

Werken aan een uitnodigende leefomgeving voor ouderen

Een handreiking voor Welzijn Ouderen

Auteurs

K. Penninx (Movisie)

T. Royers (Vilans)

Inleiding

Naarmate de leeftijd vordert, brengen ouderen meer tijd door in huis en in de directe leefomgeving. Ze hebben dus baat bij een geschikte woning en een geschikte leefomgeving. De afgelopen jaren is veel energie gestoken in het aanpassen van de woningvoorraad voor ouderen. Vooral het levensloopbestendig maken van woningen staat in veel gemeenten hoog op de prioriteitenlijst. Daarnaast zijn veel buurten, vooral in de grote steden, toe aan renovatie en herstructurering. Ook is veel aandacht uitgegaan naar de ontwikkeling van woonzorgzones en servicewijken. Het besef groeit, dat voor ouderen niet alleen de kwaliteit van de woning, maar vooral ook de kwaliteit van de woonomgeving van groot belang is.

Dit geldt zowel voor de fysieke kant, denk aan de aanwezigheid van veilige looproutes en rustplaatsen, als voor de sociale aspecten. Voelen ouderen zich veilig in hun buurt? Zijn er mensen op wie zij kunnen terugvallen als zij hulp nodig hebben? Nodigen instanties hen uit om hun zegje te doen over buurtzaken en kunnen zij voldoende meedoen als actieve buurtbewoners? Zowel de woning als de woonomgeving moet de gewenste kwaliteit voor ouderen hebben. Immers, als ouderen een geschikte woning hebben in een ongeschikte buurt, dan leven ze in een 'gouden kooi'. Het gevaar van sociaal isolement ligt dan levensgroot op de loer.

De komst van de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) heeft de urgentie van dit vraagstuk nog verder doen toenemen. In het kader van de Wmo zoeken gemeenten naar manieren om burgers zo veel mogelijk bij hun directe woonomgeving én bij elkaar te betrekken. Juist op het niveau van de buurt zijn burenhulp, mantelzorg en vrijwilligerswerk elementaire functies, die ouderen in staat stellen zo lang mogelijk zelfstandig te blijven wonen. Liefst op een zodanige wijze dat zij niet alleen zichzelf kunnen redden en hulp van anderen krijgen, maar ook zodanig dat ouderen zelf een positieve bijdrage aan hun woonomgeving kunnen leveren. De schat aan kennis en levenservaring die ouderen in de loop van hun leven vergaard hebben zou uitgerekend in hun eigen woonomgeving een onmetelijke meerwaarde kunnen hebben. Alleen al het feit dat ouderen relatief veel tijd doorbrengen in hun directe woonomgeving, maakt dat zij daar een belangrijke sociale functie kunnen vervullen.

Daar staat tegenover dat het beeld van ouderen lang niet altijd positief is. De samenleving verwacht niet veel van ouderen, hooguit dat zij willen genieten van hun "werverdiende rust." Dat mag zo zijn, veel ouderen willen daarnaast graag genieten van erbij horen, meedoen, je inzetten voor een ander. Ontmoeten, veel beleven, zinvol leven, regie houden en tot jezelf komen zijn belangrijke kernwaarden van ouderen. Een leefomgeving die uitnodigt om deze kernwaarden te realiseren heeft een belangrijke meerwaarde voor ouderen. In een vergrijzende samenleving is werken aan een uitnodigende leefomgeving voor ouderen dan ook een interessante opgave.

Een dergelijke leefomgeving heeft twee componenten. Aan de ene kant is er een fysiekruimtelijke component en aan de andere kant is er een sociale component. Alleen al dit gegeven maakt duidelijk, dat werken aan een uitnodigende

leefomgeving een kwestie van samenwerken is. Gemeenten, woningcorporaties, buurtverenigingen, ouderenorganisaties en niet in de laatste plaats Welzijn Ouderen: allen kunnen een nuttige bijdrage leveren aan het realiseren van een dergelijke uitnodigende leefomgeving die ouderen in staat stelt zo lang mogelijk mee te doen en erbij te horen.

Deze handreiking is gericht op de bijdrage die Welzijn Ouderen binnen dit grotere geheel kan leveren. De handreiking is gebaseerd op een literatuurverkenning, interviews en bijeenkomsten met professionals. We beginnen in het eerste hoofdstuk met een eerste verkenning van het begrip uitnodigende leefomgeving. We staan uitvoerig stil bij wat ouderen daar zelf onder verstaan. De twee daaropvolgende hoofdstukken focussen achtereenvolgens op de fysieke en de sociale aspecten van een uitnodigende leefomgeving. Daarbij behandelen we op verschillende plaatsen succesvolle praktijkvoorbeelden voor (en veelal ook door) Welzijn Ouderen. We vatten een en ander samen in enkele overzichtelijke checklists die Welzijn Ouderen kan gebruiken bij het ontwikkelen van normen en bij het daadwerkelijk helpen realiseren van uitnodigende woonmilieus voor ouderen.

Wij hopen dat de handreiking u inspireert en uw slagvaardigheid vergroot bij het aangaan van deze boeiende uitdaging.

1 Wat is een uitnodigende leefomgeving voor ouderen?

De kwaliteit en de geschiktheid van de woning zijn voor ouder wordende burgers van groot belang om plezierig te kunnen wonen. Daarnaast vinden ouderen een geschikte leefomgeving ook heel belangrijk. Ouderen willen een kwalitatief goede en geschikte woning in een geschikte woonomgeving. Het één kan niet zonder het ander: de woning en de omgeving moeten beide passend zijn. Tot deze slotsom komen we na een literatuurverkenning van de vraag wat ouderen belangrijk vinden als het gaat om een fysiek en sociaal uitnodigende woon- en leefomgeving.

Neem bijvoorbeeld mevrouw Jansen. Wat zou voor haar een uitnodigende leefomgeving kunnen zijn?

Mevrouw Jansen (83) woont in het westelijke gedeelte van een middelgrote gemeente in het oosten van het land. Ze is licht dement en heeft artrose. Haar dochter woont in Brabant (één uur met de auto, twee uur met het OV) en komt een maal per week op bezoek voor de gezelligheid, om haar moeder mee te gaan naar artsenbezoek en om de administratie op orde te houden. Ze heeft een buurvrouw (79), waar ze goed mee op kan schieten. Ze wonen 26 jaar naast elkaar. Oorspronkelijk komt mevrouw Jansen uit Den Haag, maar na de vervroegde pensionering van haar man is ze hier 26 jaar geleden komen wonen. Aan de andere kant van haar woont een jong gezin met drie kleine kinderen dat zich anderhalf jaar geleden hier gevestigd heeft en waarvan beide ouders werken. De thuiszorghulp van mevrouw Jansen is Surinaams. Tweemaal per week bezoekt mevrouw Jansen de dagopvang die ligt in het oostelijk deel van de stad. Met een busje wordt ze gehaald en gebracht. Sinds kort is de kerk gesloten. Ze bezoekt nu geen diensten meer; iets wat ze de afgelopen 26 jaar elke week deed.

Waar wonen ouderen?

Van alle leeftijdsgroepen verblijven ouderen het meest in hun directe leefomgeving. Voor hen is de kwaliteit dus van groot belang. De belangrijkste woonmilieus voor ouderen zijn de centrale gebieden in de dorpen en kleinere gemeenten en de buitenwijken van de grotere steden. Een derde van de Nederlandse ouderen woont in een kleinere gemeente en iets meer dan een derde woont in een stedelijke omgeving, maar dan wel buiten het stadscentrum. Tabel 1 brengt de woonmilieus van ouderen in kaart.

Tabel 1: woonmilieu van ouderen in procenten (bron: WBO 2002)

	65-74 jaar	75-plus
Centrum stedelijk	8	9
Buiten-centrum	34	39
Groen-stedelijk	13	13
Centrum-dorps	35	31
Landelijk wonen	10	9
Totaal	100	100

Ouderen wonen dus veelal in de relatief groene, wat rustiger woonmilieus. Dit neemt niet weg dat veel ouderen kritisch zijn over hun woonomgeving. Zo heeft een kwart last van het verkeer en klaagt een derde over het feit dat mensen elkaar in de buurt nauwelijks kennen. Het verbeteren van de verkeersveiligheid - ook voor mensen met een beperking - en het doorbreken van anonimiteit in woonwijken zijn dan ook enkele belangrijke opgaven bij het werken aan een uitnodigende leefomgeving. Zulke maatregelen komen overigens niet alleen ten goede aan ouderen; ze zijn goed voor alle buurtbewoners.

