

Langer Zelfstandig Wonen in Nellestein, 7 september 2016

Een warme zomermiddag in Amsta Nellestein. Vandaag is er een bijeenkomst met als thema 'Langer zelfstandig wonen in Nellestein.'

Ellen Jacobs van het MKB (midden- en kleinbedrijf) opent de middag. Zij legt uit dat de doelstelling van de middag is dat alle aanwezigen geïnformeerd worden over de mogelijkheden om langer zelfstandig te blijven wonen.

Portefeuillehouder Urwin Vyent neemt het woord van haar over en geeft aan dat het niet zo vanzelfsprekend is om je manier van leven aan te passen aan het ouder worden. Het doet hem denken aan de vele opmerkingen van zijn ouders toen hij jong was; "wacht maar, als je ouder bent dan zal je het begrijpen." Nu hij zelf ouder aan het worden is, begrijpt hij steeds beter wat zijn ouders destijds bedoelden toen hij jong was.

"Als kinderen hebben wij de woning van onze ouders in Suriname aangepast. Vroeger was er nooit een toilet aanwezig op de bovenverdieping. Naarmate mijn ouders ouder werden, werd het steeds lastiger om 's nachts telkens naar beneden te moeten voor het toilet. Daarom vonden wij het als kinderen dat het goed was om het huis nu te verbouwen zodat er ook een toilet op de bovenverdieping aanwezig is. Nu wij zelf ook ouder worden, begrijpen we wat onze ouders toen bedoelden."

Niet alles is zo vanzelfsprekend meer, met het over worden wordt je gedwongen na te denken over zaken als de toegankelijkheid van je woning.



Hierna is Janne Bakker, gebiedsmakelaar van Nellestein, aan het woord. Zij legt uit hoe deze bijeenkomst tot stand is gekomen. De gebiedsteams helpen de bestuurscommissie om de oren en de ogen van de wijk te zijn. De gebiedsmakelaars zijn het directe aanspreekpunt voor de bewoners en partners in de buurt. Deze bijeenkomst is een van de gelegenheden waarbij bewoners signalen kunnen geven en input kunnen leveren voor de gebiedsplannen.

Een bewoner geeft aan dat veel bewoners in Nellestein niet bekend zijn met deze bijeenkomst, omdat uitnodiging is niet huis-aan-huis verspreid, wat zeker is aan te raden bij de oudere doelgroep. Dit is een terecht verbeterpunt en voortaan zullen we dit doen.

Een ander ingebracht punt was dat deze bijeenkomst een herhaling was van zetten, maar dat er niets met de gegeven input gedaan wordt. Ter illustratie wordt de woon service wijk-aanpak genoemd. Urwin Vyent reageert hierop door aan te geven dat er momenteel op een andere manier gewerkt wordt binnen de gemeente, maar dat het idee van de Woon servicewijk nog steeds uitgevoerd wordt.

Ellen Jacobs stelt hierna een vraag aan de aanwezigen: "Zijn er mensen die al actief bezig zijn met hun eigen woning? Is de woning geschikt om langer te blijven wonen?"

Een bewoner geeft aan dat hij goed woont in Nellestein, zijn woning beschikt over een lift, de metrohalte Gaasperplas is dichtbij dus hij kan gemakkelijk inkopen doen in Kraaiennest en mocht hij slecht ter been worden dan neemt hij een rollator.

Velen bevestigen dit, maar anderen geven aan dat het voor de bewoners aan de andere kant van de wijk, in bijvoorbeeld Leerdamhof wel erg ver lopen is naar de metro, dan doe je niet makkelijk even inkopen, zeker niet als je slecht ter been bent.

Ook geven veel bewoners aan het gebrek aan winkels en ontmoetingsruimte wel als een groot punt van zorg te zien.

Ellen Jacobs geeft aan dat het waardevolle opmerkingen zijn en ze hoopt dat de aanwezigen vandaag veel tips krijgen waar ze iets aan hebben.

Wijkzorg

Hierna is het woord aan Sandra Pieroen, kwartiermaker Wijkzorg. Sandra houdt zich bezig met taken die in 2015 zijn overgeheveld naar de gemeente en probeert die in Zuidoost, samen met de zorgaanbieders, zo goed mogelijk te faciliteren zodat mensen die zorg en ondersteuning nodig hebben dit ook krijgen.

Ze heeft iemand uit het veld meegenomen; Anne Faasen, ergotherapeut van Ergotherapiepraktijk 'Doen'. Anne vertelt dat een ergotherapeut mensen zo optimaal en zelfstandig mogelijk leert dagelijkse handelingen en activiteiten uit te voeren in hun eigen woon-, leef- en werkomgeving.

Een ergotherapeut komt bij de bewoner thuis, zodat er gelijk gekeken kan worden waar de bewoner eventueel tegen aanloopt of tegen aan zou kunnen lopen. Bij verplaatsingsproblemen wordt er gekeken wat de reden hiervan is en hoe dit opgelost kan worden.

Voor praktische oplossingen, met name kleine woningaanpassingen kan de bewoner onder meer terecht bij bouwmarkten en thuiszorgwinkels. In Amsterdam Zuidoost zit een outlet winkel voor hulpmiddelen.

