



Thema-avond wonen

28 september 2016, OLV-kerk, Keizersgracht 218b

De avond wordt om 19.40 geopend door Jeroen Loeffen. Hij kondigt drie sprekers aan: (1) onze voorzitter, Debora van de Water, (2) mevrouw Colette Niemeyer, strategisch vastgoedadviseur en architect en (3) de heer André van Stigt, architect.

Opkomst: 60 bewoners

Debora van de Water leidt, na een welkomstwoord, het thema in: Blijven wonen of verhuizen zijn persoonlijke beslissingen zolang je die beslissing zelf nog kan nemen. De meeste senioren beslissen te laat over hun woonomgeving: 'dat doen we wel als het nodig is'.

En als het dan nodig is, komt er ineens zoveel op je af dat je mogelijk onder druk een andere beslissing neemt dan je ooit voor ogen had en misschien wel niet de beste keuze maakt. Een slogan van de overheid in de 90er jaren, om meisjes aan de exacte vakken te krijgen, was 'Een slimme meid is op haar toekomst voorbereid. Ik stel: Een slimme Stadsdorper is op zijn toekomst voorbereid. Daar gaan we het vanavond over hebben.

In april is een groepje leden bij elkaar geweest en heeft met elkaar van gedachten gewisseld over de toekomst van het wonen in de binnenstad. Naar aanleiding daarvan zijn tips verzameld en is deze avond vormgegeven.

De volgende vragen kwamen aan bod.

Hoe kan ik in mijn huis blijven wonen?

Het grootste obstakel bij de meeste aanwezigen blijken de smalle en steile **trappen**. Wel of geen traplift of misschien een lift.

Hoe kom ik aan een appartement dat bij mij past?

Je weet soms niet wat er allemaal is in de stad. Weinig geschikt aanbod. Een goede makelaar.

Hoe groot moet een appartement zijn?

75m² voor 1 persoon, misschien 150 m² voor 2 personen.

In een complex liefst kleine en grote door elkaar.

Wellicht een gezamenlijke logeerkamer te huur voor het bezoek van bewoners.

Hoe sterk is de wens om hier in de buurt te blijven?

Sommigen zijn niet getrouwd met dit stukje stad en in het centrum wordt het wel heel moeilijk. Enkele Stadsdorpers hebben al voor een andere buurt of zelfs buiten de stad gekozen.

Een ander zegt: 'Ik ben hier geworteld, alles is op loopafstand, ik ken het hier allemaal'.

Of: Als ik een geschikt appartement vind is het ook een opluchting om bevrijd te zijn van al die zorgen voor dat grote huis.

Als we met een aantal mensen als groep zou kunnen verhuizen, dan gaat wennen natuurlijk veel makkelijker.



Wat is er allemaal in de stad aan appartementen en mogelijkheden?

Wel appartementen met nog steeds veel op en afstapjes.

Aan betaalbare huurwoningen is groot gebrek. Sociale woningen zijn al helemaal niet te vinden.

De Makroon is een optie, maar dan woon je uitsluitend met ouderen.

De Uylenburgh is een zorg woongroep, maar pas als het echt niet meer anders kan.

Stad onder Dak, faculteit de Letteren (PC Hooft huis) is een ambitieus project, maar komt pas na 2018 vrij en lukt alleen als het project financieel haalbaar blijkt. Dat is verre toekomst en voor sommige stadsdorpers mogelijk een erg lange adem.

Of een andere woonvorm?

Voorkeur: gemeenschappelijk wonen met verschillende leeftijden en verschillende achtergronden.

Er zijn ervaring met een woongroep die een wooncollectief samen opzetten, met het geld van bijv. je verkochte huis.

Je moet straks je eigen zorg inkopen, dus je hoeft niet in een huis met georganiseerde zorg te zitten.

Ik wil wel thuis blijven wonen maar kan ik iemand in huis nemen, bv een student die wat hand en span diensten zou kunnen verrichten.

Ideeën en tips:

Een van onze leden vertelt dat de Gemeente haar enorm heeft geholpen na haar val, met thuiszorg, vergunningen voor invalideplek en aanpassingen in huis.

We hebben onze eigen 'voorzorggroep' binnen het Stadsdorp die kan helpen met adressen en advies over zorg.

Bij verkoop van je huis: eerst verkopen, dan time-out. Dus (tijdelijk) huren. Dan zoeken naar een geschikte woning, en beslis dan om weer te kopen of te blijven huren.