Wat is een uitnodigende leefomgeving?

De uitdrukking uitnodigende leefomgeving is samengesteld uit de onderdelen leefomgeving en uitnodiging. Voor een goed begrip gaan we eerst in op de afzonderlijke termen “leefomgeving” en “uitnodiging”; vervolgens brengen we die bij elkaar.

Leefomgeving

De dikke van Dale omschrijft “leefomgeving” als een leefmilieu en geeft daarbij geen nadere toelichting. Een leefomgeving verwijst in ieder geval naar een gebied en de vraag is hoe we dit gebied moeten afbakenen. Daarbij zijn drie dimensies van de leefomgeving te onderscheiden. Allereerst is een gebied een *fysiekruimtelijke eenheid*; er zijn fysieke grenzen aan wat we nog als leefomgeving beschouwen en wat niet. Daarnaast is een leefomgeving een *sociaal-culturele eenheid*, waarin (groepen) bewoners met elkaar omgaan en betrokkenheid met elkaar ervaren. In de derde plaats gaat het om de relatie tussen de bewoner en zijn omgeving als *belevingseenheid* en dat betreft alle elementen of onderdelen die een bewoner tot zijn of haar leefomgeving rekent en daaraan zijn identiteit als buurtbewoner ontleent. Laten we deze dimensies eens wat nader verkennen.

Leefomgeving als fysiekruimtelijke omgeving

We kennen verschillende verschijningsvormen van gebieden zoals stad, stadsdeel, dorp, wijk, buurt, buurtje, hof of straat. Begrippen als stad, dorp, stadsdeel en wijk verwijzen naar gebieden die vanuit bestuurlijke, administratieve en juridische kaders zijn afgebakend. Het gaat dan bijvoorbeeld om gemeentelijke wijkgrenzen, stembedistricten en postcodegebieden. Dit zijn doorgaans te grote en te anonieme eenheden om overzichtelijk en vertrouwd te zijn. Ze hebben weinig betekenis voor bewoners. We beschouwen een leefomgeving daarom als het gebied dat aansluit op de woning en waarbinnen de dagelijkse leefgewoonten (hond uitlaten, een wandelingetje maken) zich afspelen. Het gaat dan doorgaans om een buurt of een dorp, maar kan op het platteland ook de afstand tot een of meer burens zijn. Als we de leefomgeving beschouwen als de combinatie van fysieke én sociale factoren dan wordt in de meeste gevallen gesproken over de buurt.

De maat van de buurt

Buurtbeleving wordt bepaald door sociale factoren. De schaal mag dus niet groter zijn dan de belevingswereld van de bewoners. ‘Gemiddeld telt een buurt ongeveer 5.000 bewoners’, stelde een grootstedelijke opbouwwerker. Maar in dorpen was de ervaring weer anders: ‘Tot ongeveer 2.500 inwoners kun je gemakkelijk dingen regelen. Daarboven is er minder samenhang en meer bureaucratie’. Wil je echter sociale netwerken en sociale cohesie laten

groeien waar ze niet zijn, dan is een schaal van 2.500 mensen al weer erg groot. Het gaat er dan om 'dat mensen in hun portieken elkaar leren kennen en er sociale controle ontstaat'. Heb je het over de locatie van een buurtcentrum dat vooral gericht is op jonge gezinnen en senioren, dan geldt de vuistregel: 'De maat die je moet hanteren is de afstand die je kunt afleggen met een kinderwagen of een rollator'.

Uit: WRR-rapport *Vertrouwen in de buurt*, 2005

Leefomgeving als sociaal-culturele eenheid

De buurt als leefomgeving is dus meer dan een verzameling gebouwen, gegroepeerd volgens een bepaald stedenbouwkundig patroon met straten, pleinen en groenstroken. Een buurt is bovenal een sociaal-culturele eenheid, waarin (groepen) bewoners met elkaar omgaan en een zekere mate van binding ervaren. Die binding is tweeledig. Allereerst is er sprake van een *instrumentele binding*: hoe maken de (oudere) bewoners gebruik van hun buurt en van de aanwezige voorzieningen? Halen ze hun brood bij de bakker om de hoek of gaan ze eenmaal per week met hun dochter naar een verder gelegen supermarkt? Maken ze gebruik van het dienstencentrum of bezoeken ze liever het theater de cursus bij de in het centrum gelegen Volksuniversiteit? Daarnaast is er een *sociale binding*, waaruit blijkt hoe bewoners met elkaar omgaan. Er zijn informele netwerken gevormd, waarbij mensen elkaar kennen en herkennen. Ze groeten elkaar, maken een praatje en vragen hoe het ermee gaat, hoe het met de kinderen is en vertellen elkaar wat ze de afgelopen tijd hebben meegemaakt. Een buurt is een leefomgeving waar binnen een zekere straal (ongeveer 400 tot 500 meter) voorzieningen aanwezig zijn en een zekere gemeenschapszin zich heeft ontwikkeld. Het Verwey-Jonker Instituut heeft een poging gedaan om de mate van gemeenschapszin op het niveau van de buurt in kaart te brengen in de zogenoemde Contactladder.

	Soorten contact
0.1	Geen contact
0.2	Onverschilligheid
	Participatie
1.1	Elkaars burens kennen
1.2	Elkaar groeten
1.3	Praatje maken, suiker lenen
1.4	Onderlinge verdraagzaamheid (radio niet te hard, rekening houden met elkaar)
1.5	Deelnemen aan door anderen georganiseerde activiteiten in de buurt
1.6	Elkaar tegenkomen in winkels, bibliotheken, buurthuizen of zwembaden.
1.7	Elkaar tegenkomen bij de islamitische slager, Turkse bakker, etc.
1.8	Op de hoogte zijn van elkaars feestdagen
1.9	Elkaar op de hoogte houden van lokale gebeurtenissen
1.10	Rekening houden met elkaars feestdagen en gewoonten

1.11	Meevieren van elkaars feestdagen
	Interactie
2.1	(Mee)organiseren van activiteiten in de buurt
2.2	Als buurtbewoners proberen bewoners van verschillende groepen (leeftijd, sociaaleconomisch, cultureel en religieus) te betrekken bij activiteiten als voetbaltoernooien, braderieën en straatfeesten
2.3	Oogje houden op kinderen, jongeren en 'marginalen'
2.4	Afspraken maken over samenleven met elkaar in de buurt
	Verstandhouding
3.1	Regelmatig bij elkaar (anderen dan familie) op bezoek gaan, bijvoorbeeld koffie drinken.
3.2	Naar feestjes of verjaardagen in de buurt gaan, samen kaarten, vissen etc.
3.3	Op elkaar letten, elkaar helpen (informele wederzijdse hulp: boodschappen doen, oppassen en voor elkaar zorgen)
3.4	Accepteren en respecteren van leeftijd-, sociaaleconomische, culturele en religieuze verschillen in de buurt.
3.5	Op basis van volstrekte gelijkwaardigheid met elkaar omgaan
3.6	Waarden en normen van elkaar overnemen

Bron: Verwey-Jonker Instituut, 2006

Met behulp van dit instrument is het mogelijk vast te stellen om vast te stellen hoe het staat met het feitelijke niveau van gemeenschapszin. Door dit te relateren aan het gewenste niveau, vast te stellen door middel van huisbezoek, kunnen passende interventies worden bedacht.

