



Nieuwsbrief nr. 3 - Lang Leven Thuisflats en -buurten Amsterdam – mei 2024

Het stadsbrede programma Lang Leven Thuisflats en -buurten in Amsterdam startte eind 2022. Het doel is dat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig en prettig kunnen wonen in hun eigen omgeving. Deze nieuwsbrief staat in het teken van de werkconferentie 2^e Huwelijksmarkt Lang Leven Thuisflats en -buurten die op 10 april jl. plaatsvond. 110 Deelnemers vanuit bewonersgroepen, zorg- en welzijnspartijen, woningcorporaties, gemeenten, de zorgverzekeraar en het zorgkantoor namen deel. Tijdens de conferentie werden exclusieve partnerships voor nieuwe Lang Leven Thuisflats en -buurten verkend, en lessen en successen gedeeld.

Wat is een Lang Leven Thuisflat en -buurt?

In een Lang Leven Thuisflat en/of -buurt werken een woningcorporatie, een zorgpartij en een welzijnsorganisatie samen om een flat of buurt flat 'seniorproof' te maken. Samen met de bewoners kijken zij waar de oudere bewoners tegenaan lopen bij het dagelijks leven en wat hen helpt om zo lang mogelijk zelfstandig te kunnen blijven wonen.

Waar moet je dan aan denken?

- Preventie en positieve gezondheid door inzet op activering, ontmoeting, leuke activiteiten en vroegsignalering.
- Communitybuilding.
- Zorg op maat en in samenhang vanuit de domeinen WLZ (VPT/MPT), ZvW en WMO.
- Ontmoetingsruimte(n).
- Fysieke toegankelijkheid en veiligheid (braak, vallen, brand) in en om de flat.
- Samenwerking met organisaties/bedrijven in de omgeving: toevoegen van diensten en activiteiten.

Over het programma Lang Leven Thuisflat en -buurt

Opdrachtgever:	Amsterdam Vitaal&Gezond/Coalitie Ouderen
Leden stuurgroep:	Pien de Jong (ZGAO), Monique Cremers (Amsta), Edu Jansing (Combiwel), Jennifer Vaals (Civic), Cees van Boven (Woonzorg Nederland), Hetty Vlug, Pieter Reims (gemeente), Liesbeth Zwanepol (Zilveren Kruis).
Leden projectgroep:	Sander Datema (ZGAO), Ineke Jonker (Siga), Serfanim Uysal (Eigenwijks), Ronald van Weegen (Cordaan), Amanda Bos (Zilveren Kruis), Marian Koers en Sylvia Kneefel (gemeente), Lars Hartman (AFWC) en Hetty Vlug (Ben Sajet Centrum/gemeente).
Klankbordgroep:	Federatie Amsterdamse Huurders
Onderzoek:	Ben Sajet Centrum.



De ambitie

De urgentie kan niet genoeg benadrukt worden: er zijn veel meer geschikte woonsituaties voor ouderen nodig! De komende jaren hebben we in Amsterdam te maken met een dubbele vergrijzing: het aantal ouderen groeit gestaag en deze ouderen worden ook steeds ouder. Daarbij neemt de schaarste van zorgpersoneel toe en wonen veel ouderen in ongeschikte woningen. De ontwikkeling van Lang Leven Thuisflats en -buurten is één van de oplossingen waarmee we op dit vraagstuk willen inspelen. Wethouder Scholtes eindigde zijn voordracht tijdens werkconferentie 2^e Huwelijksmarkt Lang Leven Thuisflats en -buurten op 10 april met het uitspreken van de ambitie om zich hard te maken voor 30 Lang Leven Thuisflats en -buurten in 2030.

Waar staan we nu?

Pien de Jong, één van de initiatiefnemers van dit concept en voorzitter van de stuurgroep Lang Leven Thuisflats en -buurten, schetst dat er sinds de 1^e Huwelijksmarkt op 22 september 2022 veel is gebeurd. Negen Lang Leven Thuisflats en -buurten (zie verder) zijn in verschillende stadia van ontwikkeling. Er zijn mooie resultaten bereikt en belangrijke lessen geleerd die we delen in de stad. Pien deelt de drie belangrijkste lessen:

- 1 Sluit aan bij wat de bewoners belangrijk vinden en investeer in het opbouwen van een gemeenschap.
- 2 Investeer in samenwerking: we denken dat we, als woningcorporatie, zorg- en welzijns partij, bewoners, elkaar kennen, maar er valt veel over elkaars werelden te ontdekken. En vooral: gun elkaar wat!
- 3 Ga meteen aan de gang! Vul de rol van Langer Thuiscoach in (zie verder), doe mooie en leuke dingen en bouw verder op de energie die dan ontstaat.

