftijd nodig hebben (45%). Een kwart vindt dat zij hier redelijk veel of veel rekening mee houden (26%). Bijna drie op de tien kan dit niet beoordelen (29%).

Digitaal vaardige positiever over technologiemakers
Van de ouderen die moeite hebben met nieuwe apparaten en apps vindt 24% dat technologiemakers helemaal geen rekening houden met de behoeften van hun leeftijdsgroep. Onder ouderen die daar makkelijk mee omgaan, is dat slechts 8%. Omgekeerd vindt 17% van de ouderen die moeite hebben met technologie dat makers redelijk veel of veel rekening houden met hun behoeften, tegenover 34% van de digitaal vaardige ouderen.

Q18: In hoeverre heeft u het gevoel dat makers van nieuwe technologie rekening houden met wat mensen van uw leeftijd nodig hebben? (n=7.705)

Tips voor makers van nieuwe technologie

Een indruk van de antwoorden

Ouderen betrekken

Met ouderen praten, verschillen erkennen en hen laten meedenken en testen.

"Samenwerken met mensen van mijn leeftijd, niet 'denken voor'."
"Voeling houden met ouderen; 80+ is anders dan 50+."

Betaalbaar en behoefte gedreven ontwikkelen

Betaalbare oplossingen maken vanuit echte behoeften, niet vanuit winst of technische mogelijkheden.

""Meer kijken of iets echt nodig en wenselijk is dan naar het verdienmodel te kijken."
"Zorgen dat het betaalbaar blijft?"

Eenvoudig en toegankelijk ontwerp

Logische bediening, weinig stappen, grote letters en rekening houden met fysieke of cognitieve beperkingen.

"Gebruiksvriendelijkheid en zo min mogelijk handelingen."
"Apparaten minder ingewikkeld maken, zodat 'digibeet' mensen er ook mee overweg kunnen."

Menselijk contact behouden

Technologie inzetten als aanvulling op persoonlijke zorg en ondersteuning, niet als vervanging.

"Mensen zijn niet te vervangen door techniek!"
"De technologie aanvulling laten zijn op menselijk contact."

Duidelijke uitleg en ondersteuning

Begrijpelijke taal, goede handleidingen, persoonlijke installatiehulp en een bereikbaar aanspreekpunt.

"Goede handleidingen schrijven en die op papier bij het apparaat toevoegen."
"Een Nederlandstalige handleiding plus helpdesk met iemand met verstand van zaken."

Veiligheid, privacy en betrouwbaarheid

Gegevens beschermen en zorgen dat producten veilig, stabiel en aantoonbaar goed werken.

"Veiligheid en privacy goed borgen."
"Uittesten gedurende een lange periode"

Q19: Wat zouden makers van technologie volgens u kunnen doen om beter aan te sluiten bij wat mensen van uw leeftijd nodig hebben? (respondenten die aangeven dat productontwikkeling niet veel wordt afgestemd op mensen van hun leeftijd: n= 5.005)



Technologie in huis

November 2026

Onderzoeksverantwoording

De peiling over *Technologie in huis* vond plaats van **16 t/m 27 september 2026**. Leden van het Nationaal Seniorenpanel en ANBO-PCOB werden per e-mail uitgenodigd om deel te nemen.

- In totaal zijn 9.231 mensen gestart met de vragenlijst, waarvan 86% (7.834 respondenten) de vragenlijst volledig heeft afgerond.
    - Voor de analyse zijn **7.705** 65-plussers meegenomen; die zelfstandig wonen met complete achtergrondinformatie meegenomen.
    - De gemiddelde leeftijd van deze groep is 77 jaar.

Om een zo representatief mogelijk beeld te schetsen van 65-plussers in Nederland, zijn de onderzoeksresultaten gewogen. Dat betekent dat de antwoorden zijn gecorrigeerd voor groepen die in de steekproef meer of juist minder aanwezig waren. Bij de weging is rekening gehouden met leeftijd, geslacht, opleidingsniveau, regio, stedelijkheidsgraad en huishoudsamenstelling, zodat de uitkomsten aansluiten bij de werkelijke samenstelling van de oudere bevolking in Nederland.

Nationaal Seniorenpanel

Er zijn momenteel meer dan 6.000 senioren die zich via de website www.nationaalseniorenpanel.nl hebben aangemeld als panellid. Zij willen de stem van de ouderen in Nederland hoorbaar maken. Dit doen zij door op regelmatige basis deel te nemen aan onderzoeken over verschillende thema's zoals wonen, welzijn, koopkracht, veiligheid en digitalisering. Dit helpt ANBO-PCOB om de belangen van ouderen te behartigen en een gezicht te geven richting beleidsmakers.

ANBO-PCOB

Als ANBO-PCOB streven we naar een samenleving waarin iedereen tot op hoge leeftijd mee kan blijven doen. Ouderen hebben vanuit hun levenservaring wijsheid ontwikkeld en dat is waardevol. Vanuit de vereniging helpen en ondersteunen we ouderen om krachtig ouder te worden. We doen dit vanuit een levensbeschouwelijk perspectief en vanuit de onderliggende waarden die we als twee gefuseerde verenigingen ingebracht hebben. We kijken naar elkaar om, stimuleren ontmoetingen fysiek en digitaal en zorgen er zo voor dat mensen zich betrokken blijven voelen.

Abbi

Abbi is een onafhankelijk innovatief onderzoeksbureau dat onderzoek en digitale communicatie écht persoonlijk maakt. Zij helpen organisaties zoals ANBO-PCOB door slimme activerende (chat)surveys op het juiste moment, met de juiste inhoud, via het juiste kanaal in te zetten. Zo kunnen senioren op een laagdrempelige manier deelnemen aan digitale onderzoeken. Naast het leveren van onderzoekdiensten verzorgt Abbi het panelmanagement van het Nationaal Seniorenpanel en zorgen we ervoor dat de website, waarop senioren zich kunnen registreren en uitschrijven voor het panel, up-to-date is.

www.abbi-insights.com
Tel: +31 (0) 76 2013100
info@abbi-insights.com