

Je zou het bijna een bejaardenhuis noemen

In Nederland moeten ouderen zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Hoe voorkom je dat mensen vereenzamen en dat de zorg bezwijkt onder de werkdruk? Door ouderen bij elkaar te laten wonen, zoals in deze Amsterdamse flat, waar één vast team zich inzet voor een hechte gemeenschap.

Door **Michiel van der Geest** Foto's **Marcel van den Bergh**

Feast in de Flevoflat! De twee recreatieruimtes zijn samengevoegd, de tafels zijn aan de kant, bewoners hebben versieringen in jarenzestigstijl opgehangen en de dj's van het Danspalets draaien de hits van decennia geleden.

Vanuit de hele flat zijn bewoners naar beneden gekomen om te dansen, te kletsen, nieuwe flat- en daarmee generatiegenoten te leren kennen. Een levendige bedoening, uitbundiger dan je misschien zou verwachten met een gemiddelde leeftijd van ver in de 70.

Naast ongedwongen gezelligheid is er nog een reden voor dit feest, vertelt Esmeralda Detmers, die het mede heeft georganiseerd. Ze hoopt er ook bewoners mee te verleiden om mee te doen aan het 'Niet vallen, maar dansen'-programma. Lol en valpreventie ineen. 'Na zo'n feest blijven er altijd wel tien mensen hangen, met wie we dan een wekelijks clubje kunnen vormen.' Binnenkort begint de volgende bewegingsinnovatie: een heus bootcamp-programma waarbij tweedeaars fysiotherapiestudenten de ouderen sterker en stabielere zullen trainen.

Zouden de bejaardenhuizen niet al tien jaar geleden zijn afgeschaft, dan zou je zweren dat we er hier met eentje te maken hebben.

De Flevoflat staat op wat ooit het oostelijkste puntje van Amsterdam was, vlak bij waar het Amsterdam-Rijnkanaal de stad binnenkomt. Een trapsgewijze jarenzeventigkolos van elf verdiepingen hoog, met oudroze gevels en een rommelig plantsoen ervoor. Het is tegenwoordig een 'Lang Leven Thuisflat', een concept dat de vele plagen waarmee de ouderenzorg kampt in één klap probeert op te lossen.

In deze flat van woningcorporatie Ymere, waarvoor alleen 65-plussers in aanmerking komen, wonen drie soorten mensen, legt Anneke Oosterhuis uit, voorzitter van de bewonerscommissie, in haar ruime appartement op de zevende verdieping. 'Er zijn de ouderen die zorg en aandacht nodig hebben. Dan zijn er de mensen die rustig hun eigen leven leiden. En je hebt mensen zoals ik, die nog veel buiten deur komen, maar zich ook willen inzetten voor de gemeenschap.'

Het hoeft verder niet in de krant, maar Oosterhuis doet twee keer per week de afwas bij een buurvrouw die dat zelf niet meer kan. Zet haar vuilnis buiten, een boodschapje als het nodig is.

Deze gemeenschapszin vormt een belangrijk uitgangspunt van de Lang Leven Thuisflat. Als mensen naar elkaar omkijken, zo is het idee, scheelt dat bij de huisarts een hoop consulten van mensen die niet ziek zijn, maar wel eenzaam. Thuiszorg is minder nodig als

een flatgenoot het eten klaarzet. Maar ook: de mensen die echt zorg nodig hebben, zijn eerder in beeld.

Maar zo'n gemeenschap ontstaat niet vanzelf.

Pien de Jong is bestuurder bij zorgorganisatie Zorggroep Amsterdam-Oost (ZGAO). Recht tegenover de Flevoflat bestiert zij het Flevohuis, een verpleeghuis dat met een glazen gang zelfs verbonden is met de flat.

Ooit, vertelt De Jong, bij de opening in 1971, was de Flevoflat het grootste en modernste bejaardenhuis van Europa. De eerste bewoners verhuisden vanaf de Roetersstraat, waar zij slapen op grote slaapzalen waarvoor 18-jarige backpackers tegenwoordig hun neus zouden ophalen. Een ijzeren bed, één kledingkast, dat somt de inboedel per persoon wel op.

Nee, dan de Flevoflat. Ruime appartementen, uitzicht, frisse lucht, koud én warm stromend water! En volop gezamenlijke activiteiten voor de bewoners. Maar met de komst van steeds meer ouderen, die bovendien steeds langer leven in betere gezondheid, verloor het idee van bejaardenhuizen langzaam aan populariteit, totdat het kabinet-Rutte II ze helemaal afschafte.