Leefomgeving als belevingseenheid

De beleving van de omgeving als eenheid is een meer individuele aangelegenheid. Afhankelijk van leefgewoonten, leefstijl, persoonlijke geschiedenis en dergelijke zien mensen hun leefomgeving vanuit hun eigen perspectief. Een hondenbezitter zal een nabijgelegen parkje eerder tot zijn leefomgeving kunnen rekenen dan zijn buurman die geen huisdier bezit. Er bestaan altijd winkels waar we niet komen en de buurvrouw wel. De kinderen van de buurvrouw zaten op een andere school dan die van ons. De een bezoekt de katholieke kerk, de tweede is Nederlands-hervormd, de derde gaat naar de Moskee en een vierde is buitenkerkelijk. In elke buurt bestaan er wel plekken waar we nog nooit zijn geweest of mensen die we niet hebben ontmoet, niet kennen of die we mijden. En afhankelijk van de periode waarin we in de buurt wonen, kennen we al of niet de geschiedenis van families of dragen we herinneringen aan speciale gebeurtenissen zoals een brand of het verzet van de buurt tegen de bouw van een wooncomplex. De een ervaart zijn buurt als een samenhangende eenheid, maar voor de ander heeft de buurt maar een beperkte samenhang.

Publieke familiariteit

In dit verband duikt de term ‘publieke familiariteit’ de laatste tijd steeds vaker op (Adriaanse, C., 2006, Blokland, T., 2005) relevant. Publieke familiariteit duidt op een zekere mate van vertrouwen tussen buurtbewoners, voortkomend herhaalde ontmoetingen in de publieke ruimte. Daar tegenover staat het gevoel van onzekerheid, waarin mensen niet weten hoe ze andere mensen in de buurt moeten inschatten. Voor het ontstaan van publieke familiariteit is het van belang dat er plaatsen zijn waar mensen elkaar spontaan kunnen ontmoeten, zoals wijkwinkels, het schoolplein waar ouders elkaar dagelijkse tegenkomen, het park of een jaarlijks buurtfestijn. Daarnaast is het belangrijk dat er niet teveel verloop is in een buurt en er niet teveel schoksgewijze veranderingen zijn in de sociale samenstelling van een buurt. Gebeurt dat wel dan geeft dat veel zittende bewoners een gevoel van onzekerheid en onbehagen omdat men dan vaak niet meer weet wie er wel en niet in de wijk woont en wat voor soort wijk het is (Kleinmans, 2005).

Uitnodiging

En dan de tweede component van het begrippenpaar “uitnodigende leefomgeving.” Wat bedoelen we met het begrip “uitnodigend?” Een *uitnodiging* is een verzoek om ergens aan mee te doen. Wie ergens voor uitgenodigd wordt krijgt verschillende boodschappen tegelijk! De eerste is de formele boodschap: er worden woorden gesproken of er valt een brief op de deurmat waarin iemand wordt gevraagd aan een bepaalde activiteit deel te nemen. Achter deze formele boodschap kunnen verschillende betekenissen schuil gaan, afhankelijk van wie de uitnodigende partij is en hoe deze de uitgenodigde persoon ziet. Mogelijke voorbeelden: wij zien u als een koopkrachtige klant, wij willen bijdragen aan uw welzijn. Andere voorbeelden: wij willen graag dat u zich thuis voelt, wij hebben u nodig. De centrale betekenis die als een rode draad door alle uitnodigingen heen loopt is het feit dat de oudere daarmee als mens in de sociale wereld gepositioneerd wordt. De uitnodiging om mee te doen aan een activiteit is, is meer dan de mogelijkheid om ergens een paar uurtjes of een avond in de week de tijd door te brengen. Het is een signaal uit de buitenwereld aan de oudere, waardoor deze zich ergens welkom voelt.

Uitnodigende leefomgeving: fysiek en sociaal

Ook een uitnodigende leefomgeving heeft twee kanten. De buurt moet zowel in fysiekruimtelijk als sociaal opzicht mensen verlokken tot deelname aan formele en informele activiteiten. Het fysieke aspect van een uitnodigende leefomgeving slaat dan vooral op afwezigheid van belemmeringen en de aanwezigheid van plekken waar iets te genieten en te beleven valt. Het gaat dan vooral om de vormgeving en inrichting van de woning en de woonomgeving. Gastvrijheid (het verwelkomen) slaat meer op de sociale aspecten. Die krijgen niet vorm in stenen, maar in interacties tussen bewoners onderling en tussen bewoners en andere belanghebbenden, zoals winkeliers, politieagenten en welzijnswerkers. In het volgende hoofdstuk gaan we in op de fysieke invalshoek. Het daarop volgende hoofdstuk benadert het thema van de uitnodiging vanuit de sociale invalshoek.

2 Fysieke aspecten van een uitnodigende leefomgeving

De fysieke aspecten van een leefomgeving zijn vooral zichtbaar en meetbaar. Het zijn de huizen, de gebouwen, de straten en de parken en de onderdelen hiervan. We maken onderscheid tussen de woning zelf en de woonomgeving.

De woning

Naarmate mensen ouder worden brengen ze steeds meer tijd door in en om de woning. Er komt meer tijd vrij voor consumptieve activiteiten en in veel gevallen neemt ook de mobiliteit af. De woning gaat steeds minder dienen als uitvalsbasis en steeds meer als activiteitenruimte. Een passende woning is daarom erg belangrijk. Ouderen boven de 75 jaar wonen vaker in een flat met een lift en minder vaak in een eengezinswoning. Gezondheidsproblemen spelen een grote rol bij de beslissing om te gaan verhuizen. Mensen die ouder worden gaan van een eengezinswoning naar een flat, ruilen een koopwoning in voor een huurwoning, en gaan vaak kleiner wonen. Welke wensen schuilen achter deze besluiten?

Woonwensen

De wensen van ouderen over een geschikte woning vallen uiteen in globale eisen en specifieke eisen. Ouderen stellen vier globale eisen aan een geschikte woning:

1. De bewoners moeten gemakkelijk de woning in en uit kunnen komen, dat wil zeggen zonder trappen of hoge stoepen te hoeven beklimmen (de zogenaamde nultredenwoning);
2. De elementaire woonfuncties bevinden zich op dezelfde verdieping: woonkamer, slaapkamer, keuken en douche/toilet liggen op hetzelfde niveau;
3. De bewoner moet zich met rollator of rolstoel gemakkelijk in huis kunnen bewegen. Dat geldt ook voor het gebruik van douche en toilet;
4. De woning en eventueel de tuin zijn (relatief) onderhoudsvrij. De bewoner hoeft zich geen zorgen te maken over de bladeren in de dakgoot, het vegen van de schoorsteen, het schilderen van de kozijnen en het onderhoud van de cv-ketel.

Daarnaast kunnen ouderen een aantal meer specifieke eisen aan de woning stellen, die afgeleid zijn van hun woongeschiedenis, persoonlijke voorkeuren en financiële mogelijkheden. Het gaat dan bijvoorbeeld om de oppervlakte van de woning en het aantal kamers. Het gewenste aantal kamers is bij sommige ouderen drie, maar bij anderen vier. Ook willen veel ouderen een ruimere woonkamer, zodat ze gemakkelijk kunnen manoeuvreren. Maar het kan ook gaan om het type woning. Zo wil een categorie ouderen graag 'beschut' wonen in een appartementencomplex, dat speciaal voor ouderen is gebouwd en een aantal voorzieningen heeft zoals een huismeester en een gemeenschappelijke recreatieruimte, terwijl een andere categorie liever in een generatiegemengde buurt woont of blijft wonen. Ook verschillen de eisen en voorkeuren op het gebied van wooncomfort zoals videobewaking, een garage, domotica en dergelijke.

Verhuishwensen

Als aan een of meer woonwensen van ouderen niet wordt voldaan, neemt de kans toe dat ouderen willen verhuizen. Ouderen zijn momenteel merendeels tevreden met hun woning. 90% is tevreden; slechts 14% overweegt een verhuizing; ruim 5% wil beslist verhuizen (SCP, 2005). Verschillende factoren helpen te verklaren wie er willen verhuizen.

- Hoe ernstiger de lichamelijke beperkingen, des te meer is men tot verhuizen geneigd;
- Hoe ongeschikter de woning, des te eerder wil men verhuizen;
- Hoe meer overlast er in de buurt is, des te eerder wil men verhuizen;
- Naarmate de sociale omgang in de buurt slechter wordt beoordeeld wil men eerder verhuizen;
- Turkse en Marokkaanse ouderen zijn meer tot verhuizen geneigd;
- Huurders zijn meer tot verhuizen geneigd dan eigenaren-bewoners;
- Ouderen van boven de 75 jaar zijn minder verhuisgeneigd; men gaat er meer tegen opzien.

