

Ouderenvriendelijk Op Maat

Onderzoeksrapport van het project Ouderenvriendelijk Buitenveldert



**Rapportage van het onderzoek 'Ouderenvriendelijk
Buitenveldert' in het kader van *Age Friendly City*
2016-2017**

VUmc, Afdeling Metamedica en Huisartsgeneeskunde en
Ouderengeneeskunde
Van der Boechorststraat 7
1081 BT Amsterdam
NEDERLAND

Hogeschool van Amsterdam, Instituut Ergotherapie
Tafelbergweg 51
1105 BD Amsterdam Zuidoost
NEDERLAND

Dit rapport is tot stand gekomen met medewerking van Hogeschool van Amsterdam, GGD Amsterdam, Gemeente Amsterdam (Ruimte en Duurzaamheid), Stadsdeel Zuid, Ben Sajat Centrum, Cliëntenbelang Amsterdam, Dynamo, VUmc (afdeling Metamedica), Huis van de Wijk Buitenveldert, en OBA Buitenveldert. De onderzoekswerkzaamheden waarop dit rapport is gebaseerd zijn uitgevoerd door Team Ouderenvriendelijk Buitenveldert. Dit team bestaat uit Ellen van den Bogert, Cisca Griffioen, Jan Groen, Peter Jelinek, Eveline de Jong, Yvonne Lengams, Paula Ransdorp, Wies Römer, Hanneke Stoppelenburg, Jan de Vries, Hans Wamsteeker, Elena Bendien, Barbara Groot en Maaïke Muntinga. In een vroeg stadium van het onderzoeksproces waren ook betrokken: Jany van Leeuwaarde, Michel Meijs, Gerrie Hofmeijer en Jacqueline van der Veer.

Samenvatting

In het kader van de oriëntatiefase uit *Age Friendly City* Amsterdam onderzocht een groep co-onderzoekers in Buitenveldert de ouderenvriendelijkheid van hun wijk. Doel was achterhalen hoe ouderen het wonen en leven in Buitenveldert ervaren, en wat zij vinden van de ouderenvriendelijkheid van de buurt. Co-onderzoekers interviewden 40 zowel kwetsbare als niet kwetsbare ouderen en sleutelfiguren binnen wijkgerichte instellingen en organisaties. De resultaten zijn gevalideerd in een buurtbijeenkomst. Ouderen vinden Buitenveldert over het algemeen een grandioze buurt. Om dit zo te houden moet er geïnvesteerd (blijven) worden in de publieke ruimten. Straten en vervoer moeten worden ingericht op het waarborgen van de mobiliteit van ouderen. Bij huisvesting moet rekening gehouden worden met de specifieke fysieke behoeften van ouderen. Zorg- en welzijnsvoorzieningen moeten zowel letterlijk als figuurlijk laagdrempelig zijn. Het activiteitenaanbod moet verschillende bewonersgroepen weten te bereiken. Voorwaarden hiervoor zijn passende informatievoorziening, veilige en schone straten, een gevarieerd winkelaanbod en aandacht voor ICT-vaardigheden bij ouderen. Ouderenvriendelijk Buitenveldert op maat, dat is waar het nu om gaat!

Inhoudsopgave

Inleiding.....	5
Aanpak en methode.....	6
Samenstellen team.....	6
Gezamenlijk opstellen aanpak en uitvoeren interviews.....	6
Draagvlak en communicatie	7
Analyseren en reflecteren.....	7
Validatie van de onderzoeksresultaten.....	7
Rapportage.....	8
Resultaten	9
1. Een grandioze buurt.....	10
2. Schone schijn: “Alles is goed...”	12
3. Samen, maar toch apart.....	14
4. “Afhankelijkheid, daar denk ik liever niet aan”.....	16
5. Liever levendig.....	20
6. Mobiliteit.....	22
7. Van eilandenrijk naar lappendeken: samenwerking tussen organisaties in de wijk	25
8. Randvoorwaarden voor ouderenvriendelijkheid	28
Conclusie.....	29



Inleiding

Voor u ligt *Ouderenvriendelijk Op Maat*, het onderzoeksrapport van team Ouderenvriendelijk Buitenveldert. Ouderenvriendelijk Buitenveldert is een samenwerkingsverband, waarin oudere bewoners uit Buitenveldert (co-onderzoekers) samen met VUmc-onderzoekers kennis hebben verzameld over de ouderen vriendelijkheid van hun wijk. Met dit onderzoek is een eerste stap gezet om samen met bewoners, organisaties in de buurt, de Gemeente en Stadsdeel adviezen op te stellen om Buitenveldert voor ouderen zo aantrekkelijk mogelijk te maken... én te houden.

Tijdens dit onderzoeksproject interviewden co-onderzoekers zélf (kwetsbare) ouderen in de wijk. De interviews gingen over de ervaringen, verwachtingen en behoeftes van ouderen ten aanzien van een ouderen vriendelijke buurt. De bevindingen uit de interviews hebben informatie opgeleverd over wat Buitenveldertse ouderen een ouderen vriendelijke omgeving vinden. Deze informatie biedt concrete handvatten aan beroepskrachten, organisaties, vrijwilligersinitiatieven, Gemeente en Stadsdeel bij het ouderen vriendelijk maken én houden van de buurt en stad.

In dit rapport leest u meer over onze aanpak, de bevindingen uit het onderzoek en adviezen om de ouderen vriendelijkheid van Buitenveldert te optimaliseren, zodat ouderen zo lang en prettig

mogelijk in de buurt kunnen blijven wonen. We hopen dat de werkzaamheden en resultaten beschreven in dit rapport, ter inspiratie zullen dienen voor een ieder die streeft naar wijken en steden waarin bewoners van alle leeftijden, organisaties én overheden zich gezamenlijk inzetten voor toegankelijkheid, verbondenheid en leefbaarheid OP MAAT.

Wij wensen u veel leesplezier!

Team Ouderenvriendelijk Buitenveldert

CONTEXT

De Gemeente Amsterdam werkt aan een stad waarin Amsterdammers prettig oud kunnen worden en kunnen zijn: de Age Friendly City. Om over dit onderwerp kennis uit te wisselen met andere grote steden, sloot Amsterdam zich in 2015 aan bij het netwerk van Age Friendly Cities van de Wereld Gezondheidsorganisatie (WHO). Dit onderzoek is een pilot in het kader van Age Friendly City, waarin de Gemeente kijkt hoe Age Friendly Amsterdam al is en waar het verbeterd kan worden. Tot 2020 gaat de Gemeente het plan uitvoeren. In 2020 komt er een evaluatie. (<https://www.amsterdam.nl/zorg-ondersteuning/age-friendly-city>)

Aanpak en methode

Methode

Het onderzoek is gebaseerd op een participatieve actie-onderzoeksfilosofie (ICPHR, 2013). Dit betekent dat onderzoek is gedaan naar Ouderenvriendelijk Buitenveldert samen met diegenen om wie het gaat, in dit geval oudere bewoners van Buitenveldert. In totaal hebben dertien oudere bewoners gewerkt in dit traject als co-onderzoekers, samen met drie academisch onderzoekers van VUmc, afdeling Metamedica en onderzoekers van Hogeschool van Amsterdam op afstand, onder andere in een soortgelijk proces in de Oudervriendelijk Oost (Indische Buurt).

Samenstellen team

In de eerste fase is een onderzoeksteam met oudere bewoners uit Buitenveldert samengesteld. De werving kwam tot stand via formele en informele contacten in de wijk, de Wijkkrant, BUUV, de HOVO van de Vrije Universiteit (VU) en de Ouderenadviesraad Zuid. In deze fase zijn ook de eerste contacten gelegd over het onderzoek met formele en informele instanties die actief zijn in de wijk, zoals Stadsdeel zuid, GGD Amsterdam, Dynamo, het Huis van de Wijk, Coöperatie Huisartsen Amsterdam Groot Zuid, de Algemene Hulpdienst Buitenveldert, Golden Sports en de Diaconie. Deze fase mondde uit in een startbijeenkomst 8 september 2016, waarbij het team

kennismaakte met elkaar en verwachtingen werden uitgesproken.

Gezamenlijk opstellen aanpak en uitvoeren interviews

In de tweede fase heeft het onderzoeksteam een gezamenlijk onderzoeksplan opgesteld, passend bij de wijk en haar oudere bewoners. Bewust is gekozen voor een strategie waarbij co-onderzoekers data verzamelden op verschillende wijzen:

- Individuele of duo-interviews (n=40) met ouderen in de wijk.
- Gesprekken met sleutelfiguren in de buurt over samenwerking in de wijk.

De werving van de deelnemers aan de interviews kwam tot stand via een bericht in de wijkkracht, via flyers bij huisartsen, via contacten in de buurt van co-onderzoekers, de bijeenkomst 'Liever Langer Thuis' en via Buurtzorg (thuiszorgorganisatie). Tijdens de fase van dataverzameling is tijdens tweewekelijkse teambijeenkomsten gereflecteerd op de uitkomsten van de gesprekken. Hierdoor ontstonden eerste thema's die weer verder uitgediept zijn in interviews die daarop volgden. In totaal hebben er gedurende het dataverzamelings- en analyseproces van het project meer dan 20 teambijeenkomsten plaatsgevonden.

Draagvlak en communicatie

Om draagvlak voor het project en de potentiële uitkomsten te krijgen, is tijdens het proces een werkbezoek georganiseerd voor de wethouder Zorg en de portefeuillehouder van het Stadsdeel. Ook is een interview gehouden met de regisseur Zorg en Welzijn in de wijk. Tot slot is er een website in de lucht gehouden en een eenmalige nieuwsbrief uitgezonden waarin we alle betrokkenen op de hoogte hielden.

Analyseren en reflecteren

De data zijn samen met VUmc-onderzoekers door de co-onderzoekers geanalyseerd. Dit gebeurde in een drietal fasen:

- 1) inductief op zoek naar thema's (Braun & Clark, 2006);
- 2) via een creatieve analysesessie (Lieshout & Cardiff, 2013);
- 3) deductief vanuit thema's op zoek naar specifieke uitspraken die dit onderbouwen (Braun & Clark, 2006).

Daarbij keken co-onderzoekers en VUmc-onderzoekers specifiek naar wat ouderen in Buitenveldert vertelden over wat zij vinden van het wonen in Buitenveldert, wat ouderen nodig hebben om fijn in Buitenveldert te kunnen blijven wonen, en waar ouderen nog mogelijkheden zien om de ouderenvriendelijkheid van Buitenveldert te vergroten.



