

Woonvisie Hoorn 2020-2025 Gemiste kans voor ouderen?

“Om Hoorn in de toekomst een levendige en aantrekkelijke stad te laten blijven moet onze gemeente ‘meer stad’ worden en dus groeien”, aldus het College van B&W in hun raadsvoorstel Woonvisie Hoorn 2020-2025. “Een gemeente met een samenleving waarin iedereen meedoet, met duurzame, toekomstbestendige en betaalbare woningen.”

Dat klinkt voor een stad van ruim 73.500 inwoners verdeeld over drie woonplaatsen, 14 wijken en 74 buurten behoorlijk ambitieus. Vooral omdat er een dreigend tekort aan woningen is.

Dat wetende, is het, volgens de Ouderenraad, opvallend dat College in de Woonvisie onvoldoende bijdraagt aan concrete oplossingen. Zeker, er is aandacht voor het zelfstandig blijven wonen en wordt de Blijverslening voortgezet. Maar het gaat bijvoorbeeld niet in op de noodzaak om het aantal voor ouderen geschikte woningen versneld uit te breiden. Iets waar gemeenten zelfs landelijk toe verplicht zijn.

Verder heeft de Ouderenraad het College laten weten de plannen voor geclusterde en gemeenschappelijke woonvormen in de nota te missen.

naar een latere datum. In ieder geval tot na het voorgestelde nadere overleg hierover van wethouder Van de Ven met o.a. de Ouderenraad. Zodra de uitkomsten van dat overleg bekend zijn en waar nodig in de Woonvisie zijn opgenomen, zal de gemeenteraad die nota verder in behandeling nemen. Met als belangrijk doel Hoorn een vitale en leefbare stad te laten zijn en blijven, waar voor iedereen een passende woning is!

Kortom, de Ouderenraad houdt voor de senioren de vinger aan de pols en zal hen via de INFO en de website over het verdere verloop op de hoogte houden. En mocht u nu al benieuwd zijn naar de april '20 versie van de Woonvisie 2020-2025, kijk dan op www.ouderenraadhoorn.nl.



Wanneer we, als Ouderenraad Hoorn, inzoomen op onze doelgroep dan gaat het over ca. 14.000 personen van 65 jaar of ouder. Dat wil zeggen dat ongeveer 1 op de 5 inwoners van Hoorn senior is, waarvan het merendeel een huur- of eigen woning heeft. “Daarvan is”, aldus het College van B&W, “een groot deel niet (meer) geschikt voor ouderen, met name wanneer er behoefte is aan meer zorg.” Bovendien stijgt het aantal ouderen sneller dan dat in de andere leeftijdsgroepen!

Dit zijn alternatieve vormen waar wonen, zorg en welzijn gecombineerd worden. Geschikt voor mensen die niet meer zelfstandig thuis kunnen of willen blijven wonen, maar nog te goed zijn voor verpleeghuisopname.

Ook enkele raadsfracties vinden dat het College van B&W te weinig rekening houdt met de (toekomstige) woon- en leefproblemen van senioren in Hoorn. Ze hebben daarom eind juni besloten de bespreking van de Woonvisie uit te stellen en door te schuiven

Interesse in een huurwoning?

Op dit moment bouwen o.a. Intermaris en private bedrijven huurwoningen en appartementen in onze gemeente. Zowel in de sociale sector met huurprijzen tot € 737 p/mnd. als in de vrije sector met prijzen variërend van ca. € 740 tot boven de € 1.100, exclusief eventuele servicekosten.

Verder zijn er plannen om dit of volgend jaar in o.a. Bangert & Oosterpolder en de Grote Waal verschillende type woningen en appartementen te bouwen.

Dus mocht u geïnteresseerd zijn in bestaande of nieuwe huurwoningen, kijk dan eens op de site van Woonmatch West-Friesland. Daar vindt u het huidige aanbod van Intermaris (tel. 088 25 20 100) e.a. en u kunt er zich als toekomstige huurder inschrijven.



Ouderenraad voor u op de bres

Wat voelde het goed, om in augustus met het voltallige bestuur van Ouderenraad Hoorn, op een veilige manier, weer bij elkaar te komen. Mijn vakantie is voorbijgevlogen. Vier weken op vijf verschillende locaties in ons mooie fiets- en wandelland. Dat gaf mij veel rust en zin om weer voor anderen van waarde te zijn.