Ouderen moeten zo lang mogelijk thuis wonen, is het principe. Pas als het echt niet meer gaat, is er voor een beperkte groep ouderen een plek in het verpleeghuis beschikbaar. Dat principe heeft ook een keerzijde: veel ouderen wonen in huizen die niet meer passen bij hun levensfase, vereenzamen als het oude sociale netwerk wegvalt, leggen een groot beslag op de schaarse zorg en komen op een wachtlijst terecht als de beslissing om naar een verpleeghuis te verhuizen daar is.

'We moeten het bejaardenhuis van de jaren zeventig niet romantiseren', zegt De Jong. Bewoners hadden weinig autonomie, zorg was de oplossing voor alles. 'Maar er zaten ook aspecten

Als je met twintig organisaties in zo'n flat rondrent, dan bouwt niemand iets op

Pien de Jong
Bestuurder
ZGAO

aan die we nu weer goed kunnen gebruiken.' Het idee bijvoorbeeld dat veel ouderen graag dicht bij elkaar wonen om er samen iets van te maken.

Bewoonster Aleida Kiers heeft die boodschap goed begrepen. Zij komt elke donderdag stipt om 9.55 uur de Kramatsalon binnengestapt, de ontmoetingsplek van de flat. In de nieuwe salon schenken vrijwilligers elke dag koffie, kunnen sjoelers op maandag hun stenen schuiven, is er bingo en twee keer per week een driegangenmaaltijd voor 5 euro. Kiers gebruikt de salon op donderdagochtend als uitvalsbasis voor haar prikactie.

Ze pakt haar prikstok en vuilniszakking (geschonken door de gemeente) uit de gangkast (van corporatie Ymere) en gaat met medebewoners het plantsoen van papertjes en andere rotzooi ontdoen. 'Een uurje later ligt het er weer, maar daar gaat het niet om. Het gaat om het goede voorbeeld. Blijven we dit doen, dan wordt het vanzelf minder.'

Het was de parkeerplaats aan de andere kant van het plantsoen die bestuurder De Jong inspireerde om tot haar plan te komen. Want daar zag ze haarscherp alles wat er misgaat in de huidige ouderenzorg.

'Tien autootjes van tien verschillende thuiszorgorganisaties, elke dag weer.' Flat verderop: zelfde verhaal. Flats in andere stadsdelen? Idem. De Jong: 'Elke zorgpartij werkt in de hele stad. Iedereen heeft haast, want elke zorgverlener moet weer de auto in, of de fiets op, verder de stad in, op naar de volgende cliënt. Dat leidt tot een hoog verloop, maakt het werk niet leuker en de zorg niet beter.'

Dat moest anders, vond De Jong. Samen met Amsterdamse corporaties, ouderenzorgorganisaties, welzijnsorganisatie Civic en Zilveren Kruis kwam ze tot het volgende plan: wijs per seniorenflat één zorgorganisatie aan die er met een vast team de zorg aan huis gaat leveren - het liefst eentje met een verpleeghuis in de buurt, zodat bewoners makkelijk kunnen doorverhuizen wanneer het thuis echt niet meer gaat. Zet de zorgverleners aan tafel met een vast clubje van bewoners, de woningbouwcorporatie, met het welzijnswerk, de wijkagent en de huisarts in de flat, wellicht. Een kernteam waarbinnen iedereen elkaar kent en dat als geheel de flat goed kent.

De Jong: 'Als je met twintig zorgorganisaties gaat rondrennen in zo'n flat, doet niemand echt iets. Maar word je verantwoordelijk voor de flat, dan kun je iets gaan opbouwen.'

Zo'n prikactie van bewoonster Kiers, zegt De Jong, is wat de initiatiefnemers met de Lang Leven Thuisflat wilden bereiken. 'Toen we twee jaar geleden met de flat begonnen, was de situatie hier best verdrietig. Er was

LEES VERDER OP
PAGINA 16

VERVOLG VAN
PAGINA 14

geen enkele cohesie. Nu zie je mensen het heft in eigen handen nemen, en dat is supermotiverend. Het gaat erom dat je honderdduizend kleine dingen doet, dat is veel belangrijker dan een beleidsplan. Een gezamenlijk ontbijtje met *Het Parool* op tafel, het vuil prikken, een kerstspel met de bewoners.'

Het leidt tot betere zorg, zegt De Jong, omdat een vast flatteam de bewoners kent. Tot minder eenzaamheid, tot meer gemeenschapszin en tot tevredener zorgmedewer-

kers die 'niet meer de ren-je-rotshow door de stad hoeven te fietsen, waarbij ze elke keer als ze een deur achter zich dichttrekken maar moeten hopen dat het goed gaat met de cliënt die ze achterlaten'.