Bijeenkomst met wethouder en portefeuillehouder zorg met team



Creatieve analyse-sessie met team

Validatie van de onderzoeksresultaten

De onderzoeksresultaten zijn in acht thema's samengevat en besproken tijdens de buurtbijeenkomst 16 juni 2017 in de Openbare Bibliotheek Amsterdam (OBA) in Buitenveldert. Onder de aanwezigen waren oudere buurtbewoners, vertegenwoordigers van diverse in de buurt actieve, zorg- en welzijnsorganisaties, vertegenwoordigers van het Stadsdeel Zuid en co-onderzoekers en onderzoekers die deelnamen aan twee Ouderenvriendelijke Stad-pilotprojecten in Buitenveldert en Indische Buurt (inclusief onderzoekers van Hogeschool Amsterdam). Tijdens de buurtbijeenkomst bespraken aanwezigen tijdens werksessies in kleine groepen de uitkomsten van het onderzoek, en formuleerden samen adviezen. De adviezen die voortkwamen uit de werksessies en de plenaire terugkoppeling van de uitkomsten van die sessies werden na afloop van de buurtbijeenkomst naar de aanwezigen gestuurd voor feedback en aanvullingen. De definitieve adviezen zijn meegenomen in deze rapportage.

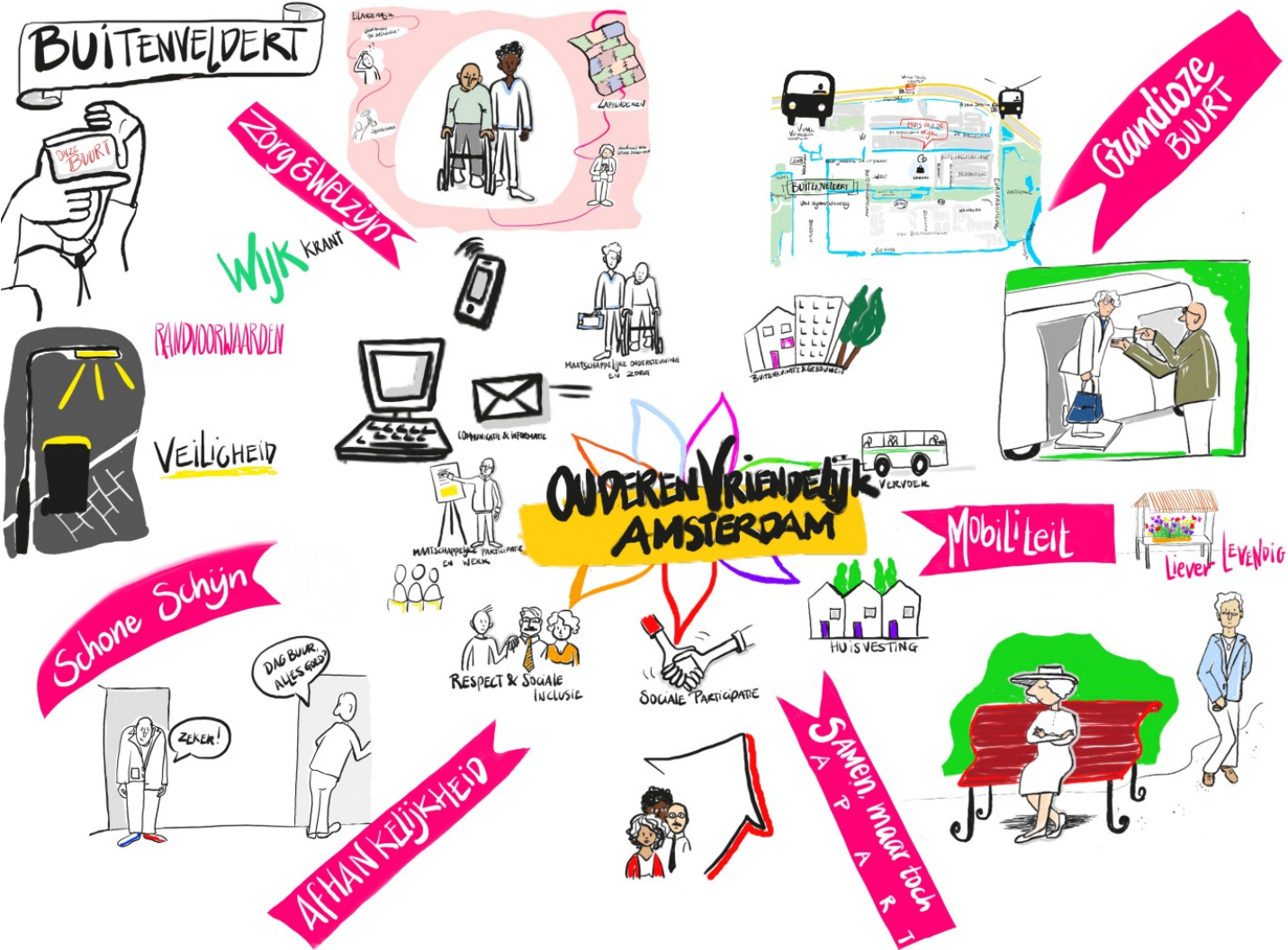
Rapportage

De resultaten van dit onderzoek worden aan de hand van acht thema's gepresenteerd. Deze thema's kwamen direct of indirect uit het analyse- en reflectieproces (inductief en deductief). Elk thema wordt in dit rapport geïntroduceerd aan de hand van een persoonlijk verhaal van een Buitenveldenaar. De verhalen dienen als illustratie bij de thema's en zijn fictief: elk verhaal is door het onderzoeksteam geschreven op basis van de daadwerkelijke verhalen, ervaringen en uitspraken van de deelnemers aan het onderzoek. De bewoners van Buitenveldert die in dit rapport aan het woord komen bestaan dus niet echt, en hun namen en leeftijden zijn gefingeerd. Elk thema is voorzien van een samenvatting, en adviezen die voortkwamen uit de interviews en de buurtbijeenkomst.

Buurtbijeenkomst op 16 juni 2017



Resultaten



1. Een grandioze buurt

Introductie: het verhaal van meneer Zwart

Meneer Zwart (89): *“Ik woon al ruim 20 jaar in Buitenveldert. Ik ben hier met mijn vrouw komen wonen, maar ben nu al weer negen jaar alleen. Wat vliegt de tijd toch. Ik ben moeilijk ter been, daarom heb ik deze rollator hier, en ik heb er ook één beneden staan in het portiek. Ziet u, ik zit hier op driehoog, maar er is hier geen lift. Gelukkig is er ooit door iemand een traplift geïnstalleerd, waardoor ik hier kan blijven wonen. Ja, dat van die traplift is heel fijn, anders zou ik gewoon niet meer buiten komen!”*

Ik woon hier heel goed, de buurt is prettig. Wel zijn de straten minder schoon dan vroeger en liggen er soms stoeptegels los of ongelijk, waardoor ik laatst ben gevallen. Ik zie niet meer zo goed, snapt u. Maar niks gebroken, hoor! Nee, gelukkig maar. Ik zie mezelf hier echt niet weggaan. Ik hou van de natuur en die is hier volop. Ik loop vaak met mijn rollator door het Gijsbrecht van Aemstelpark, hier vlakbij. De bomen in deze straat zijn al 60 jaar oud en sommige overwoekeren de balkons. Vooral in de zomer is het daardoor donker in de woonkamer. Dan heb ik overdag de lamp al aan. Op mijn balkon zitten koolmeesjes en ik zie regelmatig een specht. Ik heb wel last van vliegtuigen als de wind verkeerd staat. Schiphol is dichtbij, hè? Dat is dan niet zo fijn. Op het balkon kun je dan niet zitten van de herrie!

Vroeger had ik een Canta. Toen kon ik nog wat verder de buurt in, boodschappen doen op het Gelderlandplein en naar de bridgeclub. Door mijn slechte ogen gaat dat jammer genoeg niet meer. Gelukkig red ik het nog prima naar de supermarkt met mijn rollator! Moeten die stoeptegels alleen niet losliggen.”

Samengevat: Buitenveldert is rustig, keurig en groen

Oudere bewoners van Buitenveldert typeren de wijk als: rustig en ruim, keurig, vol groen en natuur, met goede voorzieningen, voldoende winkels, nabij het centrum, maar toch rustig. Aandachtspunten zijn luchtvervuiling, lawaai van vliegtuigen en het schoonhouden van de straten.

Uitspraken uit interviews

In de gesprekken noemden bewoners Buitenveldert een ‘grandioze buurt’. Een paar uitspraken:

“Ik voel me hier gewoon lekker en thuis.”

“Ik heb hier alles bij de hand dus ja, wat zou ik meer moeten?”

“Er zijn dus diverse dingen die georganiseerd worden waarvan ik zeg, dat is leuk.”

“Heerlijke parken dichtbij.”

“Ik heb deze wijk zien groeien en ik ben hier opgegroeid, zodoende ben ik er verliefd op geworden.”

“Buitenveldert bevalt me prima. Ik vind het een grandioze buurt.”

Reflecties van co-onderzoekers

Uit de creatieve analyse kwam naar voren dat co-onderzoekers zich herkenden in de uitspraken van de geïnterviewde bewoners:

“Je woont hier en blijft hier.”

“Groen en rust.”

“Hollands gevoel en historie.”

Adviezen voortkomend uit de interviews

Behoud een toegankelijke wijk, toegankelijke woningen en goede voorzieningen voor ouderen door...

- het snoeien van dicht bij de huizen staande bomen, die het daglicht in huis ernstig belemmeren;
- voldoende gezondheidsvoorzieningen in de buurt;
- een gevarieerd aanbod van diensten en activiteiten in de buurt, zoals het Huis van de Wijk;
- woningen aan te passen waardoor mensen makkelijker hun huis uit kunnen of hun rollator uit de box kunnen halen;
- toegankelijke liften in de hoogbouw;
- openbaar vervoer in de buurt, en supermarkten op loopafstand.

Adviezen voortkomend uit de werksessies tijdens de buurtbijeenkomst

Behoud een toegankelijke wijk, toegankelijke woningen en goede voorzieningen voor ouderen door...