Meer weten over de Lang Leven Thuisflat en -buurt in Amsterdam? Kijk op: [Video | Een Lang Leven Thuisflat - Aanjaagteam \(aanjaagteamwwzo.nl\)](#). Met dank aan Zilveren Kruis / Zorgkantoor, partner in de aanpak, die dit filmpje mogelijk maakte.

Nieuwe matches voor nieuwe flats en buurten

Op de werkconferentie 2^e Huwelijksmarkt Lang Leven Thuisflats en -buurten werden **19 nieuwe, potentiële Lang Leven Thuisflats en -buurten** aangedragen in verschillende stadsdelen. Op een 'matchingswand' konden zorg- en welzijns partijen per flat hun interesse aangeven voor een exclusief partnership. Voor 15 flats was er een match tussen een woningcorporatie, zorg- en welzijns partij. De komende tijd gaan we met elkaar verkennen in welke flats en met welke partners vervolgstappen gezet gaan worden.

De maatschappelijke impact én kansen van de Lang Leven Thuisflat en -buurt

In de Lang Leven Thuisflat en -buurt draait het in de kern om de ontwikkeling van 'community care', of beter gezegd 'zorgzame gemeenschappen'. In het kort betekent dit 'het ondersteunen van mensen bij het leven in hun eigen leefomgeving'. Bijvoorbeeld in de leef- of werkomgeving, verkeer en vervoer, de omgang met vrienden en kennissen, recreatie en vrije tijd, en gezondheid. Het is een manier van zorg en ondersteuning waarbij inwoners en organisaties samenwerken om de zorg en ondersteuning binnen de gemeenschap (in)formeel te organiseren.

De effecten van zorgzame gemeenschappen.

Het blijkt dat in gemeenschappen waar een mate van samenhang is en waarin samen dingen georganiseerd en gedaan worden, dit bijdraagt aan meer veiligheid. Alleen al het kennen van de naam van je buurtgenoten en het begroeten op straat zorgt voor meer betrokkenheid en dus veiligheid. Buurten met sterke communities en een sterke sociale infrastructuur doen het ook beter bij rampen. Daarnaast draagt community care bij aan een betere gezondheid en het verkleinen van gezondheidsverschillen. Betrokken zijn en gekend worden, is zelfs belangrijker voor de gezondheid dan stoppen met roken, drinken of meer bewegen. Een gewoon gemeenschapsleven met kleine contacten is de meest bepalende factor voor een lang leven.

De rol van zorg- en welzijnsorganisaties

De uitdaging voor maatschappelijke organisaties is om aan te sluiten bij de kracht van de gemeenschap. Dat vraagt voor veel organisaties om een kanteling in het denken en organiseren. De volgende tips worden gegeven:

- Gebruik gemeenschapskracht en samenredzame gemeenschappen als kompas voor de organisatie.
- Ga na in hoeverre het organisatiebeleid remmend werkt op het samenwerken met de gemeenschappen.
- Wees bereid om macht en middelen te delen met- of af te staan aan communities en collectieven.
- Zorg voor 'scharrelruimte'.



Meer informatie: [Community care - Van Zorg Naar Gewoon Leven](#)



Voorkeurstoewijzing

Met de ontwikkeling van Lang Leven Thuisflats in Amsterdam komen steeds vaker vragen rondom voorkeurstoewijzing naar voren. Deze vragen ontstaan vanuit een behoefte van bewoners of partijen om te willen sturen op de bewonerspopulatie in de Lang Leven Thuisflat en -buurt. Redenen hiervoor zijn:

- een goede balans tussen vitale en minder vitale mensen om een draagkrachtige gemeenschap te behouden.
- een minimum en maximum aantal mensen met een intensievere zorgvraag om de zorg goed te kunnen organiseren.

