

# Gezond en gelukkig wonen

ESSAY George de Kam, Roos Pijpers, Daniëlle Damoiseaux, Laura Dorland & Erik Jansen

**Politici en beleidsmakers zijn overtuigd van de meerwaarde van woonservicegebieden. Maar wat zijn de ervaringen van de ouderen in deze wijken? Alleen zij kunnen de weg wijzen naar goede oplossingen in een toekomst waarin nog meer ouderen zelfstandig zullen wonen.**

Verreweg de meeste ouderen van de toekomst zullen zelfstandig wonen. Dat komt in de eerste plaats omdat zij dat zelf de prettigste oplossing vinden. In toenemende mate is ook het beleid er op gericht om de toegang tot collectief gefinancierde alternatieven – zoals het verzorgingshuis – sterk te beperken. Dat betekent dat er in de toekomst niet alleen meer, maar ook meer kwetsbare ouderen zelfstandig zullen wonen. Deze ontwikkeling, die past in een beleidsdiscours waarin de overheid zich terugtrekt en actief burgerschap stimuleert, heeft er onder andere toe geleid dat veel gemeenten speciale aandacht besteden aan het aanpassen van woningen en het inrichten van woonservicegebieden.

Een woonservicegebied is een stadswijk, dorp of een aantal kleine kernen binnen een plattelandsgemeente die zo is ingericht dat mensen er zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen te midden van anderen. In woonservicegebieden, meer dan in gewone wijken, vind je woningen en voorzieningen die geschikt zijn voor ouderen. Er zijn aangepaste woningen, seniorenwoningen rondom een centraal zorgcentrum en een gecoördineerd dienstenaanbod op het gebied van zorg, welzijn en wonen. Ook zijn er veilige en obstakelvrije looproutes gemaakt in de woonomgeving, zodat het zorgcentrum en bijvoorbeeld het winkelcentrum goed bereikbaar zijn. In een woonservicegebied werken aanbieders van wonen, welzijn en zorg intensief samen. Er is echter geen algemeen 'recept' voor de inrichting van een woonservicegebied, waardoor er uiteenlopende varianten zijn ontstaan (zie kader 1 voor een voorbeeld).

## Gedeelde visie

Maar werkt een woonservicegebied? Er is inmiddels veel onderzoek gedaan naar de manier waarop die gebieden door samenwerking tussen aanbieders van wonen, welzijn en zorg tot stand komen. Omdat veel professionals en beleidsmakers overtuigd zijn van de waarde van woonservicegebieden zijn er de afgelopen decennia meer dan honderd van ingericht. Succes hangt af van een gedeelde visie van deze professionals en beleidsmakers op de behoeften van ouderen. Alleen gaat het daarbij meestal om veronderstellingen die niet systematisch onderzocht zijn. Voorzien woonservicegebieden wel in een behoefte?



### Kader 1: Variant inrichting woonservicegebied

Woonservicegebied Meulenvelden in Didam is georganiseerd rond zorgcentrum het Panhuis en multifunctioneel centrum Waverlo. Om deze centrale gebouwen heen staan binnen een straal van 300 meter diverse typen wooncomplexen met levensloopbestendige woningen waarin zorg gegarandeerd wordt voor wie dat nodig heeft, te midden van de reguliere woningvoorraad.

Oudere bewoner Meulenvelden: *“Nou ja wat, het is allemaal prettig. De vrijheid, de gezelligheid, de contacten met elkaar, dat is fijn. Je zit hier niet ver van de winkels af. Ik kan het toch niet beter hebben.”*

En wat betekenen ze voor het dagelijks leven van zelfstandig wonende ouderen?

Wij (Radboud Universiteit Nijmegen, Hogeschool van Arnhem en Nijmegen en Universitair Medisch Centrum Groningen) beantwoorden deze vragen door de werking van tien woonservicegebieden verspreid door Nederland te bekijken (zie kaart). Aan de hand van 1500 vragenlijsten over zelfstandig wonen, welzijn en zorg maken we de vergelijking tussen ouderen die wel en niet in woonservicegebieden wonen. Hiernaast vertellen ouderen in 430 persoonlijke verhalen wat zij belangrijk vinden om gezond en gelukkig te wonen. Op basis van hun verhalen is een negen punten tellend 'Manifest van de thuiswonende oudere' opgesteld waarin hun behoeften, wensen en hun eigen bijdragen zijn samengevat. Enkele punten uit het manifest komen in het vervolg van het artikel terug.

