

Ontmoeting en een ommetje

Actieonderzoek naar dagbesteding onder vergeetachtige thuiswonende (migranten)ouderen in twee buurten in Amsterdam Nieuw-West door middel van een enquête, dialoogsessies, proefpilots en een implementatievoorstel

In opdracht van
ZonMw, gemeente Amsterdam/
stadsdeel Nieuw-West en lokale partners



Inhoud

Inleiding	3
Hoofdstuk 1. Bevindingen enquête	6
§ 1. Respondenten	6
§ 2. Doelgroep	6
§ 3. Knelpunten	7
§ 4. Behoeftte aan vrijetijdsaanbod	7
§ 5. Randvoorwaarden	7
Hoofdstuk 2. Bevindingen dialoogsessies	9
§ 1. Methodiek	9
§ 2. Korte typering dialoogsessies	10
§ 3. Opbrengsten per thema	11
§ 4. Conclusies	27
§ 5. Overige opmerkingen en wensen	28
Hoofdstuk 3. Pilotactiviteiten	32
§ 1. Bezoek aan tuinhuis Het Groene Hart	32
§ 2. Bezoek aan Cascoland	33
§ 3. Interculturele burendag	34
§ 4. Vervolgacties	36
Hoofdstuk 4. Implementatieplan	37
§ 1. Voorstel voor implementatieplan	37
§ 2. Voorstel voor buurtgerichte ouderennetwerken	38
Bijlage 1. Tabellen	41
Bijlage 2. Enquêteformulier	47
Bijlage 3. Geraadpleegde literatuur, websites en documentatie	48
Bijlage 4. Beleidsontwikkelingen in Amsterdam en landelijk	50
Bijlage 5. Lijst (potentiële) ontmoetingsplekken in Osdorp	55

Inleiding

Dit rapport beschrijft de resultaten van een door ZonMw bekostigd onderzoeksproject naar behoeften en randvoorwaarden voor passende dagbesteding van vergeetachtige ouderen met een migratieachtergrond in twee buurten in Amsterdam Nieuw-West. Het project is uitgevoerd in de periode half maart tot en met september 2022 met een kleine uitloop naar de daarop volgende maanden.

Aanleiding

Landelijk en zeker ook in grote steden als Amsterdam zijn er signalen dat de inzet van voorzieningen die dagbesteding aanbieden aan vergeetachtige thuiswonende ouderen niet goed zijn afgestemd op de snel groeiende categorie van senioren met een migratieachtergrond. Zo wonen in stadsdeel Nieuw-West ongeveer 160.000 inwoners, waarvan bij de leeftijdscategorie van 18 jaar en ouder 50% een niet-westerse achtergrond heeft. De vergrijzing onder hen neemt flink toe. Het aantal personen met dementie in de leeftijdsgroep 55+ wordt voor dit stadsdeel geschat op 11.200, waarvan 5.600 met niet-westerse achtergrond en 5.600 met een westerse achtergrond. Zonder adequate bijstelling van beleid en aanbod dreigt deze situatie spaak te lopen.

Opdracht en werkwijze

De opdracht was om in twee buurten in Amsterdam Nieuw-West (Wildemanbuurt en omgeving en Lodewijk van Deysselbuurt) bij te dragen aan de totstandkoming van aansluitend en duurzaam aanbod van dagbesteding voor vergeetachtige ouderen van 55+ met een niet-westerse en westerse achtergrond in een samenwerking tussen sleutelfiguren die te maken hebben met deze doelgroep en vertegenwoordigers van zowel voorzieningen voor geïndiceerde dagbesteding als van initiatieven voor niet-geïndiceerde dagbesteding.

Kerntaken waren vooral 1) inventariseren van de behoefte aan dagbesteding bij de cultureel heterogene doelgroep met inzet van sleutelfiguren (begeleide community selfsurvey), 2) uitvoeren van dialoogsessies over vormgeving van de dagbesteding met vertegenwoordigers van de doelgroep en de voorzieningen, en 3) opstellen van een implementatieplan.

Oogmerk van dit alles is beter geïnformeerd zijn over de behoeften aan dagbesteding bij de doelgroep en in gezamenlijk overleg met de doelgroep het aanbod aan dagbesteding daarop afstemmen. Dit zal hopelijk leiden tot een groter bereik van de doelgroep, het beter benutten van de beschikbare professionele capaciteit en verruiming van informeel aanbod van dagbestedingsactiviteiten van bewonersinitiatieven en andere partners. Belangrijk neveneffect van deze gezamenlijk inspanning van doelgroep en voorzieningen zou kunnen zijn dat het bijdraagt aan de organisatie van bewonersparticipatie op buurtniveau en daarmee aan de sociale cohesie tussen jongere en oudere buurtbewoners en aan de samenwerking tussen bewoners en instanties. Dit neveneffect werkt dan ook weer versterkend door op de bereidwilligheid van buurtbewoners en bewonersinitiatieven om op informele wijze bij te dragen aan dagbesteding van de doelgroep. Daarnaast is

het gehele project erop gericht met inzet van vertrouwde sleutelfiguren met een grote achterban zoveel mogelijk betrokkenheid en deelname te realiseren bij de in cultureel opzicht diverse delen van de doelgroep.