Of de tevredenheid van ouderen met hun woonsituatie ook in de toekomst hoog blijft is onzeker. Er zijn redenen om aan te nemen dat de jongere seniorencohorten hogere eisen stellen waardoor hun verhuisgeneigdheid gaat toenemen. De Stuurgroep Experimenten Volkshuisvesting (SEV) doet daarom onderzoek naar woonbeelden bij ouderen. Buurten die beter aansluiten bij de woonbeelden van ouderen hebben in de toekomst meer concurrerend vermogen. Ze moeten daarbij niet alleen kijken naar de behoeften van kwetsbare ouderen, maar ook naar de sterk groeiende categorie vitale 60-plussers in het middensegment.

Woonbeelden

Volgens de SEV beginnen steeds meer vitale senioren zich af te vragen hoe dat straks verder moet als men op zichzelf is aangewezen en niet afhankelijk wil worden van professionele woon-zorgvoorzieningen (Singelenberg, 2007). Het is nog niet zozeer de zorg als wel het welzijn dat mensen bezig houdt. Men zoekt niet meer of minder dan een nieuwe zingeving voor het dagelijks leven. Sommigen vinden dit door een groot deel van het jaar te verblijven in een recreatiepark. Anderen willen *learning communities* oprichten. Weer anderen willen buiten dan wel in de stad gaan wonen samen met een klein aantal oude bekenden. Nog weer anderen voelen wel voor het grootschalige concept van de seniorenstad naar Amerikaans voorbeeld. Op deze wijze kan de verhuizing naar een technisch gezien levensloopbestendige woning gecombineerd worden met het creëren van een aantrekkelijke en uitnodigende omgeving. SEV en VROM hebben samen een aantal meedenkessies laten houden waarop potentieel verhuisgeneigde senioren konden reageren op diverse concepten voor senior communities. Hieruit blijkt wat ouderen willen als ze het zelf voor het zeggen hebben. Het gaat hierbij om de groep vitale ouderen die wel zoekt op de markt maar tot nu toe niet slaagt.

Aan 24 burgers van 55 jaar en ouder werden zes woonbeelden voorgelegd die in opdracht van de SEV door bureau Heren Vijf waren ontworpen:

1. *Individueel wonen* in een woonservicewijk (barrièrevrij, nabij voorzieningen);
2. *Duo-wonen* in een woonservicewijk: zelf je burens uitkiezen;

3. *Woongemeenschap*: met een stuk of twintig 55 plussers zelfstandig wonen rond een gemeenschappelijke tuin en gemeenschappelijke ruimte
4. *Seniorenwooncomplex*: 80 of meer appartementen voor oudere mensen in een servicerijke omgeving;
5. *Seniendorp*: nederzetting van 200 woningen rond een activiteitencentrum met eigen clubs (educatie, vrije tijd, werkruimten), bij een bestaande stad (Brits concept);
6. *Seniorenstad*: nederzetting met 2000 en meer woningen exclusief voor senioren, stand-alone gelegen, eigen winkels en voorzieningen (Amerikaans concept).

Uit het onderzoek blijkt dat de meeste proefpersonen een negatief beeld hebben van het wonen in een omgeving met (uitsluitend) andere senioren. Men geeft de voorkeur aan individueel wonen tussen alle leeftijden. De woonbeelden 2 t/m 6 worden door de meeste mensen geassocieerd met sociale controle, niet met sociale contacten. Men heeft nog geen duidelijk beeld van de verplichtingen die het wonen in een *senior community* met zich meebrengt. Bovendien wil men nog niet nadenken over of vooruitlopen op toekomstige hulpbehoevendheid.

Een minderheid voelt zich wel aangesproken door aspecten van gemeenschappelijk wonen. Dat zijn degenen die al wat ouder zijn (70+), geen partner hebben en niet tevreden zijn over hun huidige sociale netwerk. Deze voelen overigens het meeste voor de al op enige schaal bestaande woonvormen, namelijk de woongemeenschap (3) of het seniorenwooncomplex (4). De meer innovatieve concepten 2, 5 en 6 spreken slechts een enkeling aan.

Bij deze resultaten tekent de SEV zelf aan dat het experimenteel onderzoek zo kleinschalig was dat er nog geen conclusies aan kunnen worden verbonden in termen van marktpotentieel. Uit Engeland en Amerika is bekend dat er daar wel degelijk een markt is voor seniendorpen en -steden. Zijn Nederlandse senioren individualistischer ingesteld? Of is er nog steeds een groter gevoel van veiligheid in onze steden?

Bij alle onzekerheden en vragen zijn er wel vier opvallende trends. In de eerste plaats willen ouderen meer keuzevrijheid op de woningmarkt. Zij wensen een groter aanbod van toegankelijke appartementen, zonder ingangsdrempels en met lift. In de tweede plaats staan ruimere woningen hoog op het verlanglijstje. Veel seniorenwoningen zijn voor de huidige en toekomstige generaties ouderen te klein: ze moeten zich er goed in kunnen bewegen met of zonder hulpmiddelen, ze willen er hun hobby's of andere activiteiten kunnen uitoefenen en ze willen voldoende plek om familie en vrienden voor korte of langere tijd op bezoek te kunnen krijgen. Een derde trend is dat steeds meer ouderen hun woning in eigendom hebben. Zij willen hun woning zodanig kunnen aanpassen dat ze er oud in kunnen worden. Populair zijn projecten waarbij ouderen rond hun zestigste een ruime tuinkamer of serre bouwen met sanitaire aansluitingen. Dat maakt het mogelijk om in een later stadium deze ruimte te gebruiken als slaapkamer en douchegelegenheid. Deze zelfwerkzaamheid zou voor huurwoningen ook meer moeten kunnen gelden, vinden veel ouderen. In de vierde plaats wensen ouderen meer voorzieningen die gericht zijn op de combinatie wonen en zorg in de buurt zoals kleinschalige woonvoorzieningen voor dementerenden en zorgsteunpunten.

De leefomgeving

Een geschikte en comfortabele woning is voor oudere bewoners belangrijk maar niet voldoende. Als de woonomgeving niet geschikt is dan woont de oudere in een gouden kooi (de Jong, 2006). Ouderen willen dat hun buurt toegankelijk, veilig en aantrekkelijk is. Daarvoor zorgen is een gemeenschappelijke verantwoordelijkheid van bewoners, gemeenten en organisaties als woningcorporaties en welzijninstellingen. Uiteraard is het daarbij belangrijk om te weten wat ouderen willen. Wat vinden zij van hun buurt? Wat is goed? Waar moet het beter? Er zijn diverse manieren waarmee ouderen en andere buurtbewoners hun buurt zelf kunnen beoordelen. Een daarvan is de buurtschouw.

Buurtschouw Veiligheid

In het gebied Osdorp Zuidwest Kwadrant stuiten veldwerkers zoals huismeesters en politie dagelijks op te verbeteren en te voorkomen situaties. Het gaat dan om thema's als overzichtelijkheid, inbraakgevoeligheid, vandaalbestendigheid, kloppende sleutelplannen, verlichting, bebording en verscholen hoekjes waar ongewenste gasten zich kunnen verstoppen. Op verzoek van het stadsdeel voerden professionals en actieve buurtbewoners gezamenlijk een veiligheidsschouw uit. Het resultaat is vastgelegd in actiepuntenlijsten van woningbouwverenigingen en het stadsdeel.

Bron: Nieuwsbrief Met Zorg Vernieuwen (Care West), november 2006

Bij het beoordelen van de buurt is het goed om systematisch te werk te gaan, zodat geen enkele aspect over het hoofd wordt gezien. In deze paragraaf ligt de focus op de fysiekruimtelijke kwaliteiten. De fysiekruimtelijke component bestaat uit vijf onderdelen: de infrastructuur, de inrichting van de openbare ruimte, de aanwezigheid van voorzieningen, vervoersmogelijkheden en beheer.

Infrastructuur

Een belangrijk onderdeel van de buurtinfrastructuur vormen de wegen en de paden waarover ouderen zich bewegen. Ouderen vinden het belangrijk dat dit netwerk veilig is om over te lopen. Zij willen graag bij winkels, bushaltes en een dienstencentrum kunnen komen zonder drempels onderweg. Hoge stoepranden, gaten en losliggende tegels zijn echte boosdoeners.

