



SIRE: 7 op de 10 ouderen ervaart weinig waardering voor ouderen in Nederlandse samenleving

Nieuwe landelijke campagne gestart: 'Je bent nooit te oud om te leven'



Amsterdam, 1 juli 2025 - Vooroordelen over ouder worden hebben grote negatieve gevolgen. Ouderen die hiermee geconfronteerd worden, kunnen zich namelijk naar deze vooroordelen gaan gedragen. Iets dat kan leiden tot een slechtere fysieke en mentale gezondheid en zelfs een korter leven. Seniorisme¹, discriminatie op basis van leeftijd, is een groeiend maatschappelijk probleem in onze vergrijzende samenleving. Maar liefst 7 op de 10 vijftigplussers in Nederland vindt dat er ook onvoldoende waardering is voor ouderen in de samenleving. Dit laat onderzoek² in opdracht van Stichting Ideële Reclame (SIRE) zien. Met haar nieuwe campagne 'Je bent nooit te oud om te leven' wil SIRE het patroon doorbreken door inspirerende ouderen te laten zien die midden in het leven staan en daarmee vooroordelen ontkrachten. Het is een spiegel voor ons allemaal en tegelijkertijd een aanmoediging jezelf te blijven uitdagen - ongeacht je leeftijd.

Seniorisme

Van jongs af aan worden we blootgesteld aan vooroordelen over veroudering, het zogenaamde seniorisme. Zo zouden alle ouderen saai, traag en slechthorend zijn en de samenleving vooral tot last zijn. Prof. Dr. Richard Ridderinkhof, hoogleraar Universiteit van Amsterdam: "Het idee dat alle ouderen kwetsbaar zijn, is een misvatting met verstreckende gevolgen. Als je vaak hoort dat je 'op' bent, ga je je ernaar gedragen. Dit heeft een groot negatief effect op de fysieke en mentale gezondheid. Mensen met een negatieve kijk op hun eigen ouder worden leven zelfs gemiddeld 7,5 jaar korter. Deze SIRE campagne is daarom essentieel om heel Nederland bewust te maken van de schadelijke impact van seniorisme."

Uit het onderzoek van SIRE, uitgevoerd door DVJ Insights, blijkt dat maar liefst 70% van de ondervraagde vijftigplussers negatieve vooroordelen ervaart. Bijna de helft van deze groep (45%) zegt zich zelfs uitgesloten te voelen hierdoor, waarvan 12% regelmatig tot heel vaak.

De Top 5 ervaren vooroordelen:

1. Staan niet open voor nieuwe dingen	28%
2. Zijn eenzaam	25%
3. Kunnen minder dingen nog zelf	24%
4. Zijn kwetsbaar, saai en langzaam	20%
5. Hebben vaker hulp nodig / minachtend over bijdrage samenleving	18%

Moeite doen loont

De komende 15 jaar vergrijst de samenleving in hoog tempo.³⁾ Veel ouderen stoppen met werken en de vraag naar zorg gaat sterk toenemen. Daar moeten we ons als maatschappij op voorbereiden: iedereen kan nu al aan de slag om gezond en prettig oud te worden, zodat ze daar op latere leeftijd de vruchten van plukken. Neuropsycholoog Prof. Dr. Erik Scherder: "Je bepaalt zelf op welke manier je oud wordt. Als je jezelf fysiek en mentaal uitdaagt, als je moeite blijft doen, investeer je in vitaliteit en blijft het leven leuk en zinvol. Dus ga nieuwe dingen doen die moeite kosten. Het liefst elke dag. Zo behoud je je vaardigheden."⁴⁾

Overigens blijkt er een opvallend verschil tussen wat respondenten boven de vijftig jaar uit het onderzoek denken over ouder worden en wat ze daadwerkelijk doen. Hoewel 93% gelooft dat ze zelf invloed hebben op hoe ze ouder worden, blijkt dat 23% niet graag nieuwe dingen onderneemt en 29% zelden of nooit dingen doet die fysiek uitdagend zijn.

Nieuwe SIRE campagne 'Je bent nooit te oud om te leven'

SIRE directeur Lucy van der Helm: "SIRE beoogt met deze campagne Nederland wakker te schudden en aan te zetten tot nadenken. Ons doel is de beeldvorming over ouder worden en ouder zijn te kantelen door positieve voorbeelden te laten zien. Daarmee hopen we ook iedereen te inspireren om zichzelf te blijven uitdagen door nieuwe dingen te ondernemen, ongeacht hun leeftijd."

De nieuwe SIRE campagne 'Je bent nooit te oud om te leven' is vanaf vandaag overal te zien: op TV, radio, bioscoop, buitenreclame, online, sociale media, in dagbladen en tijdschriften en op SIRE.nl.

Betrokken organisaties

Gerenommeerde stakeholders steunen de SIRE-campagne vanuit hun betrokkenheid en expertise. Dankzij hun directe verbinding met de achterban dragen zij bij aan het bereik en de impact van de campagne:

- ANBO-PCOB
- Nationale vereniging De Zonnebloem
- SeniorWeb
- Stichting Oud Geleerd Jong Gedaan
- Alzheimer Nederland
- Nationaal Ouderenfonds

---- NOOT VOOR REDACTIE ----

Voor vragen over de campagne en/of interviewverzoeken aan SIRE of een van de experts, neem contact op met: Monique van den Berg // pr@sire.nl // +31 6 15 90 73 54.

- [Bekijk hier de campagnevideo op Youtube](#) (los bestand beschikbaar op aanvraag)
- [Download hier de campagnefotografie](#)
- [Download hier de social video's](#)
- [Download hier de infographic met feiten, cijfers en quotes](#)

Bronnen

¹⁾ [Seniorisme.nl](https://www.seniorisme.nl), Prof. Dr. Richard Ridderinkhof, Hoogleraar en Dr. Lotte Brinkhof, Universiteit van Amsterdam, 2022

²⁾ Onderzoek door onderzoeksbureau DVJ Insights, in opdracht van SIRE. Steekproefgrootte N = 1.095. Het online veldwerk vond plaats tussen 10-03-2025 en 14-03-2025 onder DVJ Insights panelleden, Nederlands publiek M/V 18+. De steekproeven zijn gewogen volgens de Gouden Standaard op geslacht en leeftijd.

³⁾ CBS Statline, Bevolking; geslacht, leeftijd en burgerlijke staat, 7 juni 2024 en CBS Statline, Prognose bevolking; geslacht, leeftijd, herkomstland, 2024-2070, 15 december 2023

⁴⁾ Publicatie Oud worden Jong blijven, Prof. Dr. Erik Scherder, 27 oktober 2022

Over SIRE

‘Je bent nooit te oud om te leven’ is een initiatief van Stichting Ideële Reclame, een onafhankelijke stichting die sinds 1967 campagnes maakt voor belangrijke maatschappelijke onderwerpen. Vanuit de gedachte ‘*De maatschappij. Dat ben jij.*’ wil SIRE met haar campagnes mensen wakker schudden, aan het denken zetten en in beweging krijgen. Om zo de maatschappij een beetje mooier te maken. Alle SIRE campagnes komen tot stand middels de belangeloze medewerking van de communicatiebranche.