

Zeeuwse Huiskamer wijst op belang van onderlinge

Brenda Voet runt in het Zeeuwse dorp Zonnemaire “Résidence Oud Bommenede”. Onderdeel van de résidence zijn onder meer een camping, een gezondheidscentrum en een zorgvilla. In de zorgvilla kunnen mensen onder andere terecht om te revalideren na een operatie of voor vakantie.

Voet stelde in eerste instantie een bestaande woning beschikbaar als huiskamer in het project de Zeeuwse Huiskamer (zie ook “Denk niet voor, maar praat met ouderen”). In de nieuwgebouwde zorgvilla zijn de ervaringen verwerkt van mensen die in de huiskamer logeerden. „Daarom is er alarmering,

maar zit de woning niet vol technische snufjes. De slaap- en de badkamer beslaan de helft van het woningoppervlak, want in een zorgsituatie blijkt ruimte belangrijk.”

De ruiten die een weids uitzicht op de Zeeuwse polder bieden, beslaan de hele wand van zowel de woon- als de slaapkamer. „Licht, lucht en ruimte zorgen voor rust.” De zorgvilla is een leerplek. „Voor onze gasten, voor ondernemers en voor mij. Soms laten kinderen hun ouders in de zorgvilla logeren, want het werkt goed om op een andere plek over de thuissituatie na te denken.”

Coby Traas is als bestuurder van zorggroep Ter Weel bij de Zeeuwse Huiskamer betrokken. Ze denkt samen met de mensen van de Zeeuwse Huiskamer en onder andere woningcorporaties na over de vraag wat er nodig is om ouderen langer zelfstandig thuis te kunnen laten wonen. „Terecht roepen de mensen van de Zeeuwse Huiskamer op om de vragen van de senioren zelf centraal te zetten. Die kunnen gaan over zelfredzaamheid, over de boodschappen, over sociale contacten of over technologie. In het verleden beperkten we ons vaak tot medicatie en technische voorzieningen. Er werd vóór een cliënt gedacht,

verbondenheid

waardoor deze in zijn appartement werd geconfronteerd met allerlei technische snufjes waar hij geen raad mee wist.”

De bestuurder wijst op het belang van een goed functionerend sociaal netwerk, waarin alle partijen elkaar weten te vinden. „De Zeeuwse Huiskamer kan hierin een sturende rol spelen. Door in kaart te brengen of er familie, een dorpsraad, een vrijwilligersorganisatie, een kerk en verenigingen zijn en wie als sleutelfiguren in een dorpskern fungeren.”

Ook buren en andere mensen in een straat spelen een belangrijke rol. „Ze kunnen afspreken wie de

buurman met beginnende dementie in de gaten houden als hij gaat wandelen, hem helpen met praktische zaken in huis en afstemmen wie hem op welke dag van een warme maaltijd voorziet.”

Sociale cohesie ontstaat niet vanzelf, maar moet tegenwoordig worden georganiseerd, weet Traas. „Dat is niet altijd eenvoudig en een kwestie van lange adem. Buurtbewoners zijn onmisbaar bij het creëren van een dementievriendelijke wijk. Scholieren kunnen bijvoorbeeld de moestuin bij een zorgcentrum helpen onderhouden of thuiswonende ouderen bezoeken die in een isolement zijn geraakt.”

pensioen

„Het adviseren van bedrijven is dankbaar werk”

tekst Gert de Looze
beeld Jan den Hertog

De eerste maanden nadat hij stopte met werken vielen Jan den Hertog (63) uit Nijkerkerveen niet mee. „Ik vond het lastig dat mijn agenda leeg was, terwijl ik kort daarvoor vaak vijftig tot zestig uur per week druk was. Inmiddels heb ik mijn draai gevonden als coach bij stichting Qredits, die microkredieten verleent.”

Den Hertog was actief in de financiële sector. Hij vervulde directie- en managementfuncties in de bankwereld en hield zich bezig met kredieten, hypotheken en pensioenen. „Ik genoot van mijn adviserende rol en van het omgaan met mensen.”

Na een fusie in 2010 kreeg Den Hertog de mogelijkheid om met vervroegd pensioen te gaan, maar hij ging niet op dit aanbod in. „Werken was mijn lust en mijn leven. Daarom wilde ik lekker doorstomen tot mijn vijfenzestigste.

Ik heb altijd gewerkt in organisaties met zo’n 200 mensen. Na de fusie kwam ik in een organisatie met 8000 man terecht. Dan krijg je met andere belangen en minder beleidsvrijheid te maken. In 2012 heb ik alsnog gebruikgemaakt van de mogelijkheid om vervroegd uit te treden.”