Ik zie er enorm tegenop om mijn huis op te ruimen.

Er zijn nu ook verhuizers die alles voor je doen, zoals inpakken, internet installeren, tijdelijk opslaan, gordijnen ophangen en kasten monteren etc.

Overleggen:

Stadsherstel of Hendrick de Keyser, of zij überhaupt nadenken over woonvormen of woonmogelijkheden voor oudere buurtgenoten. Met Rooms Katholieke Oude Armenkantoor hadden Marita en ik een gesprek. Zij willen niet investeren in stenen, maar zijn wel bereid te doneren voor bv de inrichting van een gemeenschappelijke ruimte in een wooncomplex.

De Gemeente benaderen, gesprek met de wethouder Wonen, Laurens Ivens.

Ze zijn toch een beetje schatplichtig aan ons als opknappers van de stad.

Wij zijn als oudere bewoners gewoon niet het vizier van de gemeente.

Sociaal vastgoed moet niet commercieel verkocht mogen worden.

Er zou een verandering van bestemmingsplannen moeten komen waardoor je grote kantoren (boven 1000m²) verbouwd mogen worden tot appartementen.



Na deze bijeenkomst is over een aantal punten informatie ingewonnen. Die info staat puntsgewijs op de website van het stadsdorp.

Marita vertelt dat er binnen Stadsdorp een voorbeeld is van iemand die zeer tevreden is over hoe de Gemeente hielp bij de aanpassingen die nodig waren in huis. Voorwaarde is wél dat je een 'aantoonbare beperking' hebt. Dus duidelijk fysieke behoefte aan aanpassingen. Op de Gemeente-website vind je onder Wonen de afdeling Zorg en Ondersteuning en de WMO helpdesk (Wet Maatschappelijke Ondersteuning), die je helpt met de mogelijkheden voor zorg en ondersteuning in je buurt. Daar werd een afspraak gemaakt en na wat heen en weer praten kwam iemand kijken en die hielp geweldig met adressen en tips. Bijvoorbeeld werd Meyra aangeraden, een organisatie die techniek en zorg combineert. Zij hielpen met aanpassingen in en om het huis. Er kwam een stratenmaker om het tuinpad te verbeteren en aan te passen aan de rollator. Er werden op strategische plekken handgrepen bevestigd, er werd gekeken naar de mobiliteit in huis etc. Op onze website vind je onder Thema avond Wonen de namen en links naar de organisaties.

Over welke aanpassingen voor vergoeding in aanmerking komen kan de WMO helpdesk informatie geven.

De tweede spreker is Colette Niemeyer, architect.

Zij licht de toegevoegde waarde van architectuur toe en zij benadrukt de betekenis van de kwaliteit van leven in de latere levensfase. Mevrouw Niemeyer is strategisch vastgoed adviseur en als architect en ontwerper nauw betrokken bij een aantal vernieuwende woonzorgconcepten. Vanuit dit perspectief heeft zij zich vooral gericht op de veranderende behoeften van mensen die ouder worden en beperkingen krijgen. Waarop moet worden gelet bij het bieden van een passende en prettige woonomgeving? Spreekster stelt "Hoe ouder je bent, hoe harder eenzaamheid op je afkomt". Bijna de helft van de ouderen voelt zich alleen.

Toegankelijkheid van de woning en kwaliteit van leven zijn nauw verweven. Meerder vragen rijzen:

- Kunnen wij de bestaande woningbouwtypes aanpassen aan de toekomstige zorgvraag?
- Wat willen bewoners? Waar hebben bewoners behoefte aan?
- Welke onderdelen van de woning of van de woonomgeving zouden moeten worden aangepast en verbeterd?
- Wat hebben de hulpverleners (verpleegkundigen, mantelzorgers, ergotherapeuten, artsen enz.) nodig?
- Hoe kunnen nieuwe technologieën en elektronische middelen worden ingezet?
- Wat zijn de wensen en eisen aan de directe woonomgeving en de nabije voorzieningen (winkels enz.)?

