



Langer thuis in de toekomst

ALV RESPECTUS

18 mei 2022

Josephine Dries GeneratieThuis



Het is belangrijk dat ouderen zelf goede keuzes kunnen maken of hoe zij ouder worden in eigen huis. GeneratieThuis biedt instrumenten en informatie om dit te ondersteunen. Op 18 mei is Josephine Dries van GeneratieThuis uitgenodigd om met de deelnemers aan de ALV in gesprek te gaan over Langer Thuis in de Toekomst.

Op www.mijnhuisopmaat.nl kan iedereen de Huistest invullen en krijgt dan een beknopt woonadvies voor de verbeterpunten van de woning.

Daarnaast maakt GeneratieThuis TOOS , een technologiehuisje om slimme snufjes voor langer thuis mee te demonstreren, en geeft trainingen aan vrijwilligers die met dit huisje op 'tournee' kunnen gaan.

In de SlimoTheek leen je producten die ouderen en hun mantelzorgers kunnen ondersteunen bij zelfstandig wonen. Zij kunnen deze thuis uitproberen en krijgen uitleg en ondersteuning hierbij.

Wie bent u?

Belangrijk is je te realiseren dat de doelgroep ouderen zeer divers is. Bureau Muzus heeft in 2017 een onderzoek gedaan voor de gemeente Rotterdam en onderscheidde toen zes verschillende ‘typen’ ouderen. Josephine presenteert er drie:

- Honkvaste Zelfstandigen
- Proactieve Zoekers
- Meegaande familiemensen



In de zaal zitten vooral de zogenaamde ‘Honkvaste Zelfstandigen’.

Deze groep ouderen is vooral blij met hoe ze het nu hebben, neigen niet naar verhuizen. Qua informatiebehoefte zijn ze afwachtend, men leeft met de dag. Ze hebben misschien een duwtje in de goede richting nodig maar willen wel zelf de controle houden.

Een aantal mensen voelt zich meer aangesproken als ‘Proactieve Zoeker’, maar niemand ziet zich als ‘Meegaand Familiemens’.

Honkvaste Zelfstandigen

op zichzelf
leven met de dag *behoudend*
afwachtend

Honkvaste Zelfstandigen wonen vaak al een hele tijd in hetzelfde huis. Ze zitten er wel goed en hebben helemaal geen zin om te verhuizen. Waarom zouden ze ook nog? Ze vragen niet snel om hulp en zijn heel zelfstandig. Ze zijn graag thuis, of in hun eigen wijk, waar ze hun eigen ding kunnen doen. Ze hebben geen flauw idee waar ze recht op hebben qua aanpassingen/financiële steun.

“Waarom zou ik nog verhuizen? Ik wil niet kleiner wonen, ik zit hier prima!”

DIT HEB IK NODIG

Een duwtje in de goede richting maar wel zelf controle houden.



Proactieve Zoekers

Proactieve Zoekers kijken vooruit maar weten niet hoe ze dingen aan moet pakken. Ze staat open voor verandering, maar missen het inzicht in de opties. Ze weet dat er mogelijkheden zijn maar niet wat de regels precies zijn, of waar ze daar meer informatie over kunnen vinden.

weloverwogen
praktisch aarzelend
ontvankelijk

“Ik denk na over mijn toekomst en heb gekeken naar opties, maar ik weet niet zo goed hoe.”

DIT HEB IK NODIG

Wegnemen van aannames en overzicht van de mogelijkheden.



Meegaande Familiemensen

De Meegaande Familiemensen hebben een groot netwerk om zich heen dat alles voor hen regelt. Ze houden van gezelligheid en anticiperen niet op hun toekomst. Ze hebben geen idee waar ze recht op hebben, maar het netwerk weet hier meestal wel achter te komen. Het netwerk zorgt ervoor dat ze onafhankelijk van de gemeente kunnen zijn.

“De jongens helpen mij, zij weten hoe alles reilt en zeilt.”

volgzaam
aanvaarden onbezorgd

sociaal

DIT HEB IK NODIG

Vertrouwde omgeving
en informatie via het
netwerk.



Stellingen

- *“Mijn gezondheid? Daar is niks mis mee, ik heb geen hulp nodig.”*

De meeste deelnemers voelen zich redelijk gezond, maar sommigen geven aan wel degelijk te merken dat ouder worden lichamelijke beperkingen gaat meebrengen. Hulp vragen is best moeilijk, het is een drempel die je over moet. En sommigen hebben niet zoveel familie of kennissen om hulp bij te vragen.