De gemeente schept middels de Huisvestingsverordening de kaders voor een eerlijke en transparante toewijzing van sociale huurwoningen: het woningverdeelsysteem. Om te kunnen sturen op de populatie in de Lang Leven Thuisflat en -buurt en vergelijkbare initiatieven, is het nodig dat er buiten het reguliere woningverdeelsysteem in WoningNet toegewezen kan worden. Op dit moment biedt de Huisvestingsverordening van de gemeente Amsterdam verschillende mogelijkheden hiervoor.

De Flevoflat van Ymere – Lang Leven Thuisflat en -buurt.

258 woningen voor senioren

24 woningen worden verhuurd aan cliënten van Zorggroep Amsterdam Oost (ZGAO) die intensieve thuiszorg ontvangen. Op die manier kan ZGAO een zorgteam opbouwen in de flat. De afspraak is dat Ymere en ZGAO stoppen met de voorkeursregeling op het moment dat 24 bewoners (bestaande uit bewoners of nieuwe bewoners) gebruik gaan maken van de zorg van ZGAO. Ook is er afgesproken dat er over twee jaar wordt geëvalueerd met bewoners en de gemeente. Wanneer de cliënten van ZGAO de woning verlaten, dan komt deze weer in de reguliere verhuur.

1 Regeling Woonzorginitiatieven

Stadsveteraan – Woonzorg Nederland

145 eenheden (woningen van maximaal 45 m²), waarvan een deel bestaat uit friends-woningen.
Voor ouderen van 55+

Woonzorg Nederland is een beheercoöperatie gestart met de (toekomstige) huurders van Stadsveteraan. Dit betekent dat de regie uit handen is gegeven wat betreft de toewijzing: de huurders kiezen via coöptatie uit wie er in het complex komt te wonen. Hoewel het beheer is overgedragen aan de bewoners, blijft Woonzorg Nederland wel verantwoordelijk voor het onderhoud van het pand. Er is een selectiecommissie met huurders, de toewijzing gebeurt op basis van een geschreven motivatie en een gesprek. In dit gesprek draait het om de vraag wat iemand bij wil dragen aan de gemeenschap. De ervaring leert dat de meeste mensen die zich inschrijven ook in het complex kunnen gaan wonen: er zijn slechts een paar mensen afgewezen.

Woningen worden aangemerkt als zorgwoning in een woonzorginitiatief. *Voorbeeld Ymere in de Flevoflat (zie kader)*. De voorwaarden die hierbij gelden zijn:

1. De woningen worden verhuurd door middel van intermediaire verhuur door de zorginstelling.
2. Of d.m.v. een huurcontract dat onlosmakelijk is verbonden met een zorgcontract van een specifieke zorgaanbieder. Zogenaamde koppelbeding huur-zorg.

2 Regeling woongemeenschap

Een groep woningen wordt aangemerkt als woongemeenschap. Dit betekent dat de bewoners een beheercoöperatie vormen die middels coöptatie de woningen toewijst aan nieuwe bewoners. *Voorbeeld Stadsveteraan van Woonzorg Nederland (zie kader)*.



3 Regeling ‘gemengd complex’

Via de regeling ‘Gemengd complex’ kan een bepaald aantal woningen in het complex worden toegewezen aan jongeren die een maatschappelijke bijdrage leveren aan kwetsbare bewoners in de flat. Deze regeling wordt dit jaar uitgebreid: straks kunnen ook ouderen zich inschrijven voor dergelijke woningen.

Afwegingskader

Om beter aan te sluiten op de huidige ontwikkelingen en nieuwe woon(zorg)vormen voor ouderen, is de gemeente een ‘Afwegingskader toepassen voorkeursregelingen’ aan het ontwikkelen. Daarbij heeft zij Woon! de opdracht gegeven een plan te maken voor één plek “een matchpoint”, waar vraag en aanbod van woningen voor ouderen bij elkaar komt.

De langer thuiscoach: onmisbare schakel in de samenwerking.

De domeinoverstijgende aanpak is een belangrijk onderdeel van het concept Lang Leven Thuisflat en -buurt. We willen dat informele en professionele zorg en ondersteuning vanuit verschillende financieringsstromen beter aansluit bij de behoefte van ouderen om langer zelfstandig en prettig te wonen. We maken hierbij dankbaar gebruik van de geleerde lessen uit vergelijkbare initiatieven zoals Proeftuin d’Oude Raai in Amsterdam. Het Ben Sajat Centrum onderzocht o.a. de rol van thuiscoach waarmee in deze Proeftuin geëxperimenteerd is¹. Vergelijkbare functies zie je in het hele land ontstaan.