De belangrijkste rol in de flat is weggelegd voor Esmeralda Detmers, van huis uit theatermaker, die continu rust, warmte en een prettig soort eigenwijsheid uitstraalt. Offici-

eel is haar titel 'Langer Thuis-coach', maar noem haar gerust de spil waar de hele flat om draait. 'Ik heb geen vast bureau', zegt Detmers, 'ik loop hier gewoon rond.'

Haar ruim geformuleerde functieopdracht: bouw een gemeenschap op. Past precies in haar straatje, zegt Detmers, die eerder toneelstukken maakte met medewerkers of vrijwilligers van de straat plukte als ze ergens kwam aanwaaien. Nu organiseert ze kunstzelingen in de flat, gaat ze erachteraan als een scootmobiel is gestolen, bezoekt ze op verzoek van de woningbouwvereniging de mevrouw die met voer de duiven haar appartement inlokte ('ze was eenzaam en zocht eigenlijk een fietsmaatje') en

is ze de regisseur van het eerdergenoemde kerstspel. Ze is, zegt ze zelf, de ogen en oren van de flat. Als flatbewoners zich zorgen maken over de buurvrouw die om 11 uur 's avonds nog over de gangen dwaalt, klopt zij er aan. Is iemand eenzaam? Neemt zij de bewoner mee naar de Kramatsalon. Heeft iemand zorg nodig? Geeft Detmers dat door aan ZGAO. Dat bewoners aan Detmers vragen of zij kan regelen dat tram 14 weer terugkomt, voelt als vanzelfsprekend.

Vanzelfsprekend is dit werk op het snijvlak van woningnood, zorg en welzijn echter allerminst. 'Vijf jaar geleden waren we voor gek verklaard met ons plan', zegt De Jong. 'Maar gelukkig snapt tegenwoordig iedereen dat je onconventioneler moet kijken.'

Aan het plan werken ook andere grote Amsterdamse zorgorganisaties als Cordaan, Amsta, Amsterling en Eveen mee, evenals bewoners, corporaties, het welzijnswerk, de gemeente en Zilveren Kruis. Gezamenlijk klieperden zij twee jaar geleden op een 'huwelijksmarkt' de marktwerking grotendeels overboord: flats van bewonersorganisaties en woningcorporaties werden gekoppeld aan verpleeghuizen van zorgorganisaties in de buurt. Elke flat krijgt z'n eigen aanpak, maar het belangrijkste principe blijft hetzelfde: één zorgpartij wordt verantwoordelijk voor zo veel mogelijk in de flat en probeert er samen met de bewoners en welzijnswerkers de gemeenschapszin te versterken.

Verdeelden de partijen tot nu toe al twintig van dit soort flats in Amsterdam. In 2030 moeten dat er dertig zijn. De Lang Leven Thuisflats staan niet op zichzelf. Amsterdam kent bijvoorbeeld de vergelijkbare Thuisflats in Maastricht heeft Residentie Gerlachus, Schiedamschen dijk kent het Liduinahof.

Maar voor een snelle uitrol over het hele land staat er wel een knoepertje in de weg: ons huidige zorgstelsel. Het Zorginstituut, dat voor de verschillende zorgwetten bepaalt welke zorg door de verzekeraars vergoed moet worden, stuurde eind vorige maand nog een alarmerend rapport de wereld in. De zorgwetten, stelde het instituut, zijn zo rigide dat ze samenwerking tussen zorgpartijen sterk ontmoedigen, dat ze goede oplossingen juist tegenwerken, dat ze elke vernieuwing begroeten met een berg aan formulieren, afvinklijstjes en verantwoordingsrapporten, en dat ze mantelzorgers gillend gek maken.

De PVV en BBB zien de oplossing in een terugkeer naar vroeger: zij dienden eind vorig jaar - nog na de verkiezingen - een wetsvoorstel in om de terugkeer van het bejaardenhuis mogelijk te maken. De meeste andere partijen in Den Haag koersen op een tussenvorm tussen het oude bejaardenhuis en zo lang mogelijk thuiswonen. Maar de wettelijke horden die daarbij in de weg staan zijn al jaren bekend, en nog altijd niet opgeruimd.

'We hebben nu de mazzel', zegt De Jong, 'dat we samenwerken met mensen bij Zilveren Kruis, de gemeente en de corporaties die voor deze ommezwaai een lange adem hebben en die zich hier kwaad over willen maken. Want alles wat wij doen, is buiten de gebaande paden. Er is in principe genoeg geld, dit is géén roep om meer geld. In ons zorgstelsel zit het geld echter op ongelooflijk veel manieren vast, er zijn strikte regels over waar het wel en niet aan mag uitgeven.'

De Lang Leven Thuisflats zijn daarom afhankelijk van subsidies met hemeltergende namen als 'Transformatiegelden Wozo' of 'Spukdos'. Specifieke uitkering domeinoverstijgend samenwerken. 'Elke keer als zo'n potje opengaat, schrijven we met alle partijen een aanvraag, en dan kunnen we hopelijk weer een paar jaar vooruit.'

Dat is ook nodig, zegt Oosterhuis, de bewonerscommissievoorzitter. 'Het is al goed gelukt om een situatie te creëren waarin mensen langer thuis kunnen wonen. Maar de bedoeling is ook bewoners te stimuleren meer voor elkaar te gaan doen. Zoiets heeft meer tijd nodig.'

Om dat te bewerkstelligen hebben Detmers en de haren nog plannen genoeg. Een zangkoor, een nieuw kerstspel, studenten die met korting in de flat kunnen wonen maar dan wel vrijwilligerswerk moeten doen - de honderdduizend kleine dingen.

Maar haar grootste wens, zegt Aleida Kiers, is dat er weer een supermarkt dichtbij komt, zodat bewoners hun eigen boodschappen kunnen doen. Onmisbaar, vindt ze, als je langer zelfstandig wilt blijven wonen.

Lang Leven Thuis-coach Detmers weet wat haar te doen staat: 'Er staat hier om de hoek een pand leeg. Ik heb de Dirk van den Broek al aangeschreven.'

TUJDLIJ VERZORGINGSTEHUIZEN



1604

In Amsterdam wordt een oudemannen- en -vrouwengasthuis geopend, bestuurd door **regenten**. Al vanaf de 14de eeuw konden ouderen onderdak krijgen in gasthuizen waar ook landlopers en pelgrims overnachtten. In deze voor de 17de eeuw nieuwe woonvorm kunnen bejaarde stedelingen ook zorg ontvangen.



1947

In de begindagen van de wederopbouw komt **Willem Drees** met de Noodvoorziening voor ouderen van dagen, wat later de Algemene Ouderdomswet (AOW) zal worden. Het vormt het startpunt voor de opkomst van bejaardenhuizen en rusthuizen. Die zijn tamelijk spartaans: bewoners - mannen en vrouwen gescheiden - hebben een eigen bed en kast, maar amper privacy. Ze slapen, eten en lezen hun krantje met zo'n vijftig man in grote, kale zalen.

1975

Na misstanden in commerciële verzorgingstehuizen wordt de Nota Bejaardenbeleid geschreven. Voortaan mag nog maximaal 7 procent van de ouderen in een verzorgingshuis wonen en de bouw van serviceflats en aanleunwoningen wordt gestimuleerd.



2015

Het **kabinet-Rutte II** (PvdA en VVD) besluit tot een versobering van de ouderenzorg. Voor iemand met een lichte indicatie voor zorg is geen plaats meer in een door de overheid gefinancierd verzorgingshuis. Voortaan is (de familie van) de oudere verantwoordelijk voor de organisatie van de zorg, bijvoorbeeld met mantelzorg en aanvullende, door de gemeente voorziene zorg aan huis. Alleen voor mensen die intensieve of langdurige zorg nodig hebben, is er nog het verpleeghuis.

1395

De weduwe en zoons van koopman Dirck van Bakenes laten tot zijn nagedachtenis in Haarlem **een hofje** bouwen. Dat deden meer rijke regenten, en soms kloosters, vanaf de 13de eeuw. Vrouwen van boven de 60 konden er samen wonen.



1912

Na inspanningen van staatsman **Johan Thorbecke** komt er in 1854 een eerste Armenwet, die (kerk-)gemeenten verantwoordelijk maakt voor de zorg (overigens tegen Thorbeckes zin). Deze wet wordt in 1912 aangepast. Voortaan is de familie verplicht haar ouderen bij te staan.



1965

Het eerste moderne bejaardentehuis wordt geopend in het Zuid-Limburgse dorp Eygelshoven. Ouderen kunnen redelijk zelfstandig blijven wonen binnen een groter complex, waar indien nodig zorg kan worden verleend. Het is het startschot van een ware bejaardentehuisboom.



1996

Het idee van het verzorgingstehuis wordt steeds meer losgelaten. De Wet op de Bejaardenoorden wordt afgeschaft en wordt onderdeel van de Algemene Wet Bijzondere Ziektekosten. Ouderen moeten vooral zo lang mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen, eventueel met zorgondersteuning.



Boven: de prikploeg aan het werk rond de Flevoflat. Kleine foto's: spelletjes en puzzels in de gemeenschappelijke ruimte; een duofiets staat binnen geparkeerd.