- *“Ik wil hier niet weg want
ik heb hier mijn kinderen opgevoed. Hier zijn mijn herinneringen.”*

Er wordt flink geknikt in de zaal, mensen zijn gehecht aan hun buurt. Een mevrouw geeft aan net verhuisd te zijn naar haar ‘droomwoning’, in de buurt die ze graag wilde en levensloopbestendig. Ze heeft goed over haar toekomst nagedacht.

- *“Ik wil best wel weg maar
niet naar een andere buurt.*

Een deelnemer voelt zich langzaam vervreemden van haar oude buurt, dat is niet fijn. Er is weinig contact met nieuwe bewoners die vaak een andere culturele achtergrond hebben. Dat kan hulp vragen moeilijker maken.

Sleutelmomenten Langer Thuis



- *“Mijn gezondheid? Daar is niks mis mee, ik heb geen hulp nodig.”*

De meeste deelnemers voelen zich redelijk gezond, maar sommigen geven aan wel degelijk te merken dat ouder worden lichamelijke beperkingen gaat meebrengen. Hulp vragen is best moeilijk, het is een drempel die je over moet. En sommigen hebben niet zoveel familie of kennissen om hulp bij te vragen.



- *“Ik wil hier niet weg want
ik heb hier mijn kinderen opgevoed. Hier zijn mijn
herinneringen.”*

Er wordt flink geknikt in de zaal, mensen zijn gehecht aan hun buurt. Een mevrouw geeft aan net verhuisd te zijn naar haar ‘droomwoning’, in de buurt die ze graag wilde en levensloopbestendig. Ze heeft goed over haar toekomst nagedacht.

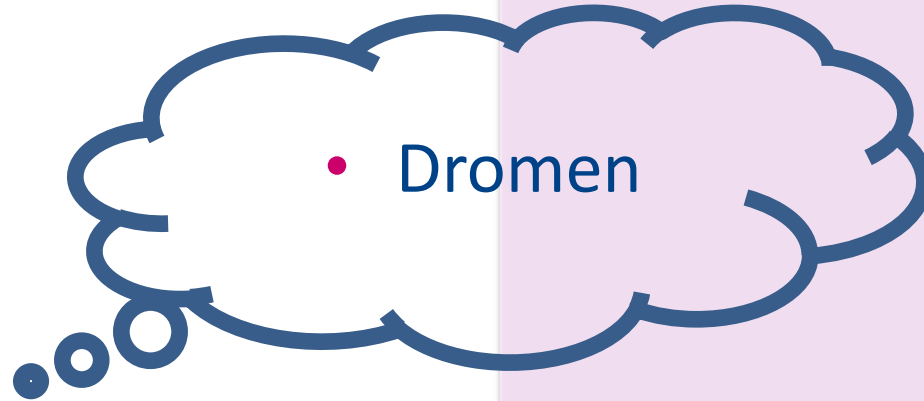


- *“Ik wil best wel weg maar
niet naar een andere buurt.”*

Een deelnemer voelt zich langzaam vervreemden van haar oude buurt, dat is niet fijn. Er is weinig contact met nieuwe bewoners die vaak een andere culturele achtergrond hebben. Dat kan hulp vragen moeilijker maken.



Je toekomst in je woning



Nu nodig...

Aandacht voor elkaar (zeker ook vanuit WoonInvest)

Informatie over de energietransitie

Grashof: kopers konden wel videointercom kopen, huurders niet

Je thuisvoelen en veilig voelen wordt steeds moeilijker ivm andere bewoners en huurverhogingen!

Dromen...

Dakraam op de zolderetage

Een woning met weinig onderhoud

Meer verdraagzaamheid

Positiever zijn over de jeugd en hun inzet voor de maatschappij

Socialer contact met de medebewoners van de flat (2)

Bestaande schuren isoleren (fijne hobbyruimtes!)

Meer saamhorigheid in de buurt

Bewonerscommissie

Rust in je omgeving – ver weg van lawaai van verkeer

Domotica b.v. lichten automatisch, geluid, gordijnen etc.

Videotoezicht bij entree (dat je ziet wie er staat)

Hobbyruimte-gezamenlijk?

Weg ermee...