De gezondheid speelt bij dit alles een kern-rol. Bij het definiëren van gezondheid wordt gelet op fysieke en psychische gezondheid, op de mate van onafhankelijkheid, op sociale relaties, persoonlijke overtuiging en ook op de relatie met de woonomgeving (WHO, Algar et al., 2014). Bij ouder worden is de kwaliteit van leven goeddeels, zo niet voornamelijk, bepaald door de toegang tot benodigdheden, het behoud van autonomie, van onafhankelijkheid en van sociale contacten. Naast de fysieke en psychische toestand waarin iemand verkeert speelt de kwaliteit van leven een essentiële rol. Die kwaliteit is voor ouderen op een aantal punten anders dan voor jongeren. Fysieke gezondheid, psychische gezondheid, en sociale relaties zijn voor beide groepen in gelijke mate belangrijk.



De oudere wordt, onderling verschillend, geconfronteerd met mentale deterioratie vroeger of later overgaand in dementering. Al naar gelang de ernst van de geestelijke achteruitgang is een aantal domeinen belangrijk voor de kwaliteit van zijn / haar leven en voor de mate waarin het leven wordt beleefd als betekenisvol. Dat zijn: de fysieke toestand, de psychische toestand, de financiële situatie, het behouden van de regie en de autonomie, sociale contacten, het zelfbeeld/de eigenwaarde, het kunnen genieten van activiteiten, veiligheid, privacy, de kwaliteit van de omgeving, esthetiek, binding/hechting, spiritualiteit, het kunnen behouden van de persoonlijke overtuiging. Een aantal van de genoemde domeinen behoeft geen nadere uitleg, een aantal mogelijk wel. Bij het zelfbeeld kan worden gedacht aan de combinatie van vertrouwen in eigenwaarde, het kunnen doen van handelingen en het hebben van zelfrespect. Tot de persoonlijke overtuiging en spiritualiteit behoren rituelen die met het geloof te maken hebben en met de visie op de maatschappij. Binding en hechting zijn verweven met de betrokkenheid bij zaken die zich afspelen in de nabijheid, maar zeker ook met het betrokken en begrepen voelen door verwanten en naasten. Bij kwaliteit van de omgeving kan worden gedacht aan de relatie met de natuur, met muziek beleven in een aangename omgeving.

Maar ook de architectuur speelt een essentiële rol in het beleven van de kwaliteit van leven. Dit geldt voor alle leeftijdsfasen. Voor ouderen speelt de sociale cohesie een grote rol en ook de sociale en de zorgrelaties. De woonomgeving moet menselijk blijven en zo nodig weer menselijk gemaakt worden zodat de oudere zelf zo lang mogelijk de regie over het eigen leven kan voeren (zie Wiles et al. 2011). Vragen “met wie wil ik wonen”, “wil ik een eigen voordeur”, “wil ik een kamer waar zomaar iemand binnen kan lopen of moet mijn privacy gewaarborgd zijn”. Hoofdprincipes voor het re-humaniseren zijn ont-institutionaliseren, transformeren en normaliseren. Voor de oudere en zeker voor de dementerende moet de woonomgeving fysiek herkenbaar zijn als huis. De gebruikte materialen moeten herkenbaar zijn, de plattegrond moet logisch zijn. De woonomgeving moet geschikt zijn voor de eigen rituelen en voor het aangaan en onderhouden van sociale contacten. De woonomgeving moet ook voor de dementerende bejaarde zo lang mogelijk herkenbaar blijven. De dagbesteding moet “zinnig” zijn en er moet contact zijn met de buitenwereld. Als een instituut dit alles niet kan bieden is het tijd voor verbetering en dient er een doorontwikkeling plaats te vinden zowel van de organisatie als van het gebouw.

Dementerende bejaarden zijn extra kwetsbaar en er is een aantal punten dat aandacht verdient (Cohen-Mansfield et al. What affects pleasure in persons with advanced stage dementia? J. Psychiatr Res; 2012;46(3):402-406) zoals het één op één contact met een naaste of verwante persoon, contact met een huisdier bijvoorbeeld een hond, sociale stimulatie door een pop, een robot, een pratend persoon op de TV, op de persoon gerichte aandacht met betrekking tot hobby's, luisteren naar muziek, bloemschikken, lezen of voorlezen, licht, geluiden, mensen in de nabije omgeving.

Ook hier heeft de juiste architectuur toegevoegde waarde.

En zolang de dementering niet heeft toegeslagen is het van het grootste belang dat men “even langs de groenteman kan”, of “even die of die kan bezoeken”. Ook hiervoor dient het (te)huis de mogelijkheden te bieden.