De wegen moeten goed begaanbaar zijn zodat ze niet kunnen struikelen over obstakels en zich weinig hoeven in te spannen bij hellingen en trappen. Ze hebben ook veel belang bij goede op- en afritten van stoep naar straat en omgekeerd. Ook voetgangersoversteekplaatsen moeten zo veilig mogelijk overgestoken kunnen worden. Bruggen, trappen en drukke verkeerswegen vormen vaak een hinderpaal voor ouderen.

De inrichting van de leefomgeving

Ouderen vinden het ook heel belangrijk dat hun buurt comfortabel en gezellig is ingericht. De routes moeten voor hen daarom overzichtelijk zijn, maar er moet ook iets te beleven zijn. Die twee zaken kunnen elkaar bijten, want hoe overzichtelijker hoe kaler. En dat laatste wil niemand. Er moet dus heel genuanceerd naar de inrichting gekeken worden. Belangrijk is dat er onderweg bankjes of andere zitgelegenheden zijn, die zo zijn opgesteld dat ze uitnodigen tot plezierige en toevallige ontmoetingen. Eerder spraken we in dit verband over

“publieke familiariteit.” Voor ouderen geschikte zitgelegenheden hebben een wat hogere zit dan normaal en een zitvlak dat een beetje bol loopt en korter is zodat de benen niet ‘afknellen’ en men er gemakkelijk van op kan staan. Deze zitgelegenheden staan dan op plekken waar ook iets te zien en te bepraten valt zoals een druk kruispunt, een oversteekplaats of bij een voorziening. Verder moet de buurt ook mooi zijn. Dat is natuurlijk vooral een kwestie van smaak, maar toch... Veel ouderen stellen bijvoorbeeld prijs op gevarieerd groen in de buurt, hier en daar een versiering zoals een kunstobject en enkele herkenbare buurtobjecten, waar men zich emotioneel mee kan verbinden zoals een (dorps-)kerk, een monumentale boom, een aantrekkelijk winkelcentrum of gebouwen met een authentieke uitstraling. Breda is een gemeente met een jarenlange ervaring op dit gebied.

Breda: Geschikt wonen voor iedereen

Sinds 1998 bestaat in Breda het project *Geschikt wonen voor iedereen*. Na een aantal proefprojecten geldt de aanpak nu voor de hele stad. Uitgangspunt is dat bewoners zo lang mogelijk zelfstandig moeten kunnen wonen in een zelf gekozen woonsituatie. Het project richt zich op alle sectoren die daarbij van belang zijn: een geschikte woning, een toegankelijke en veilige woonomgeving, bereikbare voorzieningen, mogelijkheid tot ontmoeting, welzijn en zorg. Maatregelen die in Breda zijn uitgevoerd:

- het opzetten van een netwerk van veilige wandelroutes. De routes worden aangegeven met gele voetstappen op het trottoir;
- goede op- en afritten van stoep naar straat;
- veilige oversteekplaatsen met behulp van een systeem met radardetectie. Bij deze voetgangersoversteekplaats begint het licht te knipperen zodra een voetganger de oversteekplaats nadert;
- bankjes langs de route, zodat er voldoende rustplekken zijn;
- een keurmerk voor winkels die toegankelijk en doorgankelijk zijn voor iedereen dus ook voor mensen met een rollator, rolstoel of kinderwagen;
- Een boodschappendienst door vrijwilligers die mensen halen en brengen naar de winkel, zodat ze zelf hun boodschappen kunnen doen.

Voorzieningen

Belangrijke bestemmingen zijn winkels, de brievenbus, de apotheek, de dokter en gemeenschapsgebouwen zoals het buurtcentrum, kerk of sociëteit. Als het gaat om voorzieningen zijn de trefwoorden aanwezigheid, bereikbaarheid, toegankelijkheid en doorgankelijkheid. Als voorzieningen zich in de buurt bevinden (aanwezig) is het voor ouderen niet alleen belangrijk dat ze gemakkelijk er naar toe kunnen gaan (bereikbaar), maar ook dat ze er naar binnen kunnen (toegankelijk) en dat ze zich er gemakkelijk kunnen bewegen (doorgankelijk). Als er op een van deze punten problemen zijn, dan moet er wat aan worden gedaan. Is dat niet mogelijk, dan is assistentie onontbeerlijk zoals een boodschappendienst, boodschappenbegeleiding of hulp bij vervoer.

Vervoersmogelijkheden

Bij vervoersmogelijkheden denken we allereerst aan bussen en trams die eenvoudig in en uit te stappen zijn. Een zegen voor veel ouderen (en anderen!) zijn bussen

met een lage in- en uitstap die aansluiten op het stoepniveau. Maar daarnaast is het ook belangrijk dat er voldoende stallingmogelijkheid is voor eigen vervoersmiddelen zoals de rollator, brommobiel of al dan niet elektrische rolstoel. Bij afwezigheid van openbaar vervoer of als ouderen niet over dergelijke vervoersmiddelen beschikken, is aanvullend vervoer door vrijwilligers of taxibedrijven belangrijk, zodat ouderen kunnen deelnemen aan het sociaal verkeer.

Jongere ouderen maken voor hun vervoer veel gebruik van de fiets voor korte afstanden, de dagelijkse boodschappen en recreatie. De auto nemen zij voor langere afstanden en voor vervoer van zwaardere boodschappen of voorwerpen. Vitale 75-plussers maken vaker gebruik van de bus. Wanneer ouderen last krijgen van ernstige beperkingen, daalt het gebruik van zowel het openbaar vervoer als de auto en de fiets; de mobiliteit neemt dan sterk af.

Beheer

Een leefomgeving moet op zijn minst schoon, heel en veilig zijn. Dichtgetimmerde huizen, slooppanden, zwerfvuil en graffiti, kapotte straatverlichting, de gevolgen van vandalisme (zoals vernielde glasplaten van een bushalte) en losse stoeptegels geven een onbehaaglijk gevoel. Groenvoorzieningen moeten goed onderhouden zijn. Buurtbeheer moet goed geregeld zijn om de inrichting van de buurt goed op peil te houden. Daartoe zijn in sommige gemeenten buurtbeheerders of buurtregisseurs aangesteld, maar bewoners kunnen ook zelf de handen uit de mouwen steken.

Buurtbeheer

Buurtbeheer richt zich op het verbeteren van de directe leefomgeving in buurten. Schoon, heel en veilig. Het gaat om samenwerking en aanpak van problemen in de buurt. Bewoners, gemeente en dienstverlenende instellingen zijn erbij betrokken. Met buurtbeheer kan je snel een zichtbaar resultaat behalen. Ook kan door de samenwerking de afstand tussen bewoners en gemeente verkleinen.

De gemeente zet vaak buurtconciërges of buurtregisseurs in. De buurtconciërges zijn een aanspreekpunt voor bewoners en signaleren problemen. Zij letten bijvoorbeeld op kapotte bestrating, verkeerd geparkeerde auto's, op een verkeerd moment aangeboden huisvuil en schakelen de instanties in die de problemen op kunnen lossen.

Maar buurtbeheer gaat vooral over wat bewoners zelf kunnen doen. Door (in een werkgroep) te bepalen wat je als bewoners samen wil aanpakken kan je de agenda van het buurtbeheer mede bepalen. Je kunt besluiten om een veegactie te houden om zwerfvuil op te ruimen, je kunt het groen in de buurt opknappen, maar ook een actie om de veiligheid in de buurt te vergroten. Denk aan buurtpreventie of een actie voor beter verlichte achterpaden. Ook richten veel buurtbeheerorganisaties zich op het aanpakken van de verkeerssituatie in hun buurt, bijvoorbeeld door ervoor te ijveren dat de buurt wordt ingericht als 30-kilometerzone.

Bron: www.wijkalliantie.nl

3 Sociale aspecten van een uitnodigende leefomgeving

De relaties die mensen in hun buurt onderhouden vallen grofweg uiteen in twee categorieën. De eerste categorie zijn de relaties die regelmatig worden onderhouden in buurtnetwerken, waarbij mensen elkaars geschiedenis min of meer kennen, bij wie ze over de vloer komen of met wie ze regelmatig in sociaal verband optrekken, zoals in een dienstencentrum, in een kerk, in de kroeg of in een recreatievereniging.