## Er is geen algemeen recept voor de inrichting van een woonservicegebied

### Dempende werking

Het lijkt erop dat ouderen langer zelfstandig wonen in woonservicegebieden dan in gewone wijken. In woonservicegebieden maakt een hoger aantal ouderen gebruik van zorg aan huis en is het percentage ouderen dat in het ziekenhuis wordt opgenomen lager. Ook kunnen ouderen beter met hun toenemende beperkingen om gaan als ze in woonservicegebieden wonen en bij toenemende geestelijke beperkingen loopt de kwaliteit van het contact met andere mensen minder snel terug. Bovendien gaat in deze gebieden het welbevinden van kwetsbare ouderen minder hard achteruit dan in andere woonwijken. Dit betekent dat het ouderen in woonservicegebieden beter lukt om hun dagelijkse bezigheden aan te passen aan wat ze lichamelijk aan kunnen en dat ze zich beter over moeilijke momenten in een dag heen weten te zetten. We noemen dit de 'dempende werking' van een woonservicegebied.

Deze dempende effecten zijn belangrijke aanwijzingen dat woonservicegebieden werken op de manier die de initiatiefnemers voor ogen staat, en zich onderscheiden van gewone woongebieden. Voor de meeste van deze effecten is niet precies aan te geven welke maatregel ze veroorzaakt, omdat er in woonservicegebieden meestal sprake is van een heel palet aan interventies. Grofweg zijn er twee typen kenmerkende bestanddelen van een woonservicegebied: hardware en software. Tot de hardware behoren: geschikte of aangepaste huur- en koopwoningen, aangepaste woon-zorg-vormen, een veilige en leefbare woonomgeving, wijkservicevoorzieningen (bijvoorbeeld in een buurthuis) en gezondheidsvoorzieningen (huisarts, apotheek, fysiotherapie). De software bestanddelen zijn onder meer: een gecoördineerd wijkzorgteam, integrale samenwerking wijkzorg en eerstelijnszorg, een professionele cliëntenadviseur, een informatiepunt, thuiszorg op afroep, activiteiten aanbod, diensten aan huis en vervoersdiensten, advisering over woningaanpassing, een vrijwilligerscentrale en ondersteuning mantelzorg.



### Kader 2: Co-creatie in de praktijk

In de Limburgse gemeente Peel en Maas, die bestaat uit elf dorpskernen waaronder Helden, Panningen en Beringe krijgt co-creatie vorm door middel van wat men daar 'Dialoog met het Dorp' noemt. Er worden netwerken gefaciliteerd tussen kwetsbare en vitale burgers, welzijnspartijen, zorginstellingen, zorgkantoor/verzekeraar, maatschappelijke partners, gemeente, buurtbewoners, politie, onderwijs en andere betrokken partijen. Het centraal stellen van (oudere) burgers leidt tot collectieve ambities, nieuwe visies en werkwijzen. De illusie is verlaten dat met enkel top-down sturing de maatschappelijke verandering gerealiseerd kan worden. Het motto is: "Geit neet, besteit neet (gaat niet, bestaat niet)".

Oudere bewoner Peel en Maas: "Ik woon hier heel erg graag, met veel plezier, een prettige buurt. Ik kan met iedereen praten, met iedereen opschieten. En nou, die buurvrouw daar komt geregeld bij mij binnenlopen."

Het dempende effect van wonen in een woonservicegebied blijkt ook uit de casus van Berflo Es in Hengelo. Hier vonden we een aannemelijk verband tussen de kwaliteit van een lokaal netwerk en de ontwikkeling van psychische klachten. Het woonservicegebied heeft de laagste toename van psychische problemen bij ouderen die met een groeiend aantal beperkingen te maken krijgen. Ouderen kunnen hier gemakkelijker deelnemen aan het sociale en maatschappelijke verkeer. Het gebied onderscheidt zich door goede coördinatie, samenwerking en ondersteuning van verschillende typen zorg.

### Woning en woonomgeving

Ouderen zelf geven nadrukkelijk aan dat zelfstandig wonen belangrijk voor hen is. Voor de meesten spreekt het voor zich dat aanpassingen aan de woning noodzakelijk zijn wanneer ze thuis willen blijven wonen. Echter, vanuit een positieve kijk is men niet al te zeer bezig met het nemen van concrete maatregelen (zoals trapliften of domotica). Bovendien vereist zelfstandig wonen meer dan een geschikte woning en een passend voorzieningenaanbod. Ouderen praten veel over de sociale relaties en de informele zorg en ondersteuning die het mogelijk maken het leven te leiden zoals zij dat willen. Eén op de vijf ouderen doet een beroep op informele zorg wanneer de zelfredzaamheid tekort schiet. Hoe meer beperkingen hoe meer informele zorg; hoe beter de financiële situatie, des te minder informele zorg. Mensen met een

partner geven aan minder informele zorg te ontvangen – waarschijnlijk wordt een deel van de ondersteuning van partners niet als informele zorg benoemd.