Drainage van de tuinen

Storingen aan de lift

Afval! Blikjes,
etensresten etc.

Vandalisme

Burenoverlast

Burengedoe - zoek elkaar op

Onvriendelijk naar elkaar

Een deelnemer klom flink in de pen...

Ik woon nu sinds okt, 2021 in mijn droom seniorenwoning, alles gelijkvloers, geen drempels. Grote inloopdouche, ruimtelijk. Zelf geplaatste keuken met lage keuken bovenkastjes; zonder trapje, kan overal bij. Keukenladen, elektrische oven + inductie koken. Mocht ik slechter te been worden dan is er bewegingsruimte genoeg hulpmiddelen in te schakelen. Ook winkels, huisarts, apotheek, openbaar vervoer zijn binnen handbereik. Ik hoop er nog heel lang te kunnen blijven wonen.

Aandachtspunten voor de toekomst

- Naarmate de leeftijd vordert neemt het belang van de buurt en de medebewoners weer toe in het dagelijks leven: een fijne buurt en prikkels om contacten in de buurt op te bouwen en te onderhouden verdienen dan extra ondersteuning.
- Het huurdersbestand van elke corporatie vergrijst. Eenvoudige woningverbeteringen zijn er meestal niet alleen voor de huidige huurder maar ook voor die er na en weer daarna. Eigenlijk horen ze vaak bij de algehele kwaliteitsverbetering van de woning. Denk aan drempelloos, inloopdouche, thermostaatkraan, gekoppelde rookmelders, toegankelijk balkon (lage/nauwelijks overstap).
- Het moment dat ouderen alsnog naar een verpleeghuis gaan valt steeds later. Tot die tijd krijgen ze intensieve zorg thuis. Dit stelt eisen aan ruimte voor de zorgverlener in toilet/badkamer en veiligheid en toegankelijkheid van de woning. Bij nieuwbouw en renovaties is het goed hier rekening mee te houden. Dit zijn meestal verbeteringen waar alle generaties van profiteren.
- Het gesprek met ouderen huurders is essentieel, zorg dat je hen uitnodigt om over dit onderwerp na te denken en hun toekomst te verkennen. Wie ben ik als ik ouder word, wat wil ik en kan dit waar ik nu woon? Wat zijn mijn opties (en ook: op tijd te weten komen wat dus geen opties zijn).
- Ervaring van GeneratieThuis is dat ouderen vaak moeilijk te bereiken zijn. Ja, de 'suffertjes' worden goed gelezen en persoonlijke communicatie werkt goed; bijeenkomst met koffie en een kopje soep, aanschrijven, flyers en communicatie via hun eigen netwerk (die spaaractie bij de Plus met oude foto's wordt vast een succes! Daar bereik je ook ouderen mee).

Brandveiligheid

Voorafgaand aan de presentatie van GeneratieThuis kwam in een vragenkwartiertje het onderwerp brandveiligheid naar voren:

Inderdaad heel goed om hier meer aandacht voor te hebben, ook in niet-seniorencomplexen waar in de praktijk wél heel veel senioren wonen. Blusmiddelen wordt terecht minder aandacht aan besteed omdat dit ook vaak onveiligheid vergroot. Het devies bij brand is: 112 bellen en ontruimen.

Veiligheidsregio's pakken voorlichting rondom 'brandveilig leven' met ruimere capaciteit op: ontruimings-'oefening', extra afspraken met veiligheidsregio, brandweer bekend maken met gemiddelde leeftijd van bewoners.

Huurdersvereniging en WoonInvest kunnen extra aandacht geven aan: goed gebruik van en voorlichting over bestaande brandveiligheidsvoorzieningen in het gebouw (brandwerend glas, -deuren, vluchtplan, Wat te doen als...)

Eventueel toepassen van gekoppelde rookmelders die in meerdere ruimtes waarschuwen of eventueel zelfs naar burens kunnen waarschuwen bij zeer kwetsbare bewoners.

Tot slot

- Leden van Respectus kunnen een half jaar gebruik maken van de Huistest op www.mijnhuisopmaat.nl. Zij krijgen na het invullen van de test de mogelijkheid om heldere oplossingen te kiezen voor de verbeterpunten van hun woning en stellen daarmee hun eigen woonadviesrapport gemakkelijk samen. Het rapport kan gemakkelijk worden gedownload of via email worden verstuurd.