De tweede categorie zijn de meer “oppervlakkige” persoonlijke relaties zoals contacten met winkeliers in de buurt, met de postbode of met de mensen die we van gezicht kennen en die op straat groeten of waarmee we in het voorbijgaan, bij de bushalte of op de hoek van de straat een praatje maken. In dit verband kwam in de vorige paragraaf al het begrip “publieke familiariteit” aan de orde. Daarbij ligt het accent op de min of meer toevallige, oppervlakkige en soms herhaalde ontmoetingen die een zekere basis bieden voor het gevoel van veiligheid en vertrouwen. Eerder constateerden we al dat ouderen relatief veel tijd doorbrengen in de buurt. Dat maakt dat publieke familiariteit voor ouderen weliswaar belangrijk, maar niet zaligmakend is. Zo figureren ouderen vaker dan andere groepen in de zogenoemde buurtnetwerken.

Buurtnetwerken

Bij ouderen speelt het gemeenschapsleven zich veelal af in buurtnetwerken. Binnen dit netwerk wisselen de leden regelmatig informatie, sociale steun en aandacht uit en ondernemen ze met elkaar allerlei activiteiten. Binnen buurtnetwerken biedt en ontvangt men echter weinig instrumentele steun zoals hulp bij ADL- en HDL-handelingen (Thomése 1998; Coolen & van Pelt 1985; Royers 2000). Het zijn vooral particuliere hulpen, thuiszorgmedewerkers en kinderen of de partner, die deze vormen van regelmatige instrumentele hulp en ondersteuning bieden. Overigens blijkt ook dat de hulpbehoevende ouderen die formele of particuliere ondersteuning bij verzorging en verpleging krijgen, ook meer deelnemen aan buurtnetwerken.

13% van de ouderen onderhoudt geen enkele relatie in buurtnetwerken. Een deel van hen betreft gezonde ouderen met een hoger inkomen die vooral georiënteerd zijn op activiteiten en netwerken buiten de buurt (Thomése 1998). Een ander deel van hen verkeert in een sociaal isolement (Machielse 2006). Tot deze groep behoren meer mannen dan vrouwen. Deze mannen kunnen alleen wonen, maar ook getrouwd zijn en exclusief gericht op hun vrouw en/of kinderen. Ook ouderen zonder kinderen hebben minder relaties in buurtnetwerken.

Over het algemeen blijkt dat ouderen met kleinere buurtnetwerken vaak een groter aantal relaties op middellange afstand hebben, zodat we kunnen zeggen dat sommige ouderen in geconcentreerde buurtnetwerken functioneren, terwijl anderen hun deelname aan buurtnetwerken combineren met een deelname aan andere meer gespreide netwerken. Daarnaast zijn buurtnetwerken van ouderen in verstedelijkte en minder stabiele buurten kleiner dan in dunner bevolkte en in stabielere buurten. Sommige buurtnetwerken spelen zich af in meer of minder georganiseerd verband en andere netwerken hebben een informeel karakter.

Formele buurtnetwerken

Oudere buurtbewoners kunnen met elkaar activiteiten in georganiseerd verband ondernemen zoals gespreks- en ontmoetingsgroepen van de kerk, buurthuis of een dienstencentrum. In dat geval spreken we van formele buurtnetwerken: gebaseerd op vaste afspreken en georganiseerd vanuit een organisatie van vrijwilligers en/of professionals. Ook buurtgebonden sociaal-culturele, educatieve, sportieve en recreatieve activiteiten van het ouderenwerk en sociaal-cultureel werk vallen hieronder. Veel ouderen maken hier gebruik van, maar naarmate men ouder wordt neemt de deelname in frequentie en intensiteit aan dergelijke activiteiten af: ze doen vaker aan lichtere activiteiten mee (niet meer klaverjassen, maar wel een kopje koffie drinken) en komen steeds minder vaak. Een manier waarop Welzijn Ouderen de oudere buurtbewoners bij hun buurt kan blijven betrekken zijn de zogenoemde buurtkamers.

Buurtkamers

Een buurtkamer is een kleinschalige ontmoetingsruimte voor ouderen uit de buurt. Buurtbewoners kunnen hier terecht om de krant te lezen, koffie te drinken, een praatje te maken met de buurvrouw/buurman of om samen een activiteit te ondernemen. Op dit gebied timmert Enschede aan de weg. In februari 2004 werd aan de Oldemeulenhoek 75 in de Helmerhoek de eerste buurtkamer geopend. In oktober volgde de tweede buurtkamer aan de Hesselinklanden 83 in Stroinkslanden. In de buurtkamer zijn gastvrouwen en heren aanwezig om de gasten te ontvangen en met de bezoekers te praten of om activiteiten te ondernemen. De buurtkamer heeft een computerkamer waar men individueel les kan krijgen in computergebruik en internet.

Bron: www.zilverenkracht.nl

Informele buurtnetwerken

Behalve aan georganiseerde activiteiten nemen de meeste ouderen deel aan informele buurtnetwerken. Deze netwerken komen in twee vormen voor. Allereerst zijn er zogenaamde kernnetwerken van ongeveer drie tot vijf personen, waar men een nauwe band mee onderhoudt. Deze kernnetwerken zijn persoonlijk en het hoeft dus niet zo te zijn dat alle leden elkaar even goed kennen of met elkaar omgaan. Maar daarnaast zijn er ook lossere, maar grotere netwerken zoals spontaan gegroeide wandel- of fietsclubs en schilder- of tekenclubs en groepjes van vier tot zes mensen die om beurten bij elkaar thuis gezelschapsspelen doen zoals sjoelen, dammen/schaken of klaverjassen. Ook hier geldt dat naarmate men ouder wordt en met gezondheidsproblemen kampt de deelname aan dergelijke netwerken afneemt.

Allochtone ouderen

Het (mede) ontwikkelen van sociale netwerken voor kwetsbare ouderen is een kerntaak voor Welzijn Ouderen. Een groep die daarbij speciale aandacht vraagt zijn de allochtone ouderen. Vooral de Turkse en Marokkaanse ouderen in Nederland vormen een kwetsbare categorie. Omdat allochtone ouderen vooral in de grote steden wonen, zijn hier interessante ontwikkelingen gaande, zij het nog mondjesmaat. Zo kent Rotterdam inmiddels het gestippeld wonen en doet Amsterdam het in buurtnetwerken. Interessant aan deze concepten is dat er

gezocht is naar een balans tussen *bonding* (het met elkaar optrekken binnen een bepaalde cultuur) en *bridging* (het leggen van contacten met de bredere samenleving).

Gestippeld wonen en buurtnetwerken

Omdat het vaak zo lang duurde voordat er een nieuw wooncomplex gebouwd was, is men in Rotterdam afgestapt van het idee dat er voor een woongroep altijd een apart wooncomplex gereserveerd moet zijn of nieuw gebouwd moet worden. Een etage in een bestaand flatgebouw bleek ook te voldoen om de onderlinge contacten en de wederzijdse hulp te realiseren. Een stap verder, en de leden van de woongroep wonen verspreid over de flat, op verschillende etages. Wel worden de huishoudens die deel uitmaken van de woongroep, twee aan twee in dat gebouw gehuisvest, om de steun over en weer te verstevigen.

In Rotterdam noemt men dit 'gestippeld wonen' of 'harmonicawonen', omdat de woongroep groter en kleiner kan worden. In Amsterdam heeft men er de term buurtnetwerk voor gekozen. De leden van het buurtnetwerk of de woongroep maken gebruik van een gemeenschappelijke ruimte voor gezamenlijke activiteiten.

Soms draagt de verhuurder financieel bij aan die activiteiten. De participatie van bewoners wordt ondersteund door een participatiemedewerker van de corporatie, maar ook het opbouwwerk en/of het ouderenwerk spelen hierin soms een belangrijke rol.