Dat van waarde zijn, zie ik als een energiebron. Dan denk ik al snel aan de woorden van Jan Terlouw tijdens onze themadag in 2016: "Ieder mens heeft recht op verplichtingen, het houdt je actief." Die verplichtingen hoeven niet groot of ingewikkeld te zijn. Vaak is het al voldoende om regelmatig iemand te bellen of voor hem

of haar boodschappen te doen. Maar ook deelnemen aan activiteiten, zoals kaarten, dansen en wandelen of in een bestuur zitten geven je een gevoel van: ik mag er zijn, ik tel nog mee.

Dat meetellen geldt ook voor de Ouderenraad Hoorn. Zo hebben de afgelopen maanden onze werkgroepenleden van 'Welzijn, volksgezondheid en minimabeleid' en die voor 'Wonen, verkeer en veiligheid' niet stilgezeten. Samen met diverse politieke partijen hebben zij namelijk de gemeentelijke besluitvorming over 'Woonvisie Hoorn 2020-2025' weten uit te stellen. Want die nota gaat naar hun idee onvoldoende in op de woon-, zorg- en welzijnsproblemen van de groeiende groep ouderen in onze gemeente. Sterker nog, de ouderen moeten het maar zelf oplossen door zoveel mogelijk zelfstandig te blijven wonen en hun huis daarop aan te passen. Of anders gaan verhuizen, doorstromen zoals dat zo mooi heet. Maar ja, al zou je dat graag willen,

dan zijn er geen of niet voldoende passende en betaalbare woningen in de gemeente te vinden. Zelfs niet voor de andere leeftijdsgroepen. In deze INFO leest u er meer over.

Door het uitstel is er voor o.a. de Ouderenraad meer tijd en ruimte om samen met wethouder Van der Ven de woonvisie nog eens goed tegen het licht te houden. Het geeft ons het gevoel door de politiek serieus genomen te worden. We rekenen er dan ook op dat onze inbreng, als woordvoerder voor de senioren, nu wel terug te zien is in de volgende versie van die nota.

Zowaar een mooi begin dus van het nieuwe seizoen met nieuwe kansen en mogelijkheden. Sommige daarvan komt u onverwachts tegen, voor anderen zult u meer moeite moeten doen. Succes daarmee.

Piet de Boer, plaatsvervangend voorzitter
Stichting Ouderenraad Hoorn

Domotica en e-health - Ondersteuning thuis en op afstand

Langer thuis blijven wonen is tegenwoordig geen keus meer, maar vrijwel onvermijdelijk. Bijvoorbeeld door onvoldoende aangepaste seniorenwoningen, strengere selectie eisen voor opname in (woon-)zorgcentra, verpleeghuizen e.d.

Ouderen worden daardoor steeds afhankelijker van steun uit hun directe omgeving. Maar helaas familieleden, burens en mantelzorgers worden ook steeds ouder en moeten zij op hun beurt ook hulp elders zien te vinden.



In dat geval zijn allerlei technische ontwikkelingen en nieuwe snuffjes een uitkomst. Door de Covid-19 hebben velen voor het eerst al kennisgemaakt met die snuffjes. Soms ging dat met enige aarzeling of zelfs tegenzin. Maar als het in de praktijk niet zo moeilijk bleek te zijn, dan was het toch wel leuk en handig, zoals beeldbellen met hun (klein)kinderen.

Een belangrijke ontwikkeling voor het thuis kunnen blijven wonen is die van domotica en e-health. In het algemeen staan hierbij begrippen als gemak, veiligheid en zorg thuis of op afstand centraal.

Domotica, techniek in huis

Bekende voorbeelden van domotica zijn de deurbel met videocamera/

deuropener en ander afstandsbedieningen. Voor robots geldt dat in mindere mate. Soms worden ze als speeltje in huis gehaald, maar veelal uit bittere noodzaak. Zoals de persoonlijke of sociale robots, waaronder mechanische dieren die het comfort en (leef)plezier van hun bezitters vergroten. Zo blijken puppy robots hen door hun zachte vacht, bewegingen en dierengeluiden te kalmeren en te activeren. Met als extra voordeel dat je ze niet hoeft te voeren of uit te laten. Een paar nieuwe 1,5 Volt batterijtjes op zijn tijd is voldoende om ze weer te laten spinnen of blaffen.

Hulprobots zijn er om zelfstandig te kunnen eten of andere alledaagse activiteiten als persoonlijke verzorging mogelijk te maken. Zorgrobots gaan

een stapje verder. Zij nemen namelijk bepaalde taken van vrijwilligers of professionals over en ze hebben alle tijd en aandacht voor hun eigenaar. Zo letten zij bijvoorbeeld op het medicijngebruik en in een ander geval of de cliënt voldoende eet en slaapt. Robots vervangen natuurlijk niet het persoonlijke contact met de wijkverpleegkundige of mantelzorger van vlees en bloed. En wat betreft de veiligheid: het gevaar van struikelen over een gewone of robotstofzuiger blijft hetzelfde.