- de hoogte van de stoep aan te passen en losliggende tegels te herstellen;
- behoefte aan trapliften te inventariseren en installatie daarvan te faciliteren;
- ‘parkeerruimte’ voor scootmobielen bij of in gebouwen te reserveren of te creëren;
- verwaarloosde kinderplaatsen om te bouwen tot plekken waar diverse generaties bewoners kunnen samenkomen, in overleg met omwonenden;
- huisbezoeken bij kwetsbare ouderen te blijven organiseren, door zowel professionals als vrijwilligers;
- de diversiteit van het winkelaanbod op het Gelderlandplein kritisch onder de loep te nemen;
- straten schoon te houden.



2. Schone schijn: “Alles is goed...”

Introductie: het verhaal van mevrouw Van Assen

Mevrouw van Assen (81): *“Ik heb niks te klagen, met mij gaat het goed. Net als veel anderen in de buurt hebben wij hier onze kinderen grootgebracht, en proberen we er nu nog iets van te maken. Ik probeer bij probleempjes mijzelf zo goed mogelijk te redden. We deden vroeger alles zelf. Je vraagt niet gauw om hulp. Het contact met mijn burens is wel goed, hoor. Mijn buurman heeft gezegd dat ik maar hoeft te bellen. Maar ja... ik wil niet zeuren, en zo groot zijn mijn probleempjes toch niet? Ik ben eigenlijk wel erg gesteld op mijn privacy, ik hoeft niet zo nodig iemand over de vloer. Nee, ook niemand van de Thuiszorg of Dynamo. Het huishouden kan ik nog best zelf. Het ziet er hier toch netjes uit?”*

Ik heb goed contact met mijn kinderen. Mijn zoon woont gelukkig in Amsterdam. Ik heb een tijdje terug per ongeluk het gas aan laten staan. Mijn zoon vindt het nu te gevaarlijk worden. Hij wil dat het gas afgesloten wordt. Als dat gebeurt moet ik naar de Buitenhof om warm te eten. Wat moet ik anders? Ik kan toch moeilijk hulp vragen voor het maken van een hapje eten? Ik ben niet de enige hoor, die hier mee zit. Ik kwam vandaag op de galerij mijn buurvrouw tegen en die zei dat ze niet precies weet hoe de magnetron werkt. Dus eet ze haar eten maar koud. Dat is niet lekker, maar dat snap ik wel.

Als je zo alleen woont komen de muren soms op je af. Je wil naar buiten om een ommetje te maken. Maar ik moet dan eerst de galerij af, de lift in en dan die loodzware buitendeur openmaken. Ja, ja, ik weet dat ik de Hulpdienst kan bellen voor een ommetje. Nee, nee, ik ben er nog niet toe gekomen. Dat doe ik nog wel een keer, nu staat mijn hoofd er niet naar.”

Samengevat: ouderen in Buitenveldert houden soms de schijn op

Het lijkt alsof ouderen uit Buitenveldert kunnen worden getypeerd als heel tevreden met de buurt en met hun leven, want “alles is goed” en “het gaat prima”. Veel ouderen gaven op de vraag “Wat vindt u van het wonen in Buitenveldert” het antwoord: “Ik ben heel tevreden....”. Échte kritische noten of persoonlijke verhalen over moeilijke omstandigheden werden aanvankelijk weinig gedeeld. Echter, naarmate de interviews vorderden, lieten bewoners steeds meer doorschemeren wat hun echte mening was, of hoe het écht met hen ging - soms impliciet, soms meer expliciet. Deze initiële ‘schone schijn’ lijkt deels voort te komen uit een angst voor het tonen van kwetsbaarheid. Maar ook lijkt het verweven in de cultuur van Buitenveldert, waarin mensen privé-zaken en -meningen niet snel met anderen delen, en elkaar liever niet om hulp vragen (zie ook thema’s ‘Samen, maar toch apart’ en ‘Afhankelijkheid, daar denk ik liever niet aan’).

Uitspraken uit interviews

In de gesprekken was het soms lastig om door de schone schijn te prikken. De co-onderzoekers kwamen vaak toch achter het échte verhaal na een periode van 'mooie woorden'. Enkele uitspraken van geïnterviewden:

"Je vraagt niet zo snel om hulp. De buurman heeft gezegd dat ik maar hoeft te bellen, maar ja..."

"Met mijn burens is het contact goed, maar om hulp vragen is wat anders."

"De schoonouders van mijn zoon zijn heel slecht ter been, maar ze zullen niet om hulp vragen."

"Gisteravond wist ik niet meer hoe de magnetron werkt. Ik heb het eten dat mijn zoon heeft gebracht toen maar koud opgegeten."

Reflecties van co-onderzoekers: het is ook lastig...

In gesprekken over dit thema tijdens de teambijeenkomsten gaven co-onderzoekers aan dat het erkennen van kwetsbaarheid – en daardoor het verliezen van controle – ook moeilijk is, met name voor deze generatie ouderen:

"Dat je je soms eenzaam voelt. Dat geef je niet zomaar aan."

"Flink zijn, niet zeuren is waar veel mensen mee opgevoed zijn."

Dan is het lastig om toe te geven dat het moeilijker gaat."

"Niet toegeven dat je kwetsbaar bent betekent controlebehoud."

Adviezen voortkomend uit de werksessies tijdens de buurtbijeenkomst

Besteed aandacht aan 'schone schijn' bij ouderen door...

- in samenwerking met huisartspraktijken de rol van de Praktijkondersteuner Huisarts (PoH) te vergroten in het identificeren en contact leggen met kwetsbare of eenzame ouderen. Denk aan een hechtere samenwerking van de praktijkondersteuner van de huisarts met bijvoorbeeld de Algemene Hulpdienst;
- de rol van de bewonerscommissies en Vereniging van Eigenaars (VvE's) te versterken door uitwisselingsbijeenkomsten te organiseren, om beter de vinger aan de pols te kunnen houden bij de minder actieve ouderen;
- in samenwerking met bewoners en woningcorporaties ontmoetingsplekken op woonlocaties, of kleinschalige buurtkamers, te creëren. Het gaat over de ruimtes die al aanwezig zijn maar die niet optimaal worden gebruikt of waaraan een commerciële bestemming is gegeven (lees: waar het gebruik niet direct ten goede komt aan de bewoners).



3. Samen, maar toch apart

Introductie: het verhaal van mevrouw Dekker-Breevoort

Mevrouw Dekker-Breevoort (83 jaar): *“Ik woon al meer dan 40 jaar in Buitenveldert. We zijn hier komen wonen in 1976, toen de kinderen nog klein waren. Mijn echtgenoot was ambtenaar en we hebben het altijd goed gehad. Hij is drie jaar geleden overleden, een jaar nadat we naar deze flat zijn verhuisd. Ik heb gedurende zijn hele ziekbed voor hem gezorgd. Ik ben blij dat ik dat heb kunnen doen, al was het niet altijd makkelijk, dat kan ik u wel zeggen.*

Mijn kinderen wonen ver weg. Ik heb een dochter in Arnhem en één in Den Haag. Die komen natuurlijk niet voor elk wisselwase naar Amsterdam. De burens in de flat hier ken ik eigenlijk niet. Ze zijn altijd vriendelijk hoor, daar niet van. Ook na de dood van mijn man. “Hoe gaat het met u, mevrouw Dekker? Zegt u het als u iets nodig heeft?” Maar ja, uiteindelijk sta je er alleen voor hè. Je wilt mensen ook niet tot last zijn. Je spreekt elkaar bijna niet, er is geen echt contact. Mensen zijn hier ook niet zo praatgraag. Laatst was ik 3 weken ziek, maar niemand die vraagt hoe het met me gaat.

Of ik me dan eenzaam voel? Ach, ik ben niet zo’n sociaal type. Mijn man was in zijn goede jaren heel anders. Die bleef soms uren weg voor een boodschap op het Gelderlandplein, omdat hij constant kennissen tegen het lijf liep. Dat zou nu niet meer gebeuren, het winkelcentrum is zó veranderd. Als ik door de week mijn

boodschappen doe, word ik onder de voet gelopen door die snelle zakenlui. Beneden mij woont een jong gezin, maar geen idee wat voor mensen dat zijn. De buurt is niet meer als vroeger, bij wie ga je nu nog langs voor een kop koffie? Een kennis die ik nog weleens spreek zegt dat ik het aan mezelf te wijten heb, dat ik er meer op uit moet. Hij zegt, Wil, je moet nieuwe mensen ontmoeten. Maar op mijn leeftijd? Ach, ik zou niet weten hoe.”

Samengevat: er is afstand tussen de bewoners onderling, tussen culturele groepen en tussen ouderen en jongeren

Leven in Buitenveldert betekent samenwonen, wandelen en winkelen met anderen. Echter, geïnterviewden ervaren niet altijd verbinding met de mensen om zich heen. Ondanks dat ouderen omringd zijn door burens kunnen ze zich toch alleen voelen. Wanneer ouderen zich geïsoleerd voelen of weinig contact met hun omgeving hebben, vragen ze ook minder snel hulp bij elkaar – en vinden ze het lastiger om de hulp die ze krijgen aangeboden, te accepteren. Toch zijn er ook ouderen die hun burens goed weten te vinden, en elkaar hulp en ondersteuning bieden als het tegenzit.

De diversiteit van bewoners in Buitenveldert is groot. Buitenveldert heeft een snelle demografische ontwikkeling doorgemaakt. Er is veel doorstroom, de wijk wordt jonger en er komen steeds meer bewoners met uiteenlopende culturele achtergronden. Er worden nog weinig bruggen geslagen tussen de oorspronkelijke Buitenveldertse bewoners en de nieuwe groepen in de wijk. Men ervaart een (groeïende) economische

kloof tussen 'oorspronkelijk' Buitenveldert en gebruikers van de Zuidas. Ook ervaart men een kloof tussen jong en oud. Dit suggereert segregatie op basis van leeftijd, culturele achtergrond, inkomen en levensstijl.

Uitspraken uit interviews

In de gesprekken kwam het onderwerp sociale cohesie en onderling contact vaak aan de orde. Enkele uitspraken van geïnterviewden:

"Er is geen echt contact. Dat heeft niemand hier hoor. Niemand."

"De mensen hier zijn erg op zich zelf. Allemaal einzegängers."

"Jong en oud begrijpt elkaar niet. Daar is dus heel veel onbegrip."

"Maar ik ben niet zo'n groepenmens."

"Wij hier met de burens, deze galerij, als er wat bijzonders is en iemand moet geholpen worden dan helpen we elkaar."