De grens tussen formele en informele buurtnetwerken is niet altijd scherp te trekken. Formele, georganiseerde activiteiten op het gebied recreatie, ontmoeting en ontplooiing vormen vaak een basis van waaruit nieuwe informele groepen ontstaan. Informele groepen, soms op het niveau van de straat, dan weer gekoppeld aan een bepaalde doelgroep, winnen terrein in het aandachtveld van sociale professionals. Zij blijken van groot belang te zijn voor het in stand houden en verder ontwikkelen van de civil society: groepen burgers die samenwerken aan gemeenschappelijke belangen, gezamenlijke activiteiten ondernemen en op basis van betrokkenheid bij elkaar steun en informatie uitwisselen. Een mooi voorbeeld van een werkzame mix tussen formele en informele buurtnetwerken zijn de experimenten met de burenhulpcentrales.

De burenhulpcentrale

Een veelbelovend instrument in ontwikkeling. Wie niet zelf meer een klusje in huis kan doen, boodschappen doen of de hond uitlaten neemt contact op met de burenhulpcentrale. Dit kan via telefoon, e-mail of internet. De melding wordt gekoppeld aan een digitale database met gegevens van aanbieders van burenhulp. De aanbieder ontvangt automatisch een e-mail of sms met het verzoek contact op te nemen met de vrager. Aanbieder doet dat, of stuurt bericht naar burenhulpcentrale niet in de gelegenheid te zijn.

Bron: www.zilverenkracht.nl

Buurten waarin sociale professionals zichtbaar en effectief steun geven aan deze civil society zijn bij veel ouderen in trek. Zozeer zelfs, dat het in veel gevallen niet de planologen, de bouwers, de volkshuisvesters of de zorgaanbieders zijn die het verschil maken, maar de sociale professionals die samen met bewoners werken aan sociale veerkracht. Hun betrokkenheid, deskundigheid en sociaal ondernemerschap maken dat zij een essentiële bijdrage kunnen leveren aan de uitnodigende leefomgeving, die voor veel ouderen zo cruciaal is voor hun persoonlijk welbevinden.

4 Checklist wat en hoe van een uitnodigende leefomgeving voor ouderen

Werken aan een uitnodigende leefomgeving betekent weten *wat* de doelgroep wil en *hoe* daartoe te komen. Ofwel: wat moet op het keuzemenu staan en hoe verlopen de processen die nodig zijn om het doel te bereiken. In dit laatste hoofdstuk brengen we een aantal zaken bij elkaar in enkele overzichtelijke checklists.

Kernwaarden en kernkwaliteiten

Wat zijn voor ouderen belangrijke kernwaarden en wat betekent dat voor de kwaliteiten die de woonomgeving moet bieden? Een recent onderzoek naar aantrekkelijke woonmilieus voor 60-plussers in het stedelijk gebied wijst uit dat bij senioren keer op keer vijf kernwaarden rond wonen en leven kunnen worden gevonden: ontmoeting, veel beleven, zinvol leven en het voeren van regie over het eigen leven (Sievers, de Groot en Penninx, 2007). Deze kernwaarden bieden aanknopingspunten voor een gezonde en interessante derde en vierde levensfase. De onderzoekers zijn deze kernwaarden op het spoor gekomen door middel van een groot aantal sessies met senioren, met verschillende achtergronden, in leeftijden tussen gemiddeld 50 en 75. De kernwaarden zijn samengevat onder de noemer “ondernemend ouder worden”, wat betekent dat ouderen graag zo lang mogelijk leuke en interessante dingen willen blijven doen, erop uittrekken, zich zinvol willen inzetten, enzovoort. Woning, woonomgeving en (buurt)samenleving moeten dat faciliteren.

Kernwaarden ondernemend ouder worden

Ontmoeten

Sociale relaties en onderling contact zorgen voor levensstroom. Laten je ademen. Maken dat je je de moeite waard voelt. Gedeelde vreugde is zoveel leuker. En gedeelde smart is halve smart.

Herinneringen ophalen met vrienden, toevallige kennismakingen en nieuwe ontmoetingen. Daar draait 't om in het leven. Tijd voor gezelligheid en goede gesprekken. In je eigen tempo, in een comfortabele omgeving.

Veel beleven

Proef de wereld. Ontdek, geniet en beleef. Herinneringen zijn mooi, maar ook de toekomst is de moeite waard. De tijd vliegt. Een gezellig etentje, een mooi boek, een goed gesprek of een indrukwekkende reis. Wie zegt dat senioren achter de geraniums zitten? Jong of oud, iedereen wil actief op pad. Inspiratie opdoen. Sferen, kleuren en geuren opsnuiven. En af en toe een droom laten uitkomen.

Zinvol leven

Zelfontplooiing en zingeving blijven belangrijk. Ook na je 55ste. Wie zich nuttig maakt staat volop in het leven. En geven zorgt voor meer plezier dan ontvangen. Als er een beroep op je kan worden gedaan, verdien je respect van anderen. Dat geeft energie. En zorgt voor voldoening. Je leert met de tijd. Weet dat er méér is in het leven. Echte passies doven niet. Je blijft ervoor gaan.

Regisseren

Een balans tussen individu en collectief is een belangrijke waarborg voor eigen regie. Het geeft vrijheid. Vrijheid betekent dat je zelf de koers van je leven kunt bepalen. Ook op latere leeftijd en als je misschien lichamelijke gebreken krijgt. Zolang je gebruik maakt van je mogelijkheden blijft het leven interessant. En kan er genoeg. Zelfstandigheid is een groot goed. Je eigen normen en waarden. Geen betutteling of verplichtingen. Zelf weet je immers het beste wat goed voor je is.

Tot jezelf komen

Veiligheid en comfort in en om je huis zijn een belangrijke basis om tot jezelf te kunnen komen in je eigen woning en woonomgeving. Ze geven ruimte. Ruimte om te kiezen uit het aanbod van omgevingen, voorzieningen en diensten die de stad als een buffet aanbiedt. Jouw vraag bepaalt dit aanbod en je gaat niet over één nacht ijs. Jij bepaalt tenslotte waarvoor je betaalt.

Vervolgens zijn de kernwaarden op basis van case studies vertaald naar *kernkwaliteiten* van aantrekkelijke woonmilieus voor senioren, waarbij een onderscheid is gemaakt tussen kwaliteiten van de woning, de woonomgeving en het sociale leven (samenleving) in of nabij de directe woonomgeving.

Zo moet de *woning* een ontmoetingsplaats zijn, een venster op de wereld bieden, gebruikt kunnen worden als leer- en werkplaats, een gevoel van eigendom geven (ook als er sprake is van huren) en een domein zijn waarbinnen je tot jezelf kunt komen in een turbulente wereld.

Kernkwaliteiten van de *woonomgeving* zijn de aanwezigheid van goede accommodaties, speelse elementen waaraan fun te beleven valt, eigen karakter en identiteit, behoud van de menselijke maat en elementen die veilig en zorgeloos wonen mogelijk maken.

Op het niveau van de (*buurt*)*samenleving* zijn belangrijke kernkwaliteiten dat er sociale netwerken gevormd kunnen worden, een groot keuzemenu is aan sociale en maatschappelijke activiteiten, een podium wordt geboden aan burgers die initiatieven willen ontplooiën, participatie op diverse niveaus wordt verwelkomd en sociale steun voorhanden is op zowel informele als formeel niveau.

De kernwaarden van senioren en daaraan gekoppelde kernkwaliteiten van attractieve woonmilieus senioren zijn opgenomen in de volgende tabel. De tabel is niet limitatief voor wat betreft de condities, maar geeft vooral een aanzet.