Op welke knelpunten is de Langer Thuiscoach het antwoord?

- Sommige oudere buurtbewoners weten niet goed hun weg te vinden naar het beschikbare aanbod in wonen, zorg en welzijn, blijven onder de radar van professionals, of vinden in het bestaande aanbod niet wat ze zoeken.
- Partijen hebben soms een te smalle focus op de hulpvraag terwijl deze om een bredere oplossing vraagt.
- De afstemming en samenwerking tussen professionals uit verschillende domeinen is vaak niet optimaal. Het ontbreekt – zeker bij meer kwetsbare ouderen – veelal aan iemand die regie houdt over de hele breedte van iemands situatie. Mede daardoor wordt er nu soms een onrealistisch groot beroep gedaan op de zelfredzaamheid van mensen met relatief complexe, maar niet altijd concreet geformuleerde hulpvragen.

De werkwijze van de Langer Thuiscoach

Het is belangrijk dat de Langer Thuiscoach de ruimte en het vertrouwen krijgt van de samenwerkende partijen om creatief en flexibel te kunnen opereren. Ruimte betekent in dit geval dat de Langer thuiscoach:

- niet vertrekt vanuit een afgebakend (zorg)domein
- nooit bij voorbaat ‘nee’ hoeft te zeggen op een vraag
- in haar werk niet wordt gestuurd door een vaststaand voorzieningenaanbod waar hij/zij naar kan verwijzen.

¹ [Publicatie: Proeftuin rondom d’Oude Raai – Ben Sajat Centrum](#)



Deze functionaris heeft een vrije rol en doet wat nodig is. Hij of zij streeft concrete acties na, stemt af, koppelt terug naar partijen en neemt de regie waar en zolang als nodig is.

Wat voor competenties heeft een Langer Thuiscoach nodig?

De vrije rol van de thuiscoach vraagt wel iets van de vaardigheden van de persoon die deze rol invult. Er is geen gedetailleerd draaiboek of protocol om op terug te vallen. De thuiscoach in Proeftuin d'Oude Raai heeft qua opleiding geen zorgachtergrond, maar brengt wel veel professionele bagage, expertise en ervaring mee. Anders gezegd: het is niet de verwachting dat iedere pas afgestudeerde ambulant begeleider 'zomaar' de rol van thuiscoach kan invullen. Een aantal belangrijke competenties lijken te zijn:

- kunnen gedijen bij onzekerheid en al doende structuur kunnen vinden (i.p.v. te vetrekken vanuit vaste structuren)
- empathisch en open een gesprek kunnen aangaan, goed kunnen doorvragen
- ondernemend, proactief en creatief zijn
- cultuursensitief kunnen werken.

Het werk van de thuiscoach bouwt nadrukkelijk voort op de opgebouwde relaties met diverse partijen, initiatieven en plekken in de buurt.

Multidisciplinaire werving en selectieprocedure in de Lang Leven Thuisflat en -buurt

In het Flevohuis en de Statenjachtstraat is de rol van Langer Thuiscoach sinds september vorig jaar ingevuld. In verschillende Lang Leven Thuisflats en -buurten wordt de rol dit voorjaar ingevuld. Om de samenwerking tussen de partijen en de Langer Thuiscoach zo goed mogelijk te starten, stellen flatpartners samen een op-maat-gesneden profiel op en doen samen de werving en selectieprocedure.

Vliegwiel

In de Flevoflat en de Statenjachtstraat is de Langer Thuiscoach nu zo'n zeven maanden bezig. Wat duidelijk te merken is, is dat de Langer Thuiscoach voor de bewoners de zichtbare verandering inluidt. Daarmee is de Langer Thuiscoach het vliegwiel voor de samenwerking tussen partijen en bewoners. Hij/zij creëert beweging en energie waarop verder gebouwd kan worden door de samenwerkende partijen.



Hoe start je een Lang Leven Thuisflat en -buurt?