Reflecties van co-onderzoekers: hun veilige eilandje

Co-onderzoekers herkennen dit thema. Een co-onderzoeker geeft aan dat het een groot verschil is met vroeger. Mensen komen weinig informeel bij elkaar. De generatiekloof in de steeds diverser en kleurrijker wordende wijk is duidelijk aanwezig. Men zoekt elkaar niet op. De verandering op het Gelderlandplein, met name het verdwijnen van La Place (een plek waar veel ouderen samenkwamen), heeft ook impact gehad. De kloof kan ook veroorzaakt zijn door de manier waarop de wijk is opgezet en ingericht: in Buitenveldert woon je individueel, onafhankelijk, met ruimte, en op afstand van elkaar.

"Stil verdriet, niet samen, afhouden."

"Er is wel behoefte aan contact tussen jong en oud."

"Veel ouderen zitten in hun eigen huisje. Op hun veilige eilandje."

"La Place was fantastisch."



Adviezen voortkomend uit de interviews

Stimuleer en faciliteer cohesie tussen buren en groepen in de wijk door...

- het (blijven) organiseren van activiteiten in groepsverband, en buurtbewoners te stimuleren ook zelf dingen te organiseren;
- bankjes met leuning te plaatsen op veel door ouderen gelopen routes;
- ontmoetingsruimtes/netwerkorganisaties bij elkaar te brengen, en de mogelijkheden van bestaande ruimtes in kaart te brengen. Gedacht kan worden aan onderlinge samenwerking en benutten van capaciteit van de ruimten.
- contact met de woningcorporaties te onderhouden om betere zorg te besteden aan de huurders;
- toevallige ontmoetingsplekken te creëren zoals in winkelcentra of bij buurtwinkels;
- financiële drempels weg te nemen. Mensen houden de 'schone schijn' op maar kunnen niet allemaal financieel breed leven. €5,- voor een lezing in de OBA kan al (te) veel zijn;
- het faciliteren van gesprekken onderling bij eetmomenten in de wijk waar ouderen samenkomen, maar nu alleen 'eten' en geen betekenisvolle ontmoeting hebben;
- het creëren van faciliteiten om samen te komen dichterbij in de buurt bij mensen, meer over de wijk verspreid;
- overige mogelijkheden tot (intergenerationele) samenkomen (scholen, etc.) te benutten;

- op straatniveau samen te komen. Bijvoorbeeld: Samen voor een Schone Straat-schoonmaakactie.

Adviezen voortkomend uit de werksessies tijdens de buurtbijeenkomst

Stimuleer en faciliteer cohesie tussen buren en groepen in de wijk door...

- actief met een aanbod te komen bij ouderen die een drempel ervaren bij hulpvragen (een duwtje in de rug). Niet "als u wat nodig heeft..." maar "wij hebben teveel gekookt, komt u eten?";
- samen na te denken over de manier waarop ontmoetingen tussen ouderen en jongeren kunnen worden georganiseerd, en hoe jongeren (scholieren, studenten, etc.) zich (duurzaam) kunnen inzetten voor ouderen, bijvoorbeeld voor ICT-ondersteuning;
- in iedere straat een of meerdere ambassadeur(s) te identificeren. Zij kunnen een aanspreekpunt zijn voor de bewoners, en hun problematiek terugkoppelen aan de organisaties die actief zijn in de wijk;
- kleinschalige buurtruimtes te creëren ten behoeve van burentonmoetingen, zowel ter kennismaking, gezelligheid en onderlinge hulp, alsook voor het gezamenlijk bezoeken van activiteiten en evenementen.

4. “Afhankelijkheid, daar denk ik liever niet aan”

Introductie: het verhaal van mevrouw Kuypers-van der Pol

Mevrouw Kuypers-van der Pol (70 jaar): *“Ik woon hier nou al 36 jaar. Het is hier fijn wonen, hoor. Winkels vlak voor de deur, veel groen. Vroeger, toen de kinderen nog klein waren, was het zo gezellig buiten. Nu is het helemaal anders geworden. Veel nieuwe mensen. Ik heb hier wat kennissen wonen, maar echte vrienden? Dat zijn het niet. Maar nee hoor, ik voel me niet alleen. Mijn vriendin woont in Amstelveen, dus ik moet daar naartoe. Nu kan ik het gelukkig nog allemaal goed voor elkaar krijgen. En als ik slecht ter been word? Nou, daar denk ik liever niet aan.*

Ik heb niemand nodig om mij met dingen te helpen. Alleen dat lampje in de galerij vervangen? Nou nee, dat durf ik niet meer. Op de ladder klimmen is echt niks voor mij. Dat moeten de burens doen, maar die vinden dat blijkbaar niet hun taak. En de trappen? Ja hoor, die loop ook nog goed op en af. Al word ik af en toe wel een beetje duizelig! En als het niet meer gaat? Oh, maar daar denk ik liever niet aan.

Ik heb schatten van kinderen, ja hoor, echt. Mijn zoon woont in Rotterdam en mijn dochter zit in Australië. Daar wil ik nog wel eens naartoe, naar Australië. Wel een beetje ver, hè. Mocht er iets zijn, dan is mijn zoon er voor me. Laatst kon ik de magnetron niet aan de praat krijgen. Ik kon mijn zoon wel bellen hoor, maar ik

dacht, ach, moet ik hem daar nou mee lastigvallen? Hij heeft het erg druk. Ja, nieuwe dingen bijhouden wordt moeilijker. Maar ik voel me nog hartstikke vitaal, ik ben nog echt geen oudje hoor! Ik moet wel rustig aan doen. En als het niet meer gaat met mijn gezondheid... Nou, daar denk ik liever niet aan.

Informatie haal ik hier en daar vandaan. Soms lees ik de wijkkrant. Maar ik wist niet dat je naar het Sociaal Loket in het Huis van de Wijk kan als je een vraag hebt. Of naar de Algemene Hulpdienst Buitenveldert. Daar zal ik dan voortaan maar eens aan gaan denken.”



Samengevat: afhankelijkheid beangstigt

Als mensen lichamelijk of geestelijk achteruitgaan, kunnen ze een deel van hun zelfstandigheid verliezen. Voor veel mensen betekent dit controleverlies, en een groeiende afhankelijkheid van anderen. Uit de interviews bleek dat ouderen in Buitenveldert de mogelijkheid dat zij afhankelijker gaan worden – van familie, van burens en instanties – niet altijd onder ogen zien. Omdat ze anderen niet willen belasten, niet om hulp willen of kunnen vragen, of de weg naar de instanties niet weten te vinden. Vooruitzicht op fragiliteit kan ook beangstigend zijn. Het is soms makkelijker om er niet te veel mee bezig te zijn. Veel ouderen leken bezig met het vinden van het juiste evenwicht tussen het rekken van de eigen autonomie en het accepteren van groeiende kwetsbaarheid. Niet alle ouderen dachten liever niet na over afhankelijkheid: sommige geïnterviewden waren erg proactief in het verzamelen van allerlei informatie op informatiemarkten en bij zorginstanties.

Uitspraken uit interviews

Ouderen leken soms ontkennend te staan tegenover toenemende afhankelijkheid. Hierdoor leken ze niet altijd in praktische zin voorbereid op de toekomst.

“Nu komt de hulp thuis, maar er zal een moment zijn dat het niet kan, maar daar wil ik niet aan denken.”

“Nee dat zou ik eigenlijk niet weten [waar ik heen moet voor hulp]. Dat moet je eigenlijk weten.”

“Ik ben naar de Open dag van het Huis van de Wijk geweest en alle folders meegenomen die van pas kunnen komen.”

Reflecties van co-onderzoekers: kwetsbaar kaartenhuis

“Kwetsbaarheid is rekbaar”, zeiden de co-onderzoekers.

Ouderen hebben vertrouwen in de lopende dingen. Maar mensen houden veel ballen in de lucht; valt één bal dan valt het kaartenhuis in elkaar. Dit hangt samen met de Buitenveldertse “vraagverlegenheid”: gêne om om hulp te vragen.

Adviezen voortkomend uit de interviews

Help ouderen in de buurt om te gaan met, en zich voor te bereiden op toenemende afhankelijkheid door...

- dienst als thuisbezorgen medicatie te behouden;
- huisbezoeken van en door ouderen (vrijwilligers) te continueren, of in een vernieuwde vorm met een open gesprek op te starten. Indien gewenst kan men informatie verstrekken over relevante beschikbare diensten in de wijk;
- goed bereikbare en (toegankelijke) Algemene Hulpdienst Buitenveldert, in samenwerking met private diensten te continueren;
- informatie toegankelijker te maken. Goede voorbeelden hiervan zijn Open Informatiedagen met foldermateriaal en een kopje koffie op belangrijke punten in Buitenveldert (niet alleen Huis van de Wijk), of het verspreiden van informatie in de wijk door Sociaal Loket van Gemeente. Ouderen die niet makkelijk kunnen reizen moeten vervoer aangeboden krijgen.

Adviezen voortkomend uit de werksessies tijdens de buurtbijeenkoms

Help ouderen in de buurt om te gaan met en zich voor te bereiden op toenemende afhankelijkheid door...

- een dialoog met diverse partijen in de wijk te voeren: 'Tussen autonomie en afhankelijkheid: op zoek naar het gouden midden';
- kleinschalige actieve buurtgroepen (of Stadsdorpen) te organiseren: kleinschaligheid vergroot betrokkenheid en inbreng van iedereen;
- campagne te voeren om mensen bewust te maken van het taalgebruik in relatie tot ouderen: bedacht zijn bij het gebruik van paternalistische of kleinerende woorden.

5. Liever levendig

Introductie: het verhaal van de heer Polak

Dhr. Polak (76 jaar): *“Ik woon hier nog niet zo lang als sommige van mijn burens. Mijn vrouw en ik hebben 20 jaar in de Jordaan gewoond. Altijd met veel plezier, maar de laatste jaren werd het daar steeds drukker. Altijd lawaai en gedoe. Toen ik met vervroegd pensioen kon zijn we naar Buitenveldert gekomen, op aanraden van familie hier. We hebben een mooi hoekhuis met een grote tuin. Mijn vrouw houdt van tuinieren, dus die haalt haar hart op. Het is heerlijk hier, met al dat groen en die ruimte. Als ik 's ochtends wakker word hoor ik de vogels in plaats van de vuilniswagen! Ja hoor, we hebben het naar ons zin in Buitenveldert.*

Al mis ik, als ik eerlijk ben, weleens de reuring van de binnenstad. Hier op straat is het altijd zo stil. Ik zie nauwelijks kinderen spelen in de buurt. Ik kan me de laatste keer niet herinneren dat ik de buurvrouw buiten tegenkwam. Je kunt waar wij wonen ook niet even om de hoek een biertje drinken of betaalbaar uit eten. Of een lekker stuk kaas kopen op de markt. Ik ging altijd op zaterdagochtend een kop koffie drinken bij de Noorderkerk, vóór de drukte uit. Hier doe ik dat eigenlijk niet, ik zou niet weten waar.