E-health, zorg op afstand

Misschien bent u, zonder dat u het beseft, al een e-health gebruiker. Dit is een digitale vorm van communicatie en informatie in de zorgsector. Bijvoorbeeld wanneer u op 'mijn patiëntendossier' van uw ziekenhuis inlogt om uw behandelingen, lab uitslagen of afspraken te bekijken. Maar ook telefonische of video consulten met uw arts of wijkverpleegkundige vallen onder deze noemer. Het bespaart in sommige gevallen tijd, maar zal niet altijd de juiste aanpak zijn.

Op www.ouderenraadhoorn.nl vindt u uitgebreidere informatie en verwijzingen naar interessante sites over (de achtergronden van) deze nieuwe technologie.

Van hofje tot woonservicezone

Wie kent ze niet, de liefdadigheids-hofjes in diverse steden. Oude vrouwen en mannen die niet bij familie konden wonen of voor zichzelf konden zorgen sleten daar hun laatste dagen. Twee bekende hofjes in Hoorn zijn bijvoorbeeld het Claes Stapelhof aan het Munnickenveld en het Sint Pietershof aan het Dal. Veel van dit soort woongemeenschappen zijn in de 17^e eeuw door particulieren of kerken gesticht en werden door regenten bestuurd.

De hofjes waren eigenlijk de voorlopers van onze bejaarden- of verzorgingshuizen. Terwijl de vroegere gasthuizen voor bijvoorbeeld pestlijders zijn te vergelijken met de huidige verpleeg- en ziekenhuizen. De ons bekende bejaardenhuizen of bejaardenoordn dateren uit de jaren 60 van de vorige eeuw, maar zijn ondertussen al weer verdwenen. Nu, anno 2020, kennen we alleen nog (woon-)zorgcentra met of zonder serviceflats of aanleunwoningen en verpleeghuizen. Verder zijn er nog andere, kleinschalige vormen van woonvoorzieningen voor senioren. Maar het aanbod is beperkt en blijft de bouw van aangepaste woning achter bij de behoefte. Het gevolg hiervan is dat ouderen van nu nauwelijks de keus hebben om thuis te blijven wonen of te verhuizen.

Door dit alles zullen de gezondheidsproblemen van thuiswonende ouderen en daarmee de zorgvraag intensiever en complexer worden. Want de drempels om binnen te mogen komen in verpleeghuizen e.d. worden steeds hoger. Zo moet je voor een verpleeghuis al ernstig ziek zijn, voordat ze je opnemen.

Niet voor niets dat (woon-)zorgcentra en andere instellingen steeds meer hulp en diensten aan huis leveren, de zogenoemde thuiszorg. Bijvoorbeeld persoonlijke hulp bij douchen en aankleden, dag- en nachtopvang e.d. die betrokkenen zelf moeten inkopen. Een soort cafetariamodel: kiezen wat je van het zorgmenu nodig hebt. Dergelijke privé service kan niet iedereen bekostigen. De meeste ouderen zijn daarom aangewezen op professionele thuiszorg, voor zover die tenminste onder de basisverzekering valt. Anders zullen zij moe-

ten terugvallen op mantelzorgers en andere hulp uit de eigen omgeving. Met name op de gezinsleden en andere mantelzorgers wordt daardoor een steeds zwaarder beroep gedaan.

Logisch dat het idee van hofjes, maar dan in een modern jasje,



weer de kop opsteekt. Nu heten ze alleen 'Knarrenhofjes, woongroepen of -servicezones, de zogenoemde geclusterde woonvormen. Die zones of wijken kunnen variëren van enkele tot wel duizenden bewoners. De woningen met- en zonder aanpassingen zijn bestemd voor jong en oud. Naast (welzijns)activiteiten zijn er vanzelfsprekend zorgvoorzieningen, zoals een huisartsenpost.

En mocht u geen 'hofjes-mens' zijn of zo'n nieuwe woonvorm ligt te ver weg, dan zijn de kangoeroe- of de mantelzorgwoning een passende oplossing. Een moderne vorm van samenwonen met je kinderen.

Kijk voor meer informatie op www.ouderenraadhoorn.nl.