Begeleiding

Dit ZonMw project is een gezamenlijke onderneming van gemeente Amsterdam/stadsdeel Nieuw-West en organisaties die professioneel of vrijwillig betrokken zijn bij dagbesteding voor de doelgroep. Deze partners zijn voor dit doel verenigd in een projectgroep.

Vanuit Movisie vindt collectieve ondersteuning plaats bij de start en na de afronding van dit project samen met andere projecten die gefinancierd zijn in het kader de subsidieregeling 'Versterking aanbod dagactiviteiten voor thuiswonende mensen met dementie'.

Inhoud

De opbouw van het rapport ziet er als volgt uit. Allereerst wordt een beeld geschetst van de ruim 500 respondenten die hebben meegedaan aan het onderzoek, gevolgd door bevindingen over de situatie van de doelgroep van vergeetachtige ouderen in de twee pilotbuurten, de knelpunten die zij ervaren, hun behoefte aan vrijetijdsactiviteiten en randvoorwaarden die daarvoor nodig zijn (Hoofdstuk 1).

In tweede instantie is ingegaan op de bevindingen van een twaalfstal dialoogsessies met groepen van bewoners uit de doelgroep en hun begeleiders (Hoofdstuk 2).

Daarna zijn enkele pilotactiviteiten voor passende dagbesteding beschreven die in de dialoogsessies zijn voorgesteld en daarna ook zijn uitgevoerd (Hoofdstuk 3).

Ten slotte is aandacht besteed aan een implementatievoorstel voor het gehele stadsdeel Nieuw-West (Hoofdstuk 4).

Bedankt

Uiteraard bedanken we vooral de vele bewoners en andere betrokkenen die niet zelden in uitgebreide gesprekken op straat of binnenskamers ons deelgenoot hebben gemaakt van hun ervaringen met en zorgen over 'vergeetachtige' en ernstig demente familie en buurtgenoten. Onze indruk is dat veel mensen meer of minder recent met dit vraagstuk in hun sociale omgeving te maken hebben. Dit onderwerp lijkt de schaamte voorbij.

Ook zijn wij onze actieve sleutelfiguren en enquêteurs erkentelijk voor hun inzet bij de straat enquête en de groepsgesprekken tijdens dialoogsessies bij voorzieningen, buurthuizen, moskeeën en wooncomplexen.

Verder bedanken we de leden van de projectgroep die enkele malen bij elkaar zijn gekomen om ons met raad en daad van dienst te zijn en een enkeling daar buitenom. Van hun betrokken deskundigheid hebben we geprobeerd zoveel mogelijk gebruik te maken. We noemen Nel Klaasse Bos (Alzheimervereniging Amsterdam), Yvonne Cornelisse (Stadsdeel Nieuw-West), Bert Ensing (Cordaan), Soukaina el Jaouhari (Tao of Care), Iris Luijendijk (Stichting Mantelzorg en Dementie), Sabina Mak (Elaa), Yvonne Prins (Amstelring), Wasilius Psathas (Combiwel), Brian Veldhuizen (Stadsdeel Nieuw-West), Marijke Wigboldus (Gemeente Amsterdam) en Janneke Van Zanden (Stadsdeel Nieuw-West).

We hopen met deze rapportage een bijdrage te kunnen leveren aan verbetering van de aandacht en zorg voor ouderen in het algemeen en vergeetachtige senioren in het bijzonder.

Amsterdam, november 2022

Noorda en Co

Jaap Noorda
Youssef Yaghdi
Aniek Draaisma
Dana Verhoeven
en vele anderen

Hoofdstuk 1. Bevindingen enquête

Inleiding

In dit hoofdstuk wordt na een karakteristiek van de respondenten (§ 1), een beeld geschetst van de achtergronden van de doelgroep (§ 2), de knelpunten die zij ervaren (§ 3), hun behoefte aan vrijetijdsaanbod voor dagbesteding (§ 4), en de voorwaarden die zij daarvoor wenselijk achten (§ 5).

§ 1. Respondenten

Er is in de Wildemanbuurt en omgeving en in de Lodewijk van Deysselbuurt in de periode juni-juli 2022 bij 526 personen een enquête afgenomen. In totaal vonden 380 van deze interviews plaats in de Wildemanbuurt en omgeving en 146 in de Lodewijk van Deysselbuurt.

Deze 526 respondenten zijn grotendeels tussen 55 en 74 jaar oud (37%). Ca. 21% is 24 jaar of jonger; 24% is tussen 25 en 54 jaar en 18% is ouder dan 75 jaar (