Ja, het Gelderlandplein is er natuurlijk. Maar ik ben rolstoelafhankelijk zoals u ziet, en dan voelt het toch wel ver vanaf ons huis. Mijn vrouw gaat er af en toe alleen heen, maar zegt dat er de laatste jaren alleen maar modewinkels bij zijn gekomen. Ach,

misschien moet ik het ook zelf een beetje opzoeken, die gezelligheid. Laatst hoorde ik van mijn schoonzus dat er hier een buurthuis is waar van alles wordt georganiseerd en gedaan. Ik lees vast de verkeerde krant, want daar wist ik dus niets van. Weet u wat nou mooi zou zijn? Als er een bioscoop komt in Buitenveldert. Dan wel één zonder veel toeters en bellen. Ik zit hier uiteindelijk toch voor mijn rust!”

Samengevat: levendigheid in de wijk wordt soms gemist

Buitenveldert is ruim en rustig, en dat is precies waarom mensen er graag wonen en leven. Vlakbij het centrum van Amsterdam, maar zonder het rumoer en de drukte. Echter, soms missen oudere bewoners toch een beetje levendigheid om zich heen. Sommige geïnterviewden ervaren hun straat en de wijk niet altijd als activerend en inspirerend. Dat komt misschien omdat ouderen weinig kennis hebben van het bestaande activiteiten aanbod in de wijk, waardoor ze de reuring niet zelf opzoeken. Maar soms zouden ze het fijn vinden als die reuring hén een keer zou komen opzoeken. Waar ligt de balans tussen rust en levendigheid?

Uitspraken uit interviews

In de gesprekken met sommige bewoners kwam het gemis aan levendigheid aan bod. Maar: levendigheid moet de gewaardeerde rust niet verstoren. Enkele voorbeelden:

“Er zou hier wel wat meer reuring mogen komen, een markt of zo.”

“Maar dat het actiever mag, dat vind ik wel.”

“Ik vind het hier wel soms een beetje te rustig.”

Reflecties van co-onderzoekers: meer buurtgezelligheid

Co-onderzoekers geven aan dat er weinig plekken te vinden zijn in Buitenveldert waar een ‘gezellige drukte’ heerst. Mensen wonen en leven versnipperd, en zijn over het algemeen niet erg proactief in het elkaar opzoeken en nieuwe dingen organiseren. Er is veel centraal aanbod voor ouderen in de wijk, en er is ook voldoende voor kinderen (zoals speeltuinen), maar juist dat buurtcafétje op de hoek van de straat, leeftijdsvriendelijke collectieve ruimtes, een bruisende zaterdagmarkt of een bioscoop zou kunnen bijdragen aan een voor ouderen toegankelijke ‘buurtgezelligheid’.

Adviezen voortkomend uit de interviews

Investeer in levendigheid van Buitenveldert met behoud van rust door...

- een bioscoop/filmhuis, bruin café, (biologische of reguliere) markt te realiseren;
- het aankleden van kinderspeelplaatsen tussen hofjes/in wijk met bankjes met leuning (en evt. tafeltje) om

kinderspeelplaatsen weer aantrekkelijk te maken voor ouderen;

- het aanbod van diensten en activiteiten in de buurt en buurtinitiatieven ook bekend te maken via AT5.

Adviezen voortkomend uit de werksessies tijdens de buurtbijeenkomst

Investeer in levendigheid van Buitenveldert met behoud van rust door...

- regelmatig de reguliere markt in de eigen buurt te hebben: nu wordt men gedwongen hiervoor naar andere buurten uit te wijken;
- laagdrempelige, ‘toevallige’ ontmoetingsplekken te organiseren (o.a. in het park waar mensen nu vaak alleen lopen), waar men met elkaar contact kan leggen. Hierbij samenwerken met de creatieve sector of met onderzoekers of studenten van de Vrije Universiteit (VU) of Hogeschool van Amsterdam (HvA). Huidig voorbeeld hiervan is ‘buurtbankje’ van de Algemene Hulpdienst Buitenveldert.



6. Mobiliteit

Introductie: het verhaal van mevrouw Mohammed

Mevrouw Tan (81 jaar): *“Ik ben tevreden met mijn huis en met de wijk. Met mijn scootmobiel kan ik makkelijk naar het ziekenhuis en het Gelderlandplein. Maar als ik naar mijn schoonzus kijk, die ver bij mij vandaan woont, voor haar is het lastig om bij mij op bezoek te komen. Ze moet óf met de auto, óf ze moet gebracht worden, omdat die bus niet meer rijdt. Voor mijn andere vriendin, die iets verder op de A.J. Ernststraat woont, is de bus nu heel ver weg. Zó ver lopen naar de Europaboulevard. Ze komt nu niet meer bij me langs. En dan maken ze wel een extra halte bij het NH hotel...*

Ik hou zelf niet van openbaar vervoer. Ik vind het onprettig om 's avonds in het donker ergens uit te stappen. Ik kan het trouwens ook niet met mijn been. Mijn buurman heeft nog een fiets. Maar hij wordt ook wat ouder, en voorzichtiger. Je bent altijd kwetsbaarder als fietser... Hierachter is het Gijsbrecht van Aemstelpark. Maar het trottoir en looppad sluiten niet op elkaar aan. Ik heb hierover ooit een brief aan de Gemeente geschreven, want ik wil niet door de modder. Keurig netjes antwoord gekregen, maar er is nooit wat aan gedaan. Ze zeiden 'we zetten het in de planning'. Dus ik ga scheef over het fietspad. Daar moeten ze wat aan doen. Alle trottoirs op de hoeken schuin af laten lopen, en niet zo'n smal stukje. En dan die bankjes, die lopen schuin naar achteren. Daar kom je bijna niet af. Tja, en er staan constant fietsen op de stoep.

Het is te gek voor woorden. Als ik daar naartoe moet met mijn scootmobiel, moet ik er soms slingerend langs. Omdat er allemaal fietsen staan.

Mijn buurvrouw kan niet goed meer lopen. Haar knie doet het niet meer en haar rug ook niet. Maar die pakt haar autootje en rijdt naar die invalidenplaats op het Gelderlandplein, en dan probeert ze toch even een rondje te doen. Of ze gaat met dat busje. Ze doet daar dan ook uitgebreid boodschappen. Maar dat is wel vreselijk duur....”

Samengevat

Het belang van mobiel zijn en blijven werd door bijna elke geïnterviewde genoemd. Mobiliteit is en blijft daarom in Buitenveldert een belangrijk thema. Mobiel zijn betekent voor oudere Buitenveldenaren dat ze sociale contacten kunnen onderhouden en in de samenleving kunnen blijven participeren, ondanks groeiende kwetsbaarheid en afhankelijkheid. Geen activiteit zonder mobiliteit. Mobiliteit, of juist de beperking daarvan, werd op diverse manieren ervaren door bewoners. Toegankelijkheid en betaalbaarheid van het Openbaar en Aanvullend Openbaar Vervoer (AOV), en het eenvoudig kunnen parkeren of stallen van auto of scootmobiel, speelden een rol bij de mate waarin ouderen konden gaan en staan waar zij wilden. Maar ook kwam het belang van goede straten (zonder obstakels

zoals losliggende tegels en hoge stoepranden) en veilige, comfortabele oversteekplekken naar voren. Voor sommigen werd hun mobiliteit beperkt door een ervaren gebrek aan veiligheid. Mensen noemden onvoldoende straatverlichting en te weinig politie op straat.

Uitspraken uit interviews

Als geïnterviewden het hadden over mobiliteit, dan ging het over begaanbaarheid van straten en openbare wegen, toegankelijkheid en beschikbaarheid van openbaar vervoer, en veiligheid.

“Willem van Weldammelaan, daar ben ik met de scootmobiel gevallen, omdat die putten gewoon heel diep liggen.”

“Het busvervoer in Buitenveldert vind ik buitengewoon slecht.”

“Ik ben toen zelf een paar keer gevallen bij mij voor de flat. Dat komt ook doordat er oneffenheden in de stoep zitten.”

“Oude mensen moeten twee, drie keer wachten voor een stoplicht, dat gaat alleen maar voor auto's (..) en die oudjes die staan daar met hun karretje met boodschappen in de kou en in de regen.”

Reflecties van co-onderzoekers: serieus knelpunt

Mobiliteit is een van de elementaire levensbehoeften van de burgers. De overheid is (mede)verantwoordelijk om de

mobiliteit via het openbaar vervoer planologisch en organisatorisch te regelen en de overige vormen van mobiliteit te (helpen) faciliteren. De ‘normale’ mobiliteit begint bij de directe woonomgeving door het huis/flat te kunnen verlaten zonder het risico te ‘lopen’ uit te glijden, in een kuil te vallen of over de stoep- of wegobstakels te struikelen. Co-onderzoekers constateren dat barrières in mobiliteit tot de meest serieuze knelpunten behoren voor met name oudere en meer kwetsbare medebewoners. Ze hopen op doorgaande beleidsaandacht voor dit issue, en vragen dat beleidsmakers samen met bewoners naar optimale oplossingen blijven zoeken.

Adviezen voortkomend uit de interviews

Behoud, faciliteer en verbeter mobiliteit van ouderen in de buurt door...