„Gelukkig kwam ik via via na een paar maanden in contact met stichting Qredits”, vertelt Den Hertog. „Koningin Máxima is erevoorzitter van deze in Almelo gevestigde kredietverstrekker. Qredits verleent in samenwerking met het Europees Investeringsfonds en het ministerie van Economische Zaken microkredieten aan ondernemers die bij de reguliere banken zijn afgewezen. De stichting honoreert circa 20 procent van de kredietaanvragen. Bedrijven kunnen na de ontvangst van het mikrokrediet desgewenst gebruikmaken van een coach. Ik ben gemiddeld twee dagen per week bezig met de coaching van acht bedrijven, onder andere een bouwbedrijf, een restaurant en een assurantiëkantoor. Dat is boeiend en dankbaar vrijwilligerswerk, zeker als je ziet dat adviezen een positief effect hebben. Zo gaf ik de restauranthouder de tip om in het tegenoverliggende congrescentrum een paar keer een gratis lunch te bezorgen. Inmiddels verzorgt hij minstens drie keer per week de lunch voor congresgangers.”

Den Hertog en zijn vrouw hebben drie zoons. Eén zoon heeft drie kinderen –Myrthe (7), Marit (4) en Rick (1)–, waar het echtpaar wekelijks één à twee dagen op past. „Dat zijn de mooiste dagen van mijn leven. Een voorbeeld? Na het middageten leest Myrthe inmiddels zelf uit de kleuterbijbel. Daarna komen de vragen aan de orde die onder elk Bijbelgedeelte staan. Dit levert regelmatig mooie gesprekken op. Zo vond ik het ontroerend dat Marit onlangs zei: „Opa, u hoeft toch nooit bang te zijn? De Heere God is altijd bij u.”

In de tijd die overblijft tennist Den Hertog, doet hij klusjes voor de tennisvereniging of loopt hij zo’n 10 kilometer hard. „Dat is heerlijk om mijn hoofd leeg te maken.”

Dit is deel 7 in een serie over mensen die na hun pensionering een nieuwe uitdaging oppakten. Volgende week donderdag deel 8.



Jan den Hertog past graag op zijn kleinkinderen.



Ouderen kunnen in een zogeheten huiskamer van de Zeeuwse Huiskamer logeren. Om bijvoorbeeld te ervaren hoe het is om in een appartement te wonen of om te ondervinden hoe



makkelijk een inloepdouche is. Ze kunnen hun ervaringen doorgeven aan de initiatiefnemers van dit project.

„Denk niet voor, maar praat

tekst Gert de Looze
beeld Jeannine Govaers

„Als je écht naar mensen luistert, ontdek je nieuwe dingen”, weet Petra de Braal. Ze is bedenker en manager van de Zeeuwse Huiskamer, een project waarin de verhalen van Zeeuwen centraal staan. „Alleen op die manier kun je hulp op maat bieden.”

Naast een zogeheten huiskamer in Zonnemaire scharrelen kippen. De zon breekt door het wolkende en geeft de Zeeuwse kleigronen extra glans. In de woning vertellen Petra de Braal en Arend Roos over de Zeeuwse Huiskamer. Projectmanager De Braal is antropoloog. Roos staat haar bij vanuit Economische Impuls Zeeland, de organisatie achter de Zeeuwse Huiskamer (zie ook “Langer thuis wonen”).

De Zeeuwse Huiskamer, gestart in 2013, wil een bewustwordingproces op gang brengen. Centrale vraag is wat mensen nodig hebben om langer zelfstandig te kunnen blijven wonen. „Ondanks veel onderzoeken hebben we geen

passend antwoord op die vraag”, weet De Braal.

Roos: „Veel bedrijven en overheden werken aanbodgestuurd en bedenken producten en diensten zonder goed te weten waar behoefte aan bestaat. Door bij de mens en niet direct bij de productontwikkeling te beginnen, sluiten we vraag en aanbod beter op elkaar aan. Dit komt de economie ten goede. Wij vertellen dus geen zweverig, maar een realistisch verhaal.”

De Braal: „Verbondenheid tussen mensen is ons startpunt. Via gesprekken met ouderen, hun kinderen, vrienden en buren proberen we te achterhalen wat zij nodig hebben en waar hun kracht ligt. Met die kennis helpen we onder andere gemeenten en woningcorporaties om goede keuzes te maken.”

In het kader van het project zijn eerst drie zogeheten huiskamers ingericht. In Goes en Terneuzen een woning in een appartementencomplex en in Zonnemaire (zie ook “Zeeuwse Huiskamer wijst op belang van onderlinge verbondenheid”) een woning op het platteland.