Wat is belangrijk voor de oudere bewoner?

- Privé ruimte op maat
- Zichtbaarheid, goed zicht op de omgeving (bevordert ontmoetingen)
- Ontmoetingsmogelijkheden (waslijn, restaurant, privé zitje)
- Bewonersmix
- Robotica / domotica
- Activiteiten
- Park en andere voorzieningen op loopafstand
- Beweging (buitenactiviteiten, bij het ontwerp moet de architect het ontwerp zo maken dat gemakkelijk van binnen naar buiten kan worden gelopen).

Als voorbeeld van goede bouw voor ouderen toont Colette Niemeyer het resultaat van de verbouwing van het complex Nieuw Overbos te Haarlem.

Tot zover architectonisch maatwerk bij ouder worden.

Als derde voert André van Stigt, architect, het woord.

Hij is lid van ons stadsdorp en bekend van bijzonder geslaagde restauraties, renovaties en herbestemming van historische en veelal monumentale panden o.a. in Amsterdam. Zijn motto lijkt verwant aan de gevleugelde uitspraak van Jan Schaefer "Is het beleid of is er over nagedacht?"

Er zal worden ingegaan op de vraag wat de nieuwe senioren voor de stad betekenen, vice versa.

Staat de stad open voor haar eigen veteranen en wat kunnen deze zelf bijdragen of doen?

Naast maatwerk (vorige spreker) vormt het benutten van ruimte in bestaande oude gebouwen een belangrijk onderwerp. Is er in onze binnenstad nog ruimte om de genoemde wensen te verwezenlijken?

Bouw, als die ruimte er is, levensloopbestendige woningen. Als voorbeeld wordt het entrepotdok genoemd. Destijds ging de gedachte uit naar afbraak en nieuwbouw. Dank zij toenmalig wethouder Jan Schaefer is dat voorkomen (evenals de afbraak van de Jordaan en andere thans zeer gewilde woonwijken). In de monumentale pakhuizen van het entrepotdok konden voor ongeveer 80.000 gulden per wooneenheid woningen worden verwezenlijkt. Dat kon door de veranderingen minimaal te houden, door respect voor de bestaande kwaliteit en door versterking van gebouw eigen zaken. De servicekosten konden worden geminimaliseerd door het beheer van de tuinen aan de bewoners over te laten, hetgeen goed is gelukt. Door dit alles is het gelukt de woningen in het entrepotdok te behouden voor de sector sociale woningbouw.

Toekomstige bewoners moeten al in een vroeg stadium worden betrokken bij de ontwikkelingen. In de Oranje Nassau kazerne konden liften worden aangebracht. Het is een belangrijke ontwikkeling als in monumentale gebouwen liften mogen en kunnen komen. In de Graansilo is een combinatie van sociale woningbouw en woningbouw voor de vrije sector gerealiseerd. Deze vermenging is sociaal gezien van grote betekenis. De Posthoornkerk was "een huis voor de buurt". Het gebouw hoort bij de buurt en afbraak zou zonde zijn. Samen met Stadsherstel kon het gebouw worden behouden voor de buurt. Ook het Olympisch stadion kon worden gered als monument. Thans is het stadion een trekker bij de gebiedsontwikkeling rondom dit met veel moeite geredde monument.

Onze binnenstad telt veel vastgoed dat goed bestemd zou kunnen worden voor de ouder wordende bewoners. Toch lukt het niet om dat voor elkaar te krijgen. Projectontwikkelaars zijn niet of nauwelijks geïnteresseerd, zij streven naar winstmaximalisatie met beperkte investering. Gelukkig heeft de universiteit van Amsterdam besloten haar vastgoed niet meer te verkopen. Dat betekent



dat bijvoorbeeld het PC Hooftgebouw aan het Singel kan worden getransformeerd in wooneenheden die te huur zijn. Ook in de Doelenstraat zijn kantoren verbouwd tot woningen. Het voormalig Aalmoezeniersweeshuis aan de Prinsengracht (gewezen Paleis van Justitie) zal geen woonbestemming krijgen. De overheid heeft als beleid dat gebouwen die niet meer door de overheid worden gebruikt voor de maximale prijs worden verkocht. Dat riekt naar korte termijnpolitiek. Vanuit de burgerij moet voeding komen om de overheid tot andere gedachten te brengen. De politieke partijen hebben geen plan. Zelfs het Prinsengrachtziekenhuis (destijds gesticht en betaald door Amsterdamse burgers) is afgestoten en heeft haar medische functie verloren.