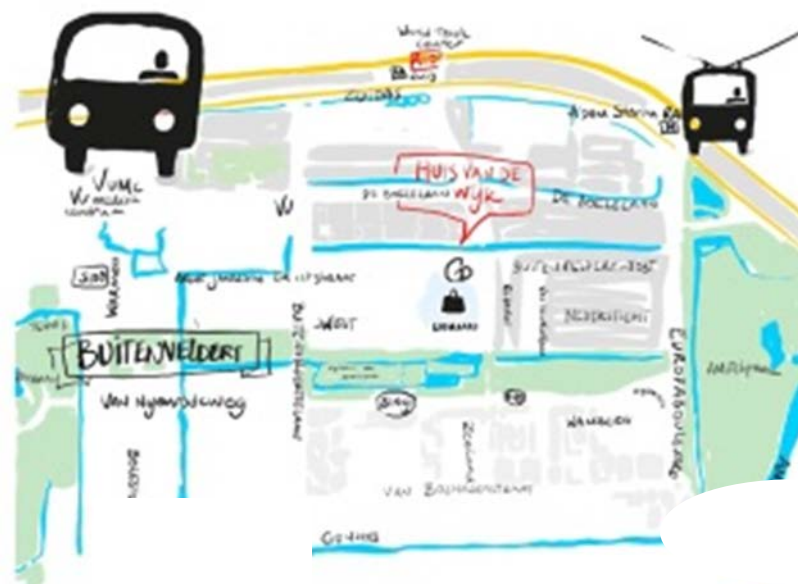
- oneffenheden in de straat, zoals losse tegels, diepliggende putten, eerder op te sporen en aan te pakken;
- voldoende verlichting en camerabewaking te plaatsen en politie in de buurt te laten patrouilleren;
- bij stoplichten en wegovertgangen ook rekening te laten houden met ouderen;
- voor iedereen openbaar vervoer in Buitenveldert op loopafstand te organiseren, en de bekendheid van bestaand Aanvullend Openbaar Vervoer te verbeteren;
- de drempel voor het indienen van een klacht (over het openbaar vervoer of de begaanbaarheid en toegankelijkheid van de publieke ruimte) te verlagen;

- meer bekendheid te geven aan regelgeving en mogelijkheden rond parkeren voor bezoekers, en het makkelijker te maken voor derden om ouderen te helpen bij het regelen van parkeervergunningen.

Adviezen voortkomend uit de werksessies tijdens de buurtbijeenkomst

Behoud, faciliteer en verbeter mobiliteit van ouderen in de buurt door...

- veiligheid als uitgangspunt te nemen. Zie bijvoorbeeld het streven van de GGD om veilige routes voor de rolstoelgebruikende en rollator-afhankelijke mensen uit te stippelen. Let bij het realiseren op: veilige overgangen zonder weg- en stoepobstakels en ouderenvriendelijke zit- en rustplekken.
- toegankelijkheid van het openbaar vervoer periodiek te evalueren. Blijf hierbij kritisch en sta open voor nieuwe, innovatieve ideeën en initiatieven. Een goed voorbeeld is een Publiek-Private-Particuliere samenwerking en innovatieve mobiliteitsinitiatieven naast het reguliere publieke vervoersaanbod – bijvoorbeeld elektrische wagentjes met vrijwilligers, elders toegepast). De benadering van de toegankelijkheid in het algemeen en het kunnen bereiken van een gewenste bestemming in het bijzonder dient even dynamisch te zijn als de mobiliteit zelf;
- voorlichtingswerk te doen. Denk aan lezingen of dialoogbijeenkomsten in OBA om op de link tussen mobiliteit en sociale contacten van ouderen in te zoomen.



7. Van eilandenrijk naar lappendeken: samenwerking tussen organisaties in de wijk

Introductie: het verhaal van George

George (79): *“Ik ben George en heb, via de Wijkkrant van Buitenveldert, contacten gelegd met een aantal instellingen van Zorg en Welzijn in de wijk. We zagen in 2014 aankomen dat de overheid het jaar daarna op grote schaal taken op dit gebied zou overdragen aan de Gemeente en de redactie vroeg zich af of de instellingen in onze wijk daar op voorbereid waren. Hoewel een aantal instellingen in de wijk elkaar al wist te vinden, bleek dat het terrein van Zorg en Welzijn een enorm eilandenrijk was. Er werd eerder geconcurrereerd dan samengewerkt. Hoewel het Sociaal Loket in het Huis van de Wijk een puur verwijzende functie heeft en verder geen diensten aanbiedt, werd het loket door sommige instellingen van welzijn als een concurrent gezien. Als men te weinig van elkaar weet en elkaar niet opzoekt dan wordt de oudere wijkgenoot die een hulpvraag heeft daar niet beter van.*

In de nieuwe filosofie van de overheid moet de oudere langer thuis blijven wonen en als er problemen zijn moeten die zo veel mogelijk in het eigen netwerk worden opgevangen. Pas als dat niet meer lukt, komt volgens het nieuwe boekje, de Gemeente in beeld en moet er voor professionele ondersteuning gezorgd worden. En toen dat alles in 2015 ook nog gepaard ging met grootschalige

bezuinigingen waren de rapen gaar. Lees ‘Ach, moedertje’ van Hugo Borst er maar op na.

In datzelfde jaar 2014 begon het stadsbestuur te werken aan het optuigen van een Netwerk Wijkzorg in Buitenveldert waarin alle instellingen van Zorg en Welzijn van de wijk elkaar zouden gaan ontmoeten en samenwerken. We zijn nu een paar jaar verder en het ziet er positief uit. Als je niet in dat netwerk mee wil doen lig je er uit, heb ik de indruk.

Maar het blijft ingewikkeld omdat al die instellingen een lappendeken vormen waarin de burger met een hulpvraag niet zo maar de weg weet. Ook voor de professionals is het niet zo eenvoudig. Er is wel een mooie digitale Sociale Kaart gemaakt maar die beslaat meer dan 4 MB aan schermpagina's.

Er zijn bovendien nog witte plekken in de kaart. De woningbouwcorporaties die zich tegenwoordig, met verwijzing naar de nieuwe woningwet, vooral bezighouden met het innen van de huren en de servicekosten, werken nog niet echt samen met de zorginstellingen waardoor er nog heel wat ouderen met een probleem achter de voordeur zitten. Maar er is net een pilot op dit punt gestart in Buitenveldert. Het gaat dus wel wat beter met de zorg in Buitenveldert maar het kan nog veel beter!”

Samengevat: optimaliseren afstemming tussen zorg- en welzijnsorganisaties

Door de decentralisatie van de zorgtaken van het Rijk naar de Gemeente werd het pas echt duidelijk dat een burger met een hulpvraag de weg naar de juiste zorgverlener(s) niet altijd kan vinden. Zorgzoekers verdwalen makkelijk in het eilandenrijk van aanbieders. Onderlinge afstemming tussen zorg- en welzijnsorganisaties werd secundair aan het ophouden van de eigen broek. Door het realiseren van het Netwerk Wijkzorg in Buitenveldert is er al veel verbeterd in de samenwerking. Echter, de privacywetgeving bemoeilijkt de communicatie tussen organisaties en instellingen over een cliënt met een hulpvraag. Er moet daarom worden gezocht naar oplossingen voor het optimaliseren van afstemming binnen de kaders van de privacywet.



Uitspraken uit een groepsgesprek met professionals uit de wijk

"De maatschappelijk werkers, die eerst op hun eigen eiland zaten, werken nu samen, ze zijn niet meer bang dat de ander werk afpakt."

"De telefoniste bij de receptie van het Huis van de Wijk wist niet goed waar de klant aan de balie naar toe kon worden verwezen maar nu gaat dat veel beter."

"Bij ons netwerk hoort men elkaar graag praten; daar moet nog meer actie uit komen"

"Je zou kunnen zeggen: voor een Ouderenvriendelijke Wijk is er maar één aanbeveling: 'zorg voor community.'"

"Ouderen met een ondersteuningsbehoefte zijn niet geholpen met alleen maar burens om zich heen."

"Als je goed wil samenwerken moet je met elkaar kunnen communiceren, ook digitaal, en dat moet veilig en laagdrempelig kunnen en op zo'n manier dat ook de klant toegang heeft."

"Als we met ons werk klaar zijn, na drie maanden, vraag je je af hoe het verder gaat met die cliënt, daar moeten we iets op vinden."

"Bij ons is het uitgangspunt dat iedereen ruimhartig, vanuit het klantenbelang, kijkt naar wat de beste zorgmix is voor de klant."

"Wat professionals, betaald en niet betaald, moeten snappen is dat je moet investeren in je netwerk."

"We moeten in Amsterdam wel opletten dat we niet iedere keer weer iets nieuws opzetten of organiseren."

"Het zou mooi zijn als er buurtbudgetten zijn waar een aantal mensen in de buurt over kan beslissen waarvoor die budgetten ingezet worden."

Overkoepelende aanbeveling vanuit co-onderzoekers

Bevorder afstemming tussen zorgverleners onderling en zorgverleners en ouderen door...

- een samenwerkingsverband te creëren van de talrijke organisaties, die zich met zorg en welzijn bezighouden, waarbij de klant centraal staat, goed geïnformeerd wordt over de mogelijkheden, en zich maar tot één loket/persoon hoeft te wenden in voorkomende gevallen, bijvoorbeeld als hulp nodig is. Een voorbeeld: het wekelijkse spreekuur in het Marius ten Catehof;
- de kring van samenwerkende organisaties in de wijk uit te breiden met bijvoorbeeld ook de woningcorporaties.

Aanbevelingen uit buurtbijeenkomst

Bevorder afstemming tussen zorgverleners onderling en zorgverleners en ouderen door...

- ervoor te zorgen dat relevante informatie bij de ouderen terecht komt en een houdbare plek in huis krijgt: denk aan een kleine informatiekaart met magneet op de koelkast;
- een gastvrouw of een gastheer te hebben bij diverse organisaties, inclusief de Algemene Hulp Dienst, die de sociale kaart van de wijk naar behoeftes van individuele ouderen kan vertalen;
- initiatieven zoals het project van OBA 'Ouderen in de Wijk' gebruiken om minder actieve mensen te bereiken en te informeren over zorg- en welzijnsaanbod.

8. Randvoorwaarden

Samengevat: weten en kunnen zijn essentieel, maar ook veiligheid en schone buurt

Voor een ouderenvriendelijk Buitenveldert is een aantal randvoorwaarden cruciaal. Het gaat om voorwaarden op zowel buurt- als individueel niveau. Uit de interviews kwamen de volgende randvoorwaarden naar voren: goede informatievoorziening, veiligheid, schone buurt, gevarieerd winkelaanbod en ICT-vaardigheden.

Goede informatievoorziening

Uit voorgaande bleek al het belang van informatievoorziening die aansluit bij de behoeften van bewoners. Geïnformeerd zijn helpt bij het vinden van de juiste weg bij een zorg- of welzijnsvraag, en bij het vinden van een activiteit. Ondanks dat er veel wordt gedaan aan informatievoorziening (bijvoorbeeld via de Wijkkrant) komt informatie niet altijd bij mensen aan.