Geschied complex

Een Lang Leven Thuisflat en -buurt begint met de keuze voor een geschikt complex en buurt. Omdat het doel is er een plek te creëren waar ouderen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen, is het belangrijk dat de woningen in het complex in ieder geval nultreden woningen zijn. Verder zijn er goed bereikbare voorzieningen in de buurt en een ontmoetingsruimte(n) voor de flat- en buurtbewoners. Een zekere omvang van de flat is nodig om de samenwerking goed vorm te kunnen geven. Ongeveer 100 seniorenwoningen in de flat en directe buurt is de richtlijn. Vanuit de stadsbrede aanpak richten we ons op sociale huurcomplexen van corporaties. Particuliere complexen kunnen profiteren van de opgedane kennis en deelnemen aan ons lerend netwerk.

Ontwikkelen samenwerking

Onderstaand staan de fasen en stappen die de flatpartners globaal doorlopen.

Waarom exclusieve partnerships?

Met exclusieve partnerships bedoelen we dat een woningcorporatie, zorg- en welzijnspartij samen eigenaar zijn van het initiatief om een Lang Leven Thuisflat en -buurt te ontwikkelen in een specifieke flat. Zij handelen vanuit deze gezamenlijke focus. Nu zien we dat er soms tientallen verschillende zorg- en welzijnsorganisaties in een flat rondlopen. Medewerkers van deze organisaties kennen elkaar en andere bewoners dan hun eigen cliënten dikwijls niet en werken soms langs elkaar heen. Met één preferente zorg- en welzijnspartij in een flat kan gezamenlijk ingezet worden op innovatie en domeinoverstijgende samenwerking. Bewoners en het team leren elkaar kennen waardoor vragen eerder bij de juiste persoon terecht komen en er meer continuïteit in de zorg en ondersteuning is.

Fase 1 Instap	Fase 2 Inrichting	Fase 3 Ontwikkelen
• Verkennen partnerships • Gezamenlijke ambitie • Bewoners betrekken • Afspraken over samenwerking/ randvoorwaarden - Rol projectleider - Rol Langer thuiscoach - Flatteam - Regieteam • Start begroting	• Inrichting samenwerking • Communicatie en informatie • Implementeren rollen • Gezamenlijk activiteitenplan • Begroting	• Uitwerken/implementeren rollen • Start uitvoering activiteitenplan • Training Samen zorgen in de toekomst. • Pilot DOS

Leer elkaars wereld en belangen kennen.

Het is belangrijk om tijdens fase 1 inzicht te hebben in elkaars wereld en belangen. Hoe worden partijen gefinancierd? Wat betekent de Lang Leven Thuisflat en -buurt voor de maatschappelijke opdracht die zij in de kern te vervullen hebben? Hoe wil iedere partij in de Lang Leven Thuisflat en -buurt vorm en inhoud geven aan de transitie in de ouderenzorg. Hoe zien we dat terug in de samenwerking? Zijn ze bereid mensen en middelen te delen? Wat verwachten zij daarin van hun partners?



Hoe zorgen we voor een fantastisch partnership in een flat?

Deze vraag werd gesteld aan de deelnemers aan de workshop over dit onderdeel tijdens de werkconferentie van 10 april. Een greep uit de reacties:

Openstaan voor nieuwe ideeën - Bewoners bewustmaken van het feit dat ze moeten investeren als ze langer thuis willen wonen - Meer generatie wonen - Regelgeving die gerichte toewijzing in dit soort complexen faciliteert - Wachtlijst organiseren – Investeer in faciliteiten zoals ontmoetingsruimte, kapper, etc. - Welzijn beter in stelling brengen – Als professional ondersteunen maar tijdig terugtrekken: geef mensen de ruimte om over te pakken als die behoefte er is - Kijk naar de kracht van de gemeenschap: die is leidend – Meer migrantenbewoners betrekken – Bewoners vanaf het begin betrekken: als gelijkwaardige partner – Gezamenlijk doel en focus hebben - Culturele instellingen betrekken zoals bibliotheek – ‘Wat kan ik voor jou betekenen?’ - Openbare ruimte meenemen: ‘wat is een dementievriendelijke buurt?’ – Investeren in elkaar leren kennen – Keep it simple – Geen ‘ja maar’ — Praat ook met marktpartijen – Zorg voor scharrelruimte (tijd om belangeloos samen te komen) – Klein beginnen – Zoek elkaar op – Keuzes maken en prioriteren – Gewoon doen! – Jonge mensen en gezinnen doen graag mee! – Inventariseer de behoefte en beginnen! – Zoek goede voorbeelden – Denk vanuit kansen! – Deel mensen, middelen en budgetten – Mobiliseer de potentie van buurtbewoners – Wijs niet naar elkaar maar neem het initiatief – Begin vooral: het hoeft niet meteen perfect te zijn - Maak onderlinge onafhankelijkheden.