'Gelukkig' gevallen

Als praktijkondersteuner van de huisarts geef ik laagdrempelige en passende zorg aan ouderen. Zo begeleid ik een man die zijn leven lang in hetzelfde dorp heeft gewoond. Toen zijn vrouw hulpbehoevend werd, verhuisden ze naar West-Friesland waar hun zoon met zijn gezin woont. Helaas overlijdt zijn vrouw kort daarna.

Ik heb de indruk dat hij zich goed kan redden. Zo gaat hij er elke middag op uit met zijn scootmobiel en maakt dan mooie tochten in de omgeving. Tot half maart wanneer Nederland vanwege de coronavirus onverwachts op slot gaat en hij zoveel mogelijk thuisblijft. Dus ritjes met de scootmobiel zitten er even niet in en vermaakt hij zich nu met legpuzzels en de krant. Zijn zoon en kleinkinderen ziet en spreekt hij alleen vanaf het balkon. Zo blijven er maar weinig sociale contacten over. Want die heeft hij in zijn nieuwe woonplaats nog nauwelijks kunnen opdoen. Hij voelt zich eenzaam en weet niet of hij de coronamaatregelen volhoudt. Hij mist zijn vrouw, de tochtjes met zijn scootmobiel en is zijn vrijheid kwijt.

Vanwege het coronavirus en zijn COPD heeft hij een gesprek met zijn longarts. Die vertelt hem dat besmetting met het virus voor hem grote risico's met zich meebrengt.

Want met zijn conditie en gezondheid zou hij op de Intensive Care terecht komen en daar waarschijnlijk niet goed uit komen. Dat begrijpt hij en is er zich van bewust dat de coronamaatregelen zeker voor hem gelden, ook al vergroten die de kans op vereenzaming. Onze telefonische gesprekken zijn daarom lichtpuntjes en vertelt hij over wat hem bezig houdt, waardoor hij zijn zoon daar niet mee hoeft te belasten.

Als ik hem een tijdje later weer bel klinkt hij heel vrolijk: "Je hebt zeker al gehoord wat er is gebeurd? Ik ben gevallen en heb mijn heup gebroken." Ondanks de pijn en de beperkingen heeft hij de tijd van zijn leven gehad in het ziekenhuis en nu in het revalidatiecentrum. Onder de mensen zijn, aandacht krijgen en een praatje kunnen maken. Het betekent voor hem zoveel meer dan alleen een opname, operatie en herstellen. Met andere worden een geluk bij ongeluk. Hij verwacht binnenkort weer naar huis te kunnen gaan om daar met hulp van de wijkverpleegkundige verder te herstellen. "Misschien kan ik dan ook weer met mijn scootmobiel tochtjes maken..." Ik wens hem beterschap en we spreken af dat, zodra hij thuis is, ik op huisbezoek kom.

Vivian Kenter

Woningaanpassing - wees er op tijd bij

Een zwangerschap duurt zo'n negen maanden en geeft de ouders niet alleen tijd om aan het idee te wennen. Het geeft ze ook de gelegenheid om het huis op de nieuwe wereldburger in te richten. Want als het liefste kind ter wereld er is, dan moet die zich wel onbevangen en veilig in en om het huis kunnen ontplooien.

Raar eigenlijk dat we wel op zo'n situatie anticiperen, maar zo'n zestig à zeventig jaar later ons laten verrassen door ouderdomskwalen en andere gebreken. Dan blijkt de woning opeens niet meer zo veilig te zijn. Maar voor velen is dat geen signaal om dat losse kleed-



je weg te halen en de badkamer aan te passen. "Het is al die jaren goed gegaan en ik kijk goed uit", krijg je bij navraag te horen. Blijkbaar moet er eerst iets gebeuren voordat mensen passende maatregelen treffen.

mensen. Daar past een houding van 'komt tijd, komt raad' niet bij. Zeker niet als je via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) voorzieningen wilt aanvragen. Bij Wmo-aanvragen kijkt de gemeente eerst of je voor een of meer voorzieningen in aanmerking komt. Inclusief het bestellen van bijvoorbeeld douche aanpassingen ben je dan zo weer een paar maanden verder. Als die pittige 90-jarige een traplift zou moeten hebben, had ze misschien al die tijd niet naar huis kunnen gaan!

Soms geven gemeenten bij voorkeur een verhuysbudget in plaats van de woning aan te passen. Niet iedereen wil dat. In dat geval zullen ze voor-

zieningen zelf moeten kopen, als dat tenminste financieel mogelijk is. Bij eenvoudige voorzieningen als drempelhulpen en wandbeugels is dat niet zo'n probleem. Veel bouwmarkten hebben daar zelfs aparte verkoopvakken voor. En bij thuiszorgwinkels, zoals Omring, hebben ze voor allerlei fysieke beperkingen handige hulpmiddelen. Daarmee behoudt u langer uw zelfstandigheid, het ontlast uw mantelzorgers en geeft hen een rustiger gevoel. Vooral als zij niet dagelijks bij u langs kunnen komen.