Veiligheid

Veiligheid is een voorwaarde voor mobiliteit. Daarnaast is het ook belangrijk om jezelf comfortabel te voelen op straat. En om nieuwe relaties in de buurt aan te willen gaan en anderen te ontmoeten.

Schone buurt

Een schone buurt kan bijdragen aan mobiliteit – volle containers kunnen de doorloop beperken –, maar draagt ook bij aan het gevoel dat er vanuit Gemeente en buurtbewoners zorg is voor de leefbaarheid van de woonomgeving.

Gevarieerd winkelaanbod

Gevarieerde winkels in de buurt werd door veel bewoners als voorwaarde genoemd voor ouderenvriendelijkheid. Variatie in producten en prijscategorieën zorgen ervoor dat ouderen vinden wat ze nodig hebben om hun levensstijl te handhaven.

ICT-vaardigheden

ICT-vaardigheden zijn essentieel bij het mee blijven doen in een steeds digitaler wordende samenleving. Voor veel diensten heb je tegenwoordig een emailadres nodig. Ouderen die dit niet hebben vallen snel tussen wal en schip. Ouderen die wel ICT-vaardig zijn gebruiken dit om aansluiting te blijven houden met de samenleving: 'buiten' komt makkelijker binnen.

Uitspraken uit interviews

Illustratieve voorbeelden van uitspraken van bewoners:

“Maar mensen weten niet allemaal dat dat hier allemaal zit. Hè?!”

“’s Avonds is het gewoon donker. Dus ja, meer verlichting is nodig.”

“Het ophalen van het vuilnis en het oud papier moet beter. Die containers zitten altijd vol”

“Ik kan geen spijker kopen.”

“Met een tablet hou ik greep op mijn leven.”

Conclusie

Inhoudelijk

Uiteenlopende thema's

Met een participatief actieonderzoek onderzochten co-onderzoekers in Buitenveldert hoe ouderen het wonen en leven in Buitenveldert ervaren, en wat zij vinden van de ouderenvriendelijkheid van hun wijk. Co-onderzoekers interviewden 40 ouderen. Zowel kwetsbare als niet kwetsbare ouderen, en spraken ouderen van verschillende sociaal-culturele achtergronden.

Op basis van interviews werden zeven thema's geïdentificeerd:

- *Grandioze buurt;*
- *Schone schijn;*
- *Samen, maar toch alleen;*
- *Afhankelijkheid, daar denk ik liever niet aan;*
- *Liever levendig;*
- *Randvoorwaarden voor ouderenvriendelijkheid.*

Daarnaast werd onderzoek verricht naar de onderlinge samenwerking tussen zorg- en welzijnsorganisaties in de wijk, middels gesprekken met sleutelfiguren binnen wijkgerichte instellingen en organisaties. Het resultaat hiervan was een achtste thema: *Van eilandenrijk tot lappendeken.*
Van thema naar advies

De bevindingen van het onderzoek werden op 16 juni 2017 tijdens een Buurtbijeenkomst in de Openbare Bibliotheek Amsterdam in Buitenveldert voorgelegd aan buurtbewoners en professionals> Zij dachten in kleine werkgroepen na over concrete, bij de thema's aansluitende adviezen. De uit deze sessies voortkomende adviezen zijn, samen met de adviezen voortkomend uit de interviews en de gesprekken met sleutelfiguren, opgenomen in dit rapport.

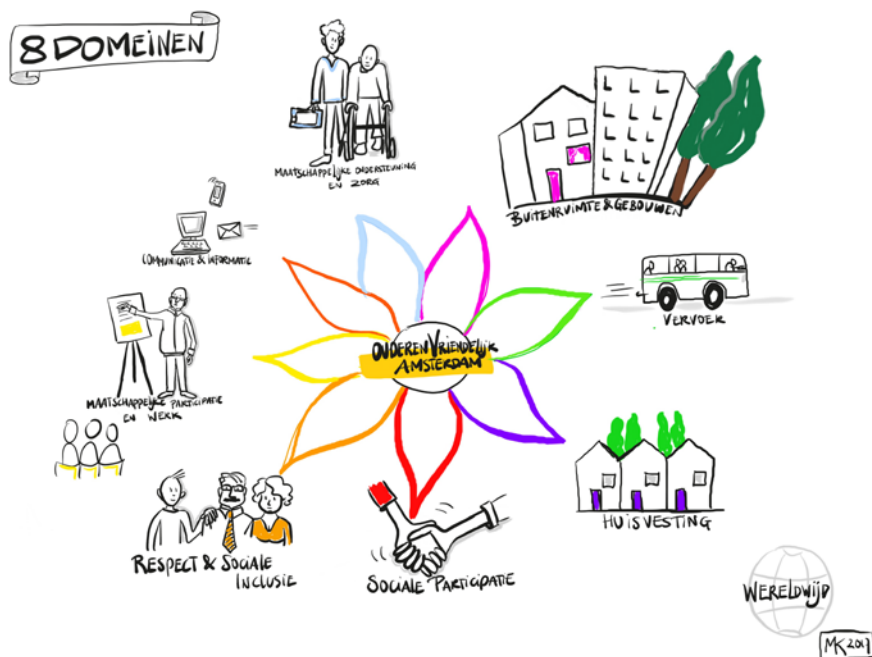
Ouderenvriendelijk Buitenveldert op maat

Ouderen vinden Buitenveldert over het algemeen een grandioze buurt. Om dit zo te houden moet er geïnvesteerd (blijven) worden in de publieke ruimten. Straten en vervoer moeten worden ingericht op het waarborgen van de mobiliteit van ouderen. Bij huisvesting moet rekening gehouden worden met de specifieke fysieke behoeften van ouderen. Zorg- en welzijnsvoorzieningen moeten zowel letterlijk als figuurlijk laagdrempelig zijn. Het activiteiten aanbod moet verschillende bewonersgroepen weten te bereiken. Voorwaarden hiervoor zijn passende informatievoorziening, veilige en schone straten, een gevarieerd winkelaanbod en aandacht voor ICT-vaardigheden bij ouderen. Ouderenvriendelijk Buitenveldert op maat, dat is waar het nu om gaat!

Sociale cohesie

Ondanks een verscheidenheid aan ervaringen, laten onze resultaten laten zien dat er barrières zijn ontstaan voor sociale cohesie als gevolg van 1) demografische verschuivingen, 2)

de ruimtelijke opzet van de wijk, 3) eigenschappen van de huidige generatie ouderen en 4) de cultuur in/van Buitenveldert. Het lijkt erop dat deze barrières een rol spelen bij de kwaliteit van het bureaucontact, en bij de mate waarop ouderen hun burens en naasten om hulp willen of durven vragen. Daarnaast staan deze barrières nieuwe ontmoetingen in de wijk in de weg, waardoor generaties en culturele groepen langs elkaar leven.



Domeinen *Age Friendly City*

Dit onderzoek geeft aan dat in Buitenveldert op zeven van de acht domeinen van *Age Friendly City* aandachtspunten zijn.

- *Buitenruimte en bebouwing*: toegankelijkheid van gebouwen en looproutes.
- *Vervoer*: aanwezig openbaar vervoer en goed begaanbaar trottoir.
- *Huisvesting*: liften op flats waar ze nog niet zitten en scootmobiel parkeerplaatsen nabij de woning.
- *Sociale participatie*: passende activiteiten en evenementen voor ouderen in Buitenveldert die sociaal contact bevorderen.
- *Respect en sociale inclusie*: aandacht voor culturele achtergrond van migranten ouderen en beeldvorming over ouderen.
- *Communicatie en informatie*: geschikt informatievoorziening voor ouderen.
- *Maatschappelijke ondersteuning en zorg*: ouderen krijgen gestroomlijnde ondersteuning bij het wonen in de eigen omgeving. Om dit te realiseren is adequate afstemming tussen zorg- en welzijnsorganisaties onderling essentieel.

Procesmatig

Op basis van de ervaringen opgedaan tijdens dit onderzoek kunnen we, naast inhoudelijke conclusies, nog enkele procesgeoriënteerde conclusies formuleren.

Ten eerste, door ouderen uit de wijk zélf andere ouderen te laten interviewen worden buurtbewoners bereikt die anders wellicht niet gehoord zouden worden. Hierdoor kunnen ook minder zichtbare of actieve ouderen hun behoeften en ideeën kenbaar maken, en meepraten over wat zij verstaan onder een ouderenvriendelijkheid van hun buurt.

Ten tweede benadrukken we graag de meerwaarde van de buurtbijeenkomst op 16 juni 2017, waarbij de onderzoeksuitkomsten werden voorgelegd aan oudere wijkbewoners en professionals in de buurt. Het doel hiervan was validatie van de onderzoeksresultaten (herkennen aanwezig in de bevindingen?), het meenemen van verschillende perspectieven bij het formuleren van adviezen en het vinden van draagvlak. Op basis van deze ervaring kunnen we concluderen dat dergelijke bijeenkomsten belangrijk zijn voor het betrekken van sleutelfiguren bij het thema ouderenvriendelijkheid, voor het faciliteren van ontmoetingen tussen professionals en buurtbewoners, en voor het creëren van draagvlak voor initiatieven.

Ten derde is een groep co-onderzoekers ontstaan die op elkaar ingespeeld is en door de diverse gesprekken in de wijk en de

tweewekelijkse bijeenkomsten een team vormt dat graag meedenkt in de komende jaren van Ouderenvriendelijk Buitenveldert.

Tot slot is het waardevol geweest om dit onderzoek wijkgericht op te zetten: de dynamiek en uitkomsten van Buitenveldert zijn dermate anders dan die in de Indische Buurt.

Een punt van aandacht is het bereiken van ouderen voor groepsbijeenkomsten. Ouderen actief uitnodigen per telefoon door de bekende persoon die ze al kennen door een interview, subtiel informeren hoe een genodigde gefaciliteerd kan worden om te komen, is cruciaal voor dit soort evenementen.

Samenkomst team Buitenveldert en team Indische Buurt



Literatuur

Amsterdam, (2017) *Age Friendly City*. Gevonden op 13/07/2017 op <https://www.amsterdam.nl/zorg-ondersteuning/age-friendly-city/>

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101.

International Collaboration for Participatory Health Research (ICPHR). (2013). Position Paper 1: What is Participatory Health Research? Version: Mai 2013. Berlin: International Collaboration for Participatory Health Research.
http://www.icphr.org/uploads/2/0/3/9/20399575/ichpr_position_paper_1_defintion_-_version_may_2013.pdf

Lieshout, F. V., & Cardiff, S. (2011). Innovative Ways of Analysing Data With Practitioners as Co-Researchers. *Creative Spaces for Qualitative Researching*, 223-234.