Naar schatting is tot 2025 behoefte aan 1200 units voor ouderen. Mondjesmaat worden units gebouwd, zo start Domus Magnus bijvoorbeeld op 5 oktober 2016 met de bouw van 28 units. Het heeft meer dan een jaar gekost om de bestaande lift te mogen verbreden tot een lift waar een brancard in past. Het is hoog tijd om actief verantwoordelijkheid te nemen voor ons maatschappelijk vastgoed. Als dat gebeurt, dan levert dat veelal succes op. Zie De Hallen. De hele buurt kent thans een opleving.

Gemiste kansen baren zorgen. Behoeftte bestaat aan een analyse van gepast en gewenst gebruik van vrijkomende oude gebouwen. Mogelijkheden en beperkingen moeten aan het licht worden gebracht. Het overheidsbeleid waarbij wordt gestreefd naar opbrengstmaximalisering kan worden gekenschetst als korte termijn visie.

Het moge duidelijk zijn dat er behoefte bestaat aan een denktank voor (her)ontwikkeling van bestaande gebouwen en voor de te voeren werkwijze.

Jeroen Loeffen gaat als moderator in gesprek met de aanwezigen.

Uit de discussie wordt duidelijk dat het niet verstandig is om pas te gaan denken als een verandering in de huisvesting nodig is. Wees pro-actief en grijp de kansen die er zijn, neem eigen verantwoordelijkheid. Laat “de politiek” zien hoe groot het probleem is. In onze monumentale woonwijk is de kans groot dat wij hier over tien jaar niet meer kunnen wonen omdat er geen liften zijn of mogen komen. Natuurlijk zullen politici nooit zeggen dat wij als bewoners weg moeten, maar wij moeten afdwingen dat de politiek en de instanties ons faciliteren. Gemeentelijke instanties kunnen een rol spelen als het gaat om gemeentelijk vastgoed of rijks-vastgoed. Met steun van de buurt kan veel worden verwezenlijkt (zie De Hallen).

Hoe de buurtbewoners te rekruteren? Een buurt is geen economische entiteit, een groot gebouw wel. Buurtbewoners denken ieder een eigen probleem te hebben terwijl in wezen de problematiek in ieder huis nagenoeg hetzelfde is. Vaak gaat het om het verkrijgen van toestemming om een lift aan te laten leggen. Daarbij wordt niet gemeten met één maat, in het ene geval wordt (al dan niet na lange procedures) wel toestemming gegeven, in een ander geval niet.

De ruimte in de stad is begrensd; auto's nemen veel ruimte in beslag. Hoe daarmee om te gaan? Toeristen leggen in toenemende mate beslag op de stad. Bewoners hebben daar weinig tot niets aan. Geld gaat naar de toeristenindustrie en horeca, bewoners worden opgezaagd met drukte en lawaaioverlast in hun woonwijk.



Ontwikkelingen buiten het directe stadscentrum werken heilzaam. Zo trekken De Hallen veel toeristen en dat betekent spreiding.

Stadsdorper Menne vertelt zijn ervaring met het wonen in De Makroon. Het voorgestelde concept was prachtig; 24 uur per dag zorgactiviteit. In de praktijk wordt geen zorg geboden en is de zorgafdeling voor voormalige bewoners van Bernardus laag-bemand. Levensloopbestendigheid is niet gerealiseerd, het restaurant is er niet gekomen en het terras evenmin. De bewoners zelf ontplooiën onderling activiteiten. Zo heeft één hunner recent een burendag georganiseerd waar 60 bewoners op zijn afgekomen. Spreker is blij dat hij in de buurt kon blijven wonen maar tot zijn spijt is het beloofde concept geenszins waargemaakt.

Tot slot wordt geopperd dat er naar gestreefd moet worden dat een goed doorwerkt actie programma in de politieke programma's moet komen. Over niet al te veel tijd zijn er weer verkiezingen. Dit is het moment om aan te sturen op een andere manier van denken.

Om 21.20 uur wordt de thema avond afgesloten met enkele huishoudelijke mededelingen en een dankwoord voor de sprekers.

Hierna is onder het genot van een glas wijn nog langdurig nagepraat.

JO 03102016