De huiskamers in Goes en Terneuzen zijn volgens afspraak na een jaar gesloten. De komende tijd openen her en der in Zeeland nieuwe huiskamers hun deuren.

Welke functie heeft een huiskamer?

De Braal: „Mensen kunnen er logeren. Bijvoorbeeld om te ervaren hoe het is om in een appartement te wonen of om te ondervinden hoe makkelijk een inloepdouche is. Als mensen uit hun comfortzone stappen en elders verblijven, kijken ze vaak met een frisse blik naar hun thuissituatie. Dit kan veranderingen in gang zetten.”

Dorpen blijken ook als huiskamer te kunnen fungeren.

De Braal: „Inderdaad, dit betreft Rilland en 's-Heer Hendrikskinderen. Gemeente, woningcorporatie

Aan de hand van de uitkomsten kan er een passend aanbod worden gedaan. Als de gemeente een woningaanpassing bijvoorbeeld door de plaatselijke ondernemer laat uitvoeren, bevordert dit de onderlinge verbondenheid én de kennis van zo’n bedrijf. Met die kennis kunnen werknemers nieuwe klanten adviseren.”

Is het huiskamerconcept overal toepasbaar?

De Braal: „Het algemene idee wel, maar de praktische uitwerking niet. We steken altijd in op de lokale context, want in een stad werken dingen nu eenmaal

klussen. Het was dus geen goede zet om haar weg te bezuinigen.”

Wat merkt de man in de straat van de Zeeuwse Huiskamer?

De Braal: „Uit de interviews in Rilland kwam onder andere naar voren dat zaken zoals veiligheid en zelfredzaamheid de mensen bezighielden. Daarom zijn we op de lokale radio een programma gestart waarin we met de wijkverpleegkundige, de wijkagent en met ouderen zelf over deze thema’s praten. Tijdens de eerste uitzending hadden we 400 luisteraars, bij de achtste uitzending was dit aantal opgelopen tot dik 3000.”

Beperkt de Zeeuwse Huiskamer zich tot het zelfstandig wonen?

Roos: „Nee, wat we doen is mede afhankelijk van wat mensen aangeven. In Rilland was er bij inwoners behoefte aan informatie over dementie. Kinderen gaan daar op school mee aan de slag. Zij presenteren het resultaat aan hun ouders. Zo bereik je veel mensen en hoop je dat ze weten hoe ze moeten reageren als ze een dorpsgenoot met dementie tegenkomen.”

De Braal: „Over leven met kanker” is een ander thema. Het bleek dat mensen na een gesprek met een oncoloog met vragen

„Veel producten worden bedacht zonder dat helder is waar behoefte aan bestaat”

en zorgaanbieder hadden daar een gezamenlijk doel: het leefbaar houden van de dorpskern. Wij hebben interviews gehouden om de gemeenschap in kaart te brengen: wat is de bevolkingssamenstelling, wat zijn de kwaliteiten en behoeften van de dorpingen en welke rol vervullen winkels en verenigingen?

anders dan in een plattelandsgemeente. Omdat voorzieningen dichtbij of veraf liggen of omdat er op de ene plek meer families bij elkaar wonen dan op de andere.”

Roos: „Zo bleek de pedicure in een dorp een centrale rol te spelen. Mede omdat haar echtgenoot veel mensen hielp met kleine

Langer thuis wonen

Economische Impuls Zeeland is de organisatie achter de Zeeuwse Huiskamer. Deze economische ontwikkelingsmaatschappij probeert de regionale economie te stimuleren. Door bijvoorbeeld nieuwe werkgevers naar de provincie te lokken en investeerders aan te trekken. Ook het stimuleren van sectoren die voor Zeeland belangrijk zijn behoort tot het takenpakket. Dit betreft onder andere de zorg – goed voor 20 procent van de werkgelegenheid in de provincie. Partners van de Zeeuwse Huiskamer, bedacht in 2013, zijn gemeenten, woningcorporaties, zorgaanbieders, een onderwijsinstellingen en een verzekeraar. Centrale vraag van het project is wat

er nodig is om mensen langer zelfstandig thuis te kunnen laten wonen. Verhalen van de doelgroep en hun omgeving vormen de leidraad in de zoektocht naar antwoorden. Projectmanager is antropoloog Petra de Braal. Arend Roos, programmamanager gezondheidseconomie bij Economische Impuls Zeeland, staat haar met adviezen bij. Ook voert hij voornamelijk de gesprekken met bestuurders en zorgt hij dat er gelden beschikbaar komen om project te laten draaien. Het project is als landelijke koploper uitgekozen door het Zorgpact. Zorgpact fungeert als aanjager voor samenwerking tussen zorgaanbieders, onderwijsinstellingen en lokale overheden op regionaal niveau.