Bijlage 1 Overzicht adviezen voor een Ouderenvriendelijk Buitenveldert

1. Behoud een toegankelijke wijk, toegankelijke woningen en goede voorzieningen voor ouderen door...

- het snoeien van dicht bij de huizen staande bomen, die het daglicht in huis ernstig belemmeren;
- voldoende gezondheidsvoorzieningen in de buurt;
- een gevarieerd aanbod van diensten en activiteiten in de buurt, zoals het Huis van de Wijk;
- woningen aan te passen waardoor mensen makkelijker hun huis uit kunnen of hun rollator uit de box kunnen halen;
- toegankelijke liften in de hoogbouw;
- openbaar vervoer in de buurt, en supermarkten op loopafstand;
- de hoogte van de stoep aan te passen en losliggende tegels te herstellen;
- behoefte aan trapliften te inventariseren en installatie daarvan te faciliteren;
- 'parkeerruimte' voor scootmobielen bij of in gebouwen te reserveren of te creëren;
- verwaarloosde kinderplaatsen om te bouwen tot plekken waar diverse generaties bewoners kunnen samenkomen, in overleg met omwonenden;

- huisbezoeken bij kwetsbare ouderen te blijven organiseren, door zowel professionals als vrijwilligers;
- de diversiteit van het winkelaanbod op het Gelderlandplein kritisch onder de loep te nemen;
- straten schoon te houden.

2. Besteed aandacht aan 'schone schijn' bij ouderen door...

- in samenwerking met huisartspraktijken de rol van de Praktijkondersteuner Huisarts (PoH) te vergroten in het identificeren en contact leggen met kwetsbare of eenzame ouderen. Denk aan een hechtere samenwerking van de PoH met bijvoorbeeld de Algemene Hulpdienst;
- de rol van de bewonerscommissies en Vereniging van Eigenaars (VvE's) te versterken door uitwisselingsbijeenkomsten te organiseren, om beter de vinger op de pols te kunnen houden bij de minder actieve ouderen;
- in samenwerking met bewoners en woningcorporaties ontmoetingsplekken op woonlocaties, of kleinschalige buurtkamers, te creëren. Het gaat over de ruimtes die al aanwezig zijn maar die niet optimaal worden gebruikt of waaraan een commerciële bestemming is gegeven (= lees waar het gebruik niet direct ten goede komt aan de bewoners).

3. Stimuleer en faciliteer cohesie tussen buren en groepen in de wijk door...

- het (blijven) organiseren van activiteiten in groepsverband, en buurtbewoners te stimuleren ook zelf dingen te organiseren;
- bankjes met leuning te plaatsen op veel door ouderen gelopen routes;
- ontmoetingsruimtes/netwerkorganisaties bij elkaar te brengen, en de mogelijkheden van bestaande ruimtes in kaart te brengen. Gedacht kan worden aan onderlinge samenwerking en benutten van capaciteit van de ruimten;
- contact met de woningcorporaties te onderhouden om betere zorg te besteden aan de huurders;
- toevallige ontmoetingsplekken te creëren, zoals in winkelcentra of bij buurtwinkels;
- financiële drempels weg te nemen. Mensen houden de 'schone schijn' op maar kunnen niet allemaal financieel breed leven. E5,- voor een lezing in de OBA kan al (te) veel zijn;
- het faciliteren van gesprekken onderling bij eetmomenten in de wijk waar ouderen samenkomen, maar nu alleen 'eten' en geen contact hebben;
- het creëren van faciliteiten om samen te komen dichterbij mensen, meer over de wijk verspreid;
- het benutten overige mogelijkheden tot (intergenerationele) samenkomst (scholen, etc.) te benutten;
- op straatniveau samen te komen. Bijvoorbeeld: 'Samen voor een Schone Straat-schoonmaakactie';

- actief met een aanbod te komen bij ouderen die een drempel ervaren bij hulpvragen (een duwtje in de rug). Niet "als u wat nodig heeft..." maar "wij hebben teveel gekookt, komt u eten?";
- samen na te denken over de manier waarop ontmoetingen tussen ouderen en jongeren kunnen worden georganiseerd, en hoe jongeren (scholieren, studenten, etc.) zich (duurzaam) kunnen inzetten voor ouderen, bijvoorbeeld voor ICT-ondersteuning;
- in iedere straat een of meerdere ambassadeurs(s) identificeren. Zij kunnen een aanspreekpunt zijn voor de bewoners en hun problematiek terugkoppelen aan de organisaties die actief zijn in de wijk;
- kleinschalige buurtruimtes te creëren.

4. Help ouderen in de buurt om te gaan met en zich voor te bereiden op toenemende afhankelijkheid door...

- dienst als thuisbezorgen medicatie te behouden;
- huisbezoeken van en door ouderen (vrijwilligers) te continueren, of waar het niet bestaat opstarten. Tijdens de huisbezoeken kan informatie worden gegeven over beschikbare diensten in de wijk;
- goed bereikbare en (toegankelijke) Algemene Hulpdienst Buitenveldert, in samenwerking met private diensten te continueren;
- informatie toegankelijker te maken. Goede voorbeelden hiervan zijn: Open Informatiedagen met foldermateriaal en

een kopje koffie op belangrijke punten in Buitenveldert, of het verspreiden van informatie in de wijk door Sociaal Loket van Gemeente. Ouderen die niet makkelijk kunnen reizen moeten vervoer aangeboden krijgen;

- een dialoog met diverse partijen in de wijk te voeren: ‘Tussen autonomie en afhankelijkheid: op zoek naar het gouden midden’;
- kleinschalige actieve buurtgroepen (of stadsdorpen) te organiseren: kleinschaligheid vergroot betrokkenheid en inbreng van iedereen;
- campagne te voeren om mensen bewust te maken van het taalgebruik in relatie tot ouderen: bedacht zijn bij het gebruik van paternalistische of kleinerende woorden.

5. Investeer in levendigheid van Buitenveldert met behoud van rust door...

- een bioscoop/filmhuis, bruin café, (biologische of reguliere) markt in de wijk te realiseren;
- het aankleden van kinderspeelplaatsen tussen hofjes/in wijk met bankjes met leuning (en evt. tafeltje) om kinderspeelplaatsen weer aantrekkelijk te maken voor ouderen;
- aanbod van diensten en activiteiten in de buurt en buurtinitiatieven ook bekend te maken via AT5;
- regelmatig de reguliere markt in de eigen buurt te hebben: nu wordt men gedwongen hiervoor naar andere buurten uit te wijken;

- laagdrempelige, ‘toevallige’ ontmoetingsplekken te organiseren (o.a. in het park waar mensen nu vaak alleen lopen), waar men met elkaar contact kan leggen. Hierbij samenwerken met de creatieve sector of met onderzoekers van de Vrije Universiteit (VU) of Hogeschool van Amsterdam (HvA). Huidig voorbeeld hiervan is ‘buurtbankje’ van de Algemene Hulpdienst Buitenveldert.

6. Behoud, faciliteer en verbeter mobiliteit van ouderen in de buurt door...

- oneffenheden in de straat, zoals losse tegels, diepliggende putten, eerder op te sporen en aan te pakken;
- voldoende verlichting/camerabewaking te plaatsen en politie in de buurt te laten patrouilleren;
- bij stoplichten en wegovergangen ook rekening te laten houden met ouderen;
- voor iedereen openbaar vervoer in Buitenveldert op loopafstand te organiseren, en de bekendheid van bestaand Aanvullend Openbaar Vervoer te verbeteren;
- de drempel voor het indienen van een klacht (over het openbaar vervoer of de begaanbaarheid en toegankelijkheid van de publieke ruimte) te verlagen;
- meer bekendheid te geven aan regelgeving en mogelijkheden rond parkeren voor bezoekers, en het makkelijker te maken voor derden om ouderen te helpen bij het regelen van parkeervergunningen;

- veiligheid als uitgangspunt te nemen (zie bijvoorbeeld het streven van de GGD om veilige routes voor de rolstoelgebruikende en rollator-afhankelijke mensen uit te stippelen) voor het vergroten van mobiliteit van ouderen in de buurt, en door het realiseren van het initiatief om de wandelroutes naast veilige overgangen zonder weg- en stoepobstakels eveneens met de ouderenvriendelijke zit- en rustplekken te voorzien;
- toegankelijkheid van het openbaar vervoer periodiek te evalueren, kritisch te blijven bekijken en open te staan voor nieuwe, innovatieve ideeën en initiatieven. Een goed voorbeeld is een Publiek-Private-Particuliere samenwerking en innovatieve mobiliteitsinitiatieven naast het reguliere publieke vervoersaanbod – bijvoorbeeld elektrische wagentjes met vrijwilligers, elders toegepast. De benadering van de toegankelijkheid in het algemeen en het kunnen bereiken van een gewenste bestemming in het bijzonder dient even dynamisch te zijn als de mobiliteit zelf;
- voorlichtingswerk te doen. Denk aan lezingen of dialoogbijeenkomsten in OBA om op de link tussen mobiliteit en sociale contacten van ouderen in te zoomen.

7. Bevorder afstemming tussen zorgverleners onderling en zorgverleners en ouderen door...

- een samenwerkingsverband te creëren van de talrijke organisaties, die zich met zorg en welzijn bezighouden, waarbij de klant centraal staat, goed geïnformeerd wordt over de mogelijkheden, en zich maar tot één loket/persoon

hoeft te wenden in voorkomende gevallen, bijvoorbeeld als hulp nodig is. Een voorbeeld: het wekelijkse spreekuur in het Marius ten Catehof;

- de kring van samenwerkende organisaties in de wijk uit te breiden met bijvoorbeeld ook de woningcorporaties.
- ervoor te zorgen dat relevante informatie bij de ouderen terecht komt en een houdbare plek in huis krijgt: denk aan een kleine informatiekaart met magneet op de koelkast;
- een gastvrouw of een gastheer te hebben bij diverse organisaties, inclusief de Algemene Hulp Dienst, die de sociale kaart van de wijk naar behoeftes van individuele ouderen kan vertalen;
- initiatieven zoals het project van OBA 'Ouderen in de Wijk' gebruiken om minder actieve mensen te bereiken en te informeren over zorg- en welzijnsaanbod.