Voor ondersteuning bij de start van de samenwerking kun je contact opnemen met de Programmaleider Lang Leven Thuisflats en -buurten. Zie contactgegevens onderaan deze nieuwsbrief.

Een zorgzame gemeenschap: wat kun je ervan verwachten?

De verwachtingen rondom de zorgzame gemeenschap zijn hooggespannen. De wens is dat mensen onderling meer naar elkaar omkijken, meer voor elkaar doen, er meer voor elkaar zijn. In een zorgzame gemeenschap zijn mensen gezonder (zie ook bij [De maatschappelijke effecten van de Lang Leven Thuisflats en -buurten](#)). Bovendien kan de zorgzame gemeenschap voorzien in een deel van de zorg- en welzijn behoeften van de leden van die gemeenschap, zo is de belofte. We kennen de realiteit allemaal: in de toekomst is er minder zorg beschikbaar. De overheid zet in op een verschuiving van professionele zorg naar informele zorg; als oplossing voor dit probleem. Hier komt de zorgzame gemeenschap in beeld.



Maar wat is dat, een zorgzame gemeenschap? Wat ziet ù voor zich? Uw eigen kring van naasten die u dierbaar zijn? Een boodschap doen voor uw buurman? Vrijwilligersactiviteiten in uw wijk? Die mevrouw aan het einde van de straat die altijd even aan u vraagt hoe het gaat? Of: aan de bel trekken bij een professional als u ziet dat uw oudere buurvrouw het thuis alleen niet meer redt?

Kortom: waar hebben we het over als het over een zorgzame gemeenschap gaat? Wanneer is die er?

In de workshop Zorgzame gemeenschap tijdens de werkconferentie van 10 april jl. zoomden we in op de zorgzame gemeenschap in de context van de Lang Leven Thuisflat in Amsterdam.

Twee kenmerken van zo een gemeenschap zijn van belang:

- Ten eerste is deze zorgzame gemeenschap gekoppeld aan een fysieke plek; een geografische locatie. Een gebouw met appartementen, een buurt met huizen. En daartussen plekken waar ontmoeting tussen burens plaatsvindt of zou kunnen vinden. Zowel plekken die te maken hebben met zorg; zoals dagbesteding, plekken in de openbare ruimte; denk aan pleinen, parkjes, of commerciële plekken zoals winkels.
- Ten tweede bestaat deze zorgzame gemeenschap met name uit mensen die zich in een meer kwetsbare positie bevinden. Thuisflats bestaan uit seniorenwoningen, grotendeels sociale huur. De gemiddelde leeftijd in een flat is vaak hoog, wat betekent dat mensen vaker hulp en zorg nodig hebben. Sommige ouderen hebben ook te maken met kwetsbaarheid op meerdere levensgebieden. En we zien dat oudere buurtbewoners niet altijd goed hun weg vinden naar het beschikbare zorg en -welzijnsaanbod. Soms blijven ze geheel van de radar van professionals terwijl er wel problemen spelen.

Voordat we ingaan op de vraag hoe op deze plekken en onder deze mensen sprake is of zou kunnen zijn van een zorgzame gemeenschap is het belangrijk om te noemen dat in een stedelijke context, waar mensen dicht op elkaar wonen, mensen het belangrijk vinden in het dagelijks leven afstand van elkaar te kunnen houden. In een drukke stad is je niet te veel bemoeien met iemands privéleven een belangrijke omgangsvorm. Tegelijkertijd impliceert de zorgzame gemeenschap een bepaalde mate van nabijheid, elkaar kennen en relaties met elkaar aangaan. Die relaties kunnen verschillende vormen aannemen waarbij de mate van nabijheid verschilt. Bijvoorbeeld:

- *Publieke familiariteit*: je bent bekend met plaatsen en gezichten in de wijk. Hieruit kunnen ook lichte contacten ontstaan; vriendelijk knikken naar je buurman, een kort praatje op de stoep. We weten uit onderzoek dat vooral voor kwetsbare groepen lichte contacten heel waardevol kunnen zijn.

Over de streep

Tijdens de werkconferentie verkenden deelnemers aan de workshop 'Zorgzame gemeenschap' elkaars beelden en verwachtingen door middel van een aantal prikkelende stellingen.