"Welke keuze u ook maakt, zorg dat u zelf de regie heeft en geen keuzes uit onvrede maakt"

Sandra neemt het woord over en legt uit dat de bewoners kunnen wachten tot zich een (gezondheids)probleem voordoet, maar als zij tijdig actie ondernemen, profiteren zij langer van extra comfort en veiligheid. De Wmo kan helpen met grote woonruimteaanpassingen zoals een traplift of bijvoorbeeld het aanpassen van een toegangsdeur. Daarmee wordt er gekeken naar de medische noodzaak, naar wat er nodig is in de toekomst, maar ook naar de kosten van de voorziening.

Wanneer een bewoner zorg of ondersteuning nodig heeft, is er Wijkzorg. Dit kan aangevraagd worden via de vertrouwde zorgaanbieder of via de Madi of MEE. Het kan gaan om bijvoorbeeld dagbesteding of begeleiding.

Wooncoaches/Ymere

Saskia Bosnie werkt bij het Wijksteunpunt wonen Zuidoost en geeft aan dat zij gratis informatie, advies en ondersteuning geeft aan bewoners, zowel huurder als kopers. Zij ondersteunen bewoners bij het organiseren van activiteiten in het wooncomplex, denk aan onderwerpen als slecht onderhoud, hoge huren, hoge servicekosten en VvE-ondersteuning.

Een wooncoach komt bij de bewoner thuis en neemt al zijn/haar vragen door. De wooncoach geeft advies, helpt bij het zoeken naar een woning en verwijst eventueel door naar een organisatie die verder kan helpen.

Woningcorporaties zijn ook aangesloten het woord wordt gegeven aan Carla Wezenberg, beleidsadviseur Ymere.

Eén van de belangrijkste kenmerken voor een geschikte woonruimte om oud te worden is dat de woning zonder trappen te bereiken is. Daarna kan de woning al met een paar kleine aanpassingen voldoende zijn om heel lang oud in te worden. Denk aan het plaatsen van beugels in de badkamer en het toilet, het

verhogen van de toiletpot, een douchezitje etc. Deze aanpassingen kan de bewoner zelf plaatsen of als de bewoner huurder is van een corporatie kunnen zij bij hen navragen of zij hierin faciliteren.

Carla geeft aan dat bewoners zich kunnen inschrijven in Woningnet. Hiervoor komen bewoners alleen in aanmerking als het inkomen onder de € 35.739. Voor sommige woningen mag het inkomen ook iets hoger zijn, namelijk € 39.874. Het gaat erom dat wanneer de bewoner op woningen reageert het inkomen onder deze grenzen ligt.

Heeft de bewoner een sociale huurwoning en schrijft hij/zij zich dit jaar nog in, in Woningnet, dan telt de woonduur nog mee als inschrijfduur.



Mijn huis op maat

Tot slot wordt het woord gegeven aan Mieke Koot van 'Mijn huis op maat'. Zij geeft een presentatie over hulpmiddelen in en rondom de woning. 'Mijn huis op maat' is een informatieplatform over wonen en ouder worden. De bewoners kunnen een huistest doen met persoonlijk woningadvies door vrijwilligers.

Dit kan via de website: www.mijnhuisopmaat.nl

Mieke heeft een aantal interactieve vragen voor de aanwezigen:

'Wie heeft zijn woning extra beveiligd tegen inbraak?' 'Wie heeft er in iedere ruimte een rookmelder?'

Aanwezigen die nog niet de nodige hulpmiddelen hebben aangeschaft of hier vragen over hebben kunnen naderhand hulp en tips vragen aan Mieke tijdens de informatiemarkt.



Aan het einde van de middag introduceert Ellen Jacobs de informatiemarkt. De middag wordt afgesloten met een hapje en een drankje en de mogelijkheid voor de aanwezigen om vragen te stellen aan de gebiedsmakelaars, de marktaanbieders en de zorgprofessionals.

Input gegeven tijdens de informatie markt:

- Er is een winkeltje nodig, een plek in de wijk om je boodschappen te doen! Tips:
 - 1) De behoefte van bewoners inventariseren; naar welke producten is de meeste vraag?
 - 2) Ruimte zoeken
 - 3) Leverancier zoeken
- De verlichting in de Openbare Ruimte moet beter. Met name de route naar de metro en om de complexen
- Hoek Leksmondhof, hoge nummers (rondom nummer 347), compleet ingebouwd door bomen. In combinatie met de toch al slechte verlichting zorgt dit voor een gevoel van onveiligheid
- Fietsparkeerplekken dicht bij de woningen in de Openbare Ruimte. De toegankelijkheid van de bergingen is slecht.
- Bebording en bewegwijzering in de gehele wijk aanpakken. Ook in het kader van de bereikbaarheid voor hulpdiensten.
- Onvoldoende toegang voor bewoners uit de aanleunwoningen van Ymere (Lopikhof 5-115) tot de faciliteiten in Amsta (Lopikhof 1): bibliotheek, PC, receptie, sportruimte
- Ontmoetingsruimte!
- Ontmoetingsruimte: Alle organisaties van hedenmiddag 7-9 moeten samen een projectgroep starten met tijd + geld van professionals om de krachten uit de wijk daarna te kunnen mobiliseren en over te kunnen dragen aan vrijwilligers. Vicious cirkel: geen ontmoetingsruimte, geen informatie/spreekuur en dergelijke