*“Ik wil zo lang mogelijk thuis blijven wonen, in mijn eigen huis, te midden van mijn eigen sociale netwerk en in mijn eigen wijk, zoals het altijd is geweest” (Manifest thuiswonende oudere).*

Het niveau van informele zorg blijkt gelijk te zijn in woonservicegebieden en overige woongebieden. Dat staat haaks op de veronderstelling van initiatiefnemers van woonservicegebieden dat hun aandacht voor het faciliteren van informele zorg er toe leidt dat deze ook meer gebruikt wordt – bij voorkeur als alternatief voor dure formele zorg. Dit is deels te verklaren door het gegeven dat steunsystemen voor informele zorg (zoals een vrijwilligerscentrale) vaak de hele gemeente bedienen en dus niet alleen hun werking hebben in één specifiek woonservicegebied. Eveneens valt op dat informele zorg bij de ouderen in de woonservicegebieden geen substituuut is voor formele zorg: wanneer zij formele zorg invoeren komt die niet in de plaats van, maar als noodzakelijke aanvulling op de informele zorg.

### Mobiliseren sociaal netwerk

Uit verhalen blijkt dat het niet eenvoudig is voor ouderen om lokale sociale netwerken te mobiliseren. Omdat dit een van de hoekstenen van het zorgbeleid lijkt te worden is het belangrijk dat dit probleem meer professionele aandacht krijgt. Enerzijds moeten ouderen over een drempel heen om daadwerkelijk hulp te vragen. Anderzijds blijken ze meer dan bereid om, waar en indien mogelijk, elkaar te ondersteunen. Opvallend is dat ruim 30 procent van de ouderen ook zelf vrijwilligers-



In deze tien woonservicegebieden is het onderzoek uitgevoerd.  
Bron: SEV/Platform 31

werk doet, bijvoorbeeld bij een kerk of vereniging, maar dat in buurtverband lang niet altijd gebruik wordt gemaakt van hun hulpvaardigheid. Contacten met burens en buurtgenoten zijn prettig, maar meestal niet diepgaand. Burenhulp beperkt zich dan ook tot incidenteel een boodschap of een klusje voor elkaar doen. Zowel de hulpvraag als het aanbod van hulp worden onderschat. Er blijven mogelijkheden onbenut om de competenties van ouderen (van koken tot de administratie doen) in iets groter verband in te zetten.

*“Ik wil van betekenis zijn voor mensen in mijn omgeving en niet slechts een last vanuit volledige afhankelijkheid” (Manifest thuiswonende oudere).*

### Eigen kracht

Om ervoor te zorgen dat ouderen in woonservicegebieden gelukkig en gezond zijn, is het nodig in gesprek te gaan met beleidsmakers en professionals. Wij zetten deze drie groepen bij elkaar, met verrassende uitkomsten. Het blijkt dat het nog niet vanzelfsprekend is te luisteren naar wat mensen willen en nodig hebben en wat ze zelf kunnen en willen bijdragen. In de wijk Hoge Vucht in Breda werden bijvoorbeeld suggesties gedaan voor het oprichten van een oppasdienst voor huisdieren. Ouderen nemen vaak zelf geen huisdier meer vanwege hun leeftijd, maar hebben overdag wel tijd om bijvoorbeeld een wandeling te maken. Als zij in contact kunnen komen met tweeverdieners in hun buurt snijdt het mes aan twee kanten: ouderen hebben meer contact met mens en dier, bewegen meer en tweeverdieners kunnen met een gerust hart werken overdag. De eenvoud van dit soort ideeën bracht veel enthousiasme teweeg bij zowel ouderen als professionals, en het lijkt erop dat de gesprekken een belangrijke eerste stap waren in de richting van co-creatie: samen vormgeven aan oplossingen voor de toekomst. In Helden-Panningen (zie kader 2) is men daar zelfs al wat verder mee.

*“Ik heb een eigen identiteit als bewoner van dit dorp en wens daarin erkend en herkend te worden” (Manifest thuiswonende oudere).*

*“Ik wens dat organisaties en beroepskrachten die mij ondersteunen aansluiten bij mijn leefwereld in plaats van dat ze mij dwingen me te voegen in hun systemen” (Manifest thuiswonende oudere).*

### Voorwaarden voor succes

De werking van woonservicegebieden levert een drietal inzichten op waarmee professionals en beleidsmakers aan de slag kunnen. Het eerste inzicht is dat de crux ligt in lokaal maatwerk, waarmee beter dan nu wordt geluisterd naar wat ouderen wensen en nodig hebben, maar ook naar wat zij zelf kunnen bijdragen. Vormgeven aan co-creatie is een prikkelend antwoord op de krimpende collectieve middelen. Om co-creatie tot zijn recht te laten komen dient er wederzijds vertrouwen te zijn tussen burgers en beleidsmakers. Echter, ondanks dat er genoeg kennis, kunde en bereidheid is bij oudere burgers wordt er in veel woonservicegebieden – waar toch is nagedacht over levensloopbestendige woonwijken – nog weinig gedaan met het vormgeven van een serieuze rol voor ouderen in de besluitvorming. Een rol waarbij naar hen