1. Oudere mensen kunnen niet meer voor elkaar zorgen.
2. Professionals moeten zich terugtrekken als zij geholpen hebben met het opstarten van een zorgzame gemeenschap.
3. Mensen willen alleen een gemeenschap vormen met anderen die op hen lijken.

Aan de hand van een lijn in de zaal konden deelnemers een positie innemen aan de 'eens'-zijde of de 'oneens'-zijde van de streep. Vervolgens ging men met elkaar in gesprek over de stelling. Een mooie manier om te ontdekken hoeveel verschillende beelden en verwachtingen een term als 'zorgzame gemeenschap' oproept bij mensen.



- *Alledaagse attentheid*: gaat een stapje verder. Hierbij is er zodanig contact tussen mensen dat zij kunnen signaleren of een ander een helpende hand nodig heeft. En die dan ook bieden of zorgen dat iemand anders die biedt.
- Bij *onderlinge zorg* geven mensen in de buurt elkaar hulp. Dit kan op verschillende manieren ingevuld worden, maar het vindt plaats bij mensen thuis, is dus redelijke nabij, en ook structureel van aard.

Onderlinge hulp kan uitmonden in *verplichte zorgzaamheid*. Hier zijn risico's aan verbonden. Mensen kunnen bijvoorbeeld bang zijn om overvraagd te worden. Het gebeurt wel eens dat een boodschapje doen voor een buurman zich ontwikkelt tot structurele zorg. Mensen kunnen zich in die situatie bezwaard voelen om nee te zeggen terwijl het ze eigenlijk te veel is. Andersom willen mensen die hulp nodig hebben ook niet dat anderen zich verplicht voelen om voor hen te zorgen. Ook dat is bezwarend. Verplichte zorgzaamheid leidt daarom niet snel tot duurzame gemeenschapsopbouw. Een mix van publieke familiariteit, alledaagse attentheid en onderlinge hulp mogelijk wel. Maar hoe zou dat eruitzien? Hoe kan je eraan bouwen? En wie gaat het doen? Wat is de rol van professionals, informele partijen en bewoners? Het is nogal een opdracht, waar veel bij komt kijken.

Maar er zijn een aantal aanknopingspunten die we kunnen meenemen uit onderzoek:

1. Dat de zorgzame gemeenschap is gekoppeld aan een fysieke plek betekent dat deze ook gekoppeld is aan een geschiedenis. Op de plekken waar Lang Leven Thuisflats en -buurten gerealiseerd worden wonen al mensen, zijn er al relaties, bekende gezichten en ontmoetingsplekken. Het is belangrijk om op deze bestaande structuren voort te bouwen en aan te haken bij informele partijen wanneer je zorgzaamheid en gemeenschap wil bevorderen.
2. We weten ook dat er schuring kan ontstaan wanneer bestaande plekken van ontmoeting worden opengesteld voor een bredere groep mensen uit de buurt. Een Lang Leven Thuisflat wordt vaak gezien als een plek die in potentie het hart van de zorgzame gemeenschap kan vormen. Bijvoorbeeld door als ontmoetingsruimte voor de buurt te fungeren. Er moet echter goed gekeken worden naar hoe verschillende mensen zich op zo een plek thuis kunnen voelen. Te veel openheid kan ervoor zorgen dat anderen een plek bijvoorbeeld te spannend gaan vinden. Hoe krijg je zo veel mogelijk mensen binnen de boot, zonder dat anderen er juist weer buiten vallen?
3. Naarmate mensen ouder worden stijgt het belang van ontmoetingsmogelijkheden dicht bij huis omdat de mobiliteit veelal afneemt. Een zorgzame gemeenschap op een fysieke plek past dus goed bij deze groep. Maar dat de gemeenschappen in de Lang Leven Thuisflats en -buurten met name uit ouderen bestaan maakt deze ook kwetsbaar: de balans tussen de mogelijkheden hulp te bieden en de mate van behoefte aan hulp is precair wanneer er sprake is van een hoge gemiddelde leeftijd. Dit werpt de vraag op hoe je kan zorgen voor een vitale gemeenschap; bijvoorbeeld door te streven naar een bewonersmix van jongere ouderen en oudere ouderen (zie ook bij [Voorkeurstoewijzing](#)).
4. Zorgende relaties tussen kwetsbare buurtbewoners onderling kunnen zeker succesvol zijn, zolang er rekening wordt gehouden met de risico's rond verplichte zorgzaamheid. Bewoners hebben behoefte aan een herkenbare fysieke plek in de buurt waar ze zelf terecht kunnen voor steun en zorg, maar ook een plek waar ze kunnen aangeven dat hun buurman al een paar dagen de gordijnen niet heeft opengedaan. Wanneer mensen weten dat er uiteindelijk een professional is die de meer structurele zorg en steun overneemt, durven ze vaker een helpende hand te bieden.