kernwaard en ondernem end ouder worden	woonomgeving	samenleving
ontmoeten	accommodaties	sociale netwerken
ontmoetingsplaats	Community center	Sport- en fitness
Royale woonkamer	Combi's wonen-leisure-	Verenigingen
Gezellige woonkeuken	welzijn-zorg-onderwijs	Bankjes
Korte galerij ipv portiek	Sport- en fitnessruimten	Overdekte terrassen
	Recreatieve ruimten	Horeca
	Buurtwebsite	Pleinen
		Wandel- en fietsroutes
veel beleven	fun	activiteitenmenu
venster op de wereld	Variatie in sfeer	B(l)oeiend verenigingsleven
Variatie in bouw	Kijken naar activiteiten	Verhalentafels
Breedband internet	Kunst en cultuur	Bibliotheek
Hobbyruimten	Verrassende speelse elementen	Seniorenacademie
	Veranderende perspectieven	Internetcafé
	Jeu de boulesbaan	Gezellige clubs
	Speeltuin	Grand buurtcafé
		Excursies
zinvol leven	Karakter	Podium
leer- en werkplaats	Eigen identiteit	Gezamenlijke hobbyruimten
Thuiswerkplek	Regionale kracht	Servicepunt voor
Gezamenlijke tuin	zichtbaar, bijvoorbeeld met water of lokale cultuur	projectambassadeurs en initiatieven
		Wijkmoderator voor onderlinge hulp- en dienstverlening
regisseren	menselijke maat	initiatieven
(my home is) my castle	Overzichtelijke schaal	Servicepunt voor vrijwillige inzet
(Collectief) particulier opdrachtgeverschap	Collectief beheer	Collectief (co)ontwikkelen
Domotica	Parkeren bij huis	Collectief beheer
	Bijzondere	

vervoermiddelen	Instrument voor zeggenschap
Goed en toegankelijk	op buurtniveau of zaken als
openbaar vervoer	ballottage
Rolstoel- en	Buurtraad
rollatorvriendelijk	
Goede wijkontsluiting	

**tot jezelf
komen**

domein	zorgeloos wonen	Support
Domotica	Situering woning in mix	Gemakdiensten
Online zorgpunt	van clustering en	Welzijnsdiensten
Aanpasbaar bouwen	spreiding	Vervoer
	Levensloopbestendig	Huismeester
	Goede straatverlichting	Alarmering
	Geen enge plekken	Dagopvang
	Mensen op straat	Klusjesman
	Toezichthouders	Kleinschalige zorgunits
	Rustplekken	Zwaardere zorg (ook
	Sense of ownership	veiligheidszorg) op afstand
		maar snel oproepbaar

De matrix kan als checklist worden gebruikt voor diverse doeleinden. Zij kan de basis bieden voor een buurtscan of een buurtmonitor, maar kan ook als instrument worden gebruikt om samen met bewoners te praten over de kwaliteiten die zij in hun buurt graag zouden zien. Daarmee komen we op de proceskant van het geheel: hoe kan Welzijn Ouderen de gewenste kwaliteiten van een aantrekkelijke en uitnodigende woonomgeving dichterbij brengen? Wat werkt en wat werkt niet?

De proceskant

In het kader van het project Werken aan een uitnodigende leefomgeving voor ouderen spraken we hierover met verschillende deskundigen uit de kring van Welzijn Ouderen. Dat leverde een beknopt overzicht op van werkzame principes. Daarmee is het laatste woord uiteraard niet gezegd, maar wordt wel enige stof tot nadenken geboden.

1. Bundel krachten

Bundel krachten met samen met gehandicaptenorganisaties, seniorenraden en ouderenbonden, of de VAC's voorlichtings- en adviescommissies van de gemeente, om gezamenlijk knelpunten en plannen aan te kaarten bij de gemeente.

2. Creëer betrokkenheid

Maak ambtenaren en bestuurders betrokken: nodig hen uit samen met vertegenwoordigers van kwetsbare groepen om knelpunten in de leefomgeving letterlijk te aanschouwen.

3. Werk laagdrempelig

Om geïnformeerd te zijn over vragen en knelpunten in een stad, dorp of wijk is het goed om de afstand zo kort mogelijk te houden. Maak liefst per wijk een laagdrempelige voorziening waar mensen met vragen en klachten terecht kunnen. Of richt in een verzorgingshuis een dergelijk informatiepunt in.

4. Positie versterken; maak gebruik van je kansen

Dit speelt op meerdere beleidsterreinen; wanneer een aanbieder in de keten wonen, zorg, welzijn ontbreekt, kan welzijn haar positie (bijvoorbeeld naar de gemeente toe) versterken door haar aanbod te verbreden.

De positie wordt ook sterker wanneer welzijn ouderen veel vrijwilligers heeft.

5. Bouw aan (gelegenheids) netwerken

Partijen en partners: probeer samenwerkings- of gelegenheidsnetwerken op te bouwen. Ken je partners maar probeer ook, niet altijd vanzelfsprekende partijen te duiden en een gezamenlijk doel te formuleren. Zoals bijvoorbeeld het bedrijfsleven, rotary, fondsen.

6. Degelijke onderbouwing

Probeer je initiatieven goed te onderbouwen: door middel van onderzoek, enquêtes, panelgesprekken of woonvriendelijke wijk rapportages.

7. Niet alles in één keer

Probeer ook fasegewijs plannen te realiseren; niet alles hoeft in één keer, maar probeer samen met de gemeente en de partners een lange termijn planning te maken, waarbij je ieder jaar een deel van de plannen gaat realiseren.

8. En verder

Gun anderen hun succes. Boek snel tastbare resultaten.

Literatuur

- Adriaanse, C. (2006) Publieke familiariteit bindt in Buitenveldert. In: *City Journal* nr. 6. Den Haag: Nicis.
- Blokland, T. (2005). De buurt als identificatiekader? De teloorgang van publieke familiariteit en de gevolgen voor 'vertrouwen in de buurt' in achterstandswijken. *MO-Samenlevingsopbouw*, 24, 28-31.
- Boonstra, N., P. van der Graaf en R. Bos (2006) *Buurtcontact in Leiden Zuid-west. De contactladder als diagnose-instrument*. Utrecht: Verwey-Jonker Instituut, 2006. Care West, Nieuwsbrief *Met Zorg Vernieuwen*, november 2006
- Coolen, J.A.I. & J.A. van Pelt (1985) 'Beschermd wonen en het probleem van doelbereiking: evaluatie van een voorziening'. In: *Verschuivingen in de ouderenzorg*. Lochem: De Tijdstroom
- Cox, Sj., H.Maas en A.Rademakers (2004) *Wensen en behoeften van Brabantse ouderen in de projecten ouderenproof*. Tilburg: PON
- Jong, E. de, (2006) *Woonomgeving bij woonservicezones*. Utrecht: Aedes-ActiZ Kenniscentrum Wonen-Zorg
- Kleinhans, R. (2005). *Sociale implicaties van herstructurering en herhuisvesting*. Delft: Delft University Press.
- Machielse, A. (2006) *Onkundig en onaangepast. Een theoretisch perspectief op sociaal isolement*. Utrecht: Jan van Arkel
- Overbeek, R. van, & A.Schippers [red] (2004) *Ouder worden we allemaal. Trendstudies en toekomstdebatten over de vergrijzing in Nederland*. Utrecht: NIZW.
- Singelenberg, J. (2007) *Experimenteel onderzoek naar senioren communities*. Rotterdam: SEV. <http://www.sev.nl/nieuws/nieuwsov-all.asp#bericht1328>
- Royers, T. (2000) Kwaliteit van het sociale leven in een wooncentrum voor ouderen. In: *Gerōn*, jaargang 2, nr.3 pag. 43 - 51
- Royers, T. (2002) *De dorps sfeer is heel belangrijk. Een verslag over de beleving van sociale cohesie en leefbaarheid bij ouderen in Berkel-Enschot*. Utrecht: NIZW.
- Schippers, A. (2002) *Factsheet: Ouderen in Nederland*. Utrecht: Kenniscentrum Ouderen/NIZW.
- Sievers, A., F. de Groot en K. Penninx (2007). *De stad een buffet. Ondernemend ouder worden in de stad*. Woudenberg / Utrecht, Inbo / Movisie.
- Sociaal en Cultureel Planbureau (2005). *Ouderen van nu en van de toekomst. Hun financiële spankracht, zorgbehoefte en woonwensen*. Den Haag: SCP.
- Thissen, F., J.Droogleever Fortuijn en P. van Konijnenburg (2003) *Kwetsbaar of succesvol? De woonsituatie van ouderen in de dorpen van de Kop van Noord-Holland*, Amsterdam: AME - Universiteit van Amsterdam
- Thomese, F. (1998) *Buurtnetwerken van ouderen. Een sociaalwetenschappelijk onderzoek onder zelfstandig wonende ouderen in Nederland*, Amsterdam: Thela/Thesis
- VROM/SCP (2004) *Met zorg gekozen? Woonvoorkeuren en woningmarktgedrag van ouderen en mensen met lichamelijke beperkingen*. Den Haag: VROM
- WRR (2005) *Vertrouwen in de buurt*. Amsterdam: Amsterdam University Press