Ouderen in een subgroep in dialoog met beleidsmakers en professionals tijdens één van de bijeenkomsten. Foto: Daniëlle Damoiseaux

geluisterd wordt en verleid worden tot meedenken en doen. Wat helpt is dat er een generatie ouderen aankomt die meer mogelijkheden heeft om zelf een bijdrage te blijven leveren aan het vormgeven van hun levensomstandigheden.

Ten tweede is het – hoe voor de hand liggend ook – erg belangrijk om het aanbod van geschikte/aangepaste woningen te vergroten. De druk die ouderen kunnen gaan voelen om naar een andere woning te zoeken (of om extra ondersteuning te vragen) kan hierdoor verminderd worden, en dat is dag in dag uit een positieve bijdrage aan hun welbevinden. Deze voorwaarde lijkt overigens minder gemakkelijk te bewerkstelligen in de kleine kernen op het platteland, waar het aandeel particuliere woningen hoog is en weinig geïnvesteerd wordt in voor ouderen geschikte nieuwbouw. Een belangrijk signaal uit het onderzoek is daarnaast dat een aangepaste woning besparingen op thuiszorg mogelijk maakt. Echter, aanpassingen ‘werken’ pas als ze tot tevredenheid van de oudere zijn aangebracht. Er ligt nog een groot terrein min of meer braak voor aanpassingen in eigen woningen. Hierbij is het de kunst net die stimulansen te geven die een ondernemende mix van eigen initiatief, onderlinge creativiteit en hulp en productontwikkeling in gang zetten.

Tot slot is het essentieel dat de toename van kwetsbaarheid van ouderen zoveel mogelijk wordt afgeremd. Dit niet alleen om hun eigen gezondheid en geluk zo goed mogelijk op peil te houden, maar ook voor de beheersing van de maatschappelijk kosten van vergrijzing. Daarom is het belangrijk dat het onderzoek heeft laten zien dat woonservicegebieden een dempende werking hebben op de achteruitgang van ouderen. Tevens wijst het op het belang van aandacht voor welbevinden en ondersteuning, binnen een netwerk met en rond de oudere waarin informele en formele zorg elkaar versterken. Een gebiedsgerichte aanpak zoals in woonservicegebieden biedt hier gunstige condities voor, omdat deze aansluit bij de schaal van de dagelijkse leefomgeving van ouderen.

**George de Kam (g.dekam@fm.ru.nl) is emeritus hoogleraar ‘Maatschappelijk Ondernemen met Grond en Locaties’ bij de sectie Geografie, Planologie en Milieu van de Radboud Universiteit Nijmegen. Roos Pijpers (r.pijpers@fm.ru.nl) is universitair docent bij de sectie Geografie, Planologie en Milieu van de Radboud Universiteit Nijmegen. Laura Dorland (lmdorland@gmail.com) is onderzoeker op het gebied van ouderenzorg en -welzijn bij het Universitair Medisch Centrum Groningen. Erik Jansen (erik.jansen@han.nl) en Daniëlle Damoiseaux (danielle.damoiseaux@han.nl) zijn verbonden aan de Hogeschool van Arnhem en Nijmegen, respectievelijk als associate lector ‘Lokale Dienstverlening vanuit Klantperspectief’ en als programmacoördinator ‘Vitale Leefomgeving, Kleine Kernen’.**

#### Literatuurselectie

- Biene, M. van, F. Basten, M. van Erp, P. van Hoof, J. Meesters, T. Satink, H. Joosten, H. van der Hulst, M. Lenkhoff en K. Lips (2008) De Standaardvraag Voorbij: Narratief Onderzoek naar Vraagpatronen, Lectoraat Lokale Dienstverlening vanuit Klantperspectief, Hogeschool van Arnhem en Nijmegen.
- De Groot, C., F. Daalhuizen en F. van Dam (2012) Vergrijzing, woningmarkt en woningvoorraad, Demos 28, nr. 12, pp. 1-3.
- Kam, G. de, D. Damoiseaux, L. Dorland, R. Pijpers, M. van Biene, E. Jansen, en J. Slaets (2012) Kwetsbaar en Zelfstandig, Een Onderzoek naar de Effecten van Woonservicegebieden voor Ouderen, Radboud Universiteit Nijmegen.
- WRR (2012) Vertrouwen in Burgers, WRR, Amsterdam.  
www.wonenouderen.nl