Meer info: [Samen-redzaam? Een onderzoek naar informele burennetwerken van kwetsbare bewoners – Ben Sajat Centrum](#)

9 LANG LEVEN THUISFLATS en -BUURTEN

OSDORPERHOF

Samenwerkende organisaties:
Rochdale, Cordaan, Combiwel, gemeente,
Zilveren Kruis, Omnibus bewonersorganisatie

Aantal woningen:
184 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Pieter Calandlaan, Osdorp, Nieuw West

Gestart: 2022

DE GARSTKAMP

Samenwerkende organisaties:
Ymere, Civic, Cordaan

Aantal woningen:
348 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Gartskamp, Geerdinkhof/Kantershof, Zuid-Oost

Gestart: 2022

FLEVOFLATS

Samenwerkende organisaties:
Ymere, Zorggroep Amsterdam Oost, Civic,
gemeente, politie

Aantal woningen:
250 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Kramatplantsoen, Indische Buurt, Oost

Gestart: 2022

LEO POLAK / OOKMEERFLAT

Samenwerkende organisaties:
Woonzorg Nederland, Amstelring, Eigenwijks,
gemeente

Aantal woningen:
72 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Ookmeerweg, Osdorp, Nieuw-West

Gestart: 2023

JERUZALEM STAETE

Samenwerkende organisaties:
Habion, Amsta, Dynamo

Aantal woningen:
84 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Van 't Hofflaan, Watergraafsmeer, Oost

Gestart: 2023

STATENJACHTSTRAAT

Samenwerkende organisaties:
Eigen Haard, Eveen, Dock en gemeente

Aantal woningen:
160 woningen, waarvan 53 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Statenjachtstraat, Banne Buiksloot, Noord

Gestart: 2023

LOUIS BOUWMEESTER

Samenwerkende organisaties:
Woonzorg Nederland, Zorggroep Amsterdam
Oost, Combiwel, Casa Sofia

Aantal woningen:
174 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Louis Chrispijnstraat, Slotervaart Zuid,
Nieuw-West

Gestart: 2024

MENNO SIMONSHUIS

Samenwerkende organisaties:
Woonzorg Nederland, Zonnehuisgroep
Amstelland, Dynamo

Aantal woningen:
183 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Noordhollandstraat, Buitenveldert, Zuid

Gestart: In verkenning

HENRIETTE ROLAND HOLST

Samenwerkende organisaties:
Woonzorg Nederland, Eveen

Aantal woningen:
220 55+-woningen

Adres, buurt, stadsdeel:
Kortvoort, Bijlmer, Zuidoost

Gestart: 2023





De Lang Leven Thuisflat en -buurt in het nieuws

- [Bewoners Ans en Leo begonnen een 'bejaardenhuis 2.0' in Amsterdam: 'Ouderenzorg moet anders en kan anders' - EenVandaag \(avrotros.nl\)](#)
- [Zorgcrisis voor ouderen: Amsterdam zet in op speciale flats zodat senioren langer thuis kunnen blijven wonen | Het Parool](#)
- [Paroollezers over de Lang Leve Thuisflats: 'Hoe gaan we ouderen verleiden daarin te wonen?' | Het Parool](#)
- [In de Flevoflats in Oost wonen vitale én minder vitale ouderen onder één dak: 'De sociale controle is hier groot' | Het Parool](#)
- [Video | Een Lang Leven Thuisflat - Aanjaagteam \(aanjaagteamwwzo.nl\)](#)

Informatie of contact over het programma Lang Leven Thuisflats en -buurten?

Carolien de Wit

carolien@pleinvanvernieuwing.nl

06 57 56 91 67

Over deze nieuwsbrief

Deze nieuwsbrief wordt uitgegeven vanuit het programma Lang Leven Thuisflats- en buurten in Amsterdam.