Op www.ouderenraadhoorn.nl leest u meer over woningaanpassingen en de financiering daarvan. Evenals nadere uitleg over de spelregels van de Wmo.

Colofon

Ouderenraad Hoorn Blokker Zwaag Secretariaat:
Marjan van Bennekom-Hendriksen,
Tinnegieter 95, 1625AV Hoorn
0229-23 0797

Redactie INFO en website
Mark Renaud, Bert Schaper en Geert Bijl
Redactieadres: mr.senior@ziggo.nl
0229-20 36 18
Websitebeheer: bert.schaper@tiscali.nl
0229-21 64 22
Agendabeheer: Geert Bijl
gjm.bijl@quicknet.nl, 0229-23 75 36

Gratis abonnement op INFO Ouderenraad Hoorn?

Bel Martina Rappange: 0229-26 46 27 of mail naar martina@famsegers.nl voor een digitaal abonnement of voor een afhaalpunt van de papieren editie bij u in de buurt.

Contactpersonen activiteiten

Ouderenraad: Marjan van Bennekom
0229-23 0797
m.a.h.vanbennekom@hetnet.nl
KBO Hoorn: Corrie den Hartog
0229-23 84 06, hartogcd@gmail.com
Seniorenvereniging Zwaag: Thea Knijn
0229-23 02 65, theaknijn@kpnmail.nl
KBO Blokker: Hans de Heij
0229-23 22 06, j.a.de.heij@kpnmail.nl
PCOB Hoorn: Hans de Bruijn
0229-23 09 42, pcob-hoorn@live.nl
Seniorencircuit: Astrid Hoogewoning
0229-23 43 90,
a.hoogewoning@netwerkhoorn.nl
Stichting MEE & de Wering,
Wonenplus: 088-00 75 140
info@meeweering.nl
Teamsport Hoorn:
Pedro Koning, 0229-25 22 00
teamsport@hoorn.nl

www.ouderenraadhoorn.nl

Neem nou bijvoorbeeld die kwieke en zelfstandig wonende dame van 90 jaar. Die zat geen moment stil en deed alles nog zoveel mogelijk zelf. En ondanks haar afnemende mobiliteit rende ze van hot naar her. Tot ze die ene keer, zoals ze zelf zegt: "De grond in de keuken op zich zag afkomen" en haar heup brak. Helaas had ze geen persoonsalarmering, maar gelukkig had ze wel de kracht om met veel moeite naar de telefoon in de voorkamer te kruipen en de burens te bellen. Dat alarm is er nu natuurlijk wel, inclusief een sleutelkluisje zodat de professionele hulp zelf binnen kan komen.

Een tijdige woningaanpassing is dus niet alleen voor kleine mensen noodzakelijk, maar ook voor de steeds ouder wordende grote

Activiteiten

Datum	Tijd	Activiteit, organisatie en plaats	Kosten
29 sept	9.30 en	Workshop 'Ouder worden met zin' , MEE & de Wering. Plaats bekend bij aanmelding. Aanmelden via Marieke Harder m.harder@meewering.nl of 06-14632350	geen
28 okt			
14 okt	14.00	Historische bouw kasteel Radboud. Lezing door Ben Dijkhuis. Seniorencircuit Hoorn, De Huesmolen	€ 5,00
14 okt	14.00	De Gouden Eeuw. KBO/PCOB Hoorn, De Octaaf	geen
21 okt	14.00	Cabaret Westfries Collectief , KBO Blokker. Gouden Hoofd	€ 3,00
21 okt	14.00	Lezing over Trien de Haan-Zwagerman. In het kader van 75 jaar bevrijding. Seniorenvereniging Zwaag. De Plataan	geen
4 nov	14.00	Een reis langs en over de Nijl in Egypte. Lezing door Ton Wolke. Seniorencircuit Hoorn, De Huesmolen	€ 5,00

Jaarprogramma 2020 De hiernaast vermelde organisaties hebben wekelijks of maandelijks ook een aantal vaste activiteiten. Bijvoorbeeld bridgen, biljarten, andere sportactiviteiten en lezingen. Kijk voor nadere informatie hierover op onze website www.ouderenraadhoorn.nl of bel/mail met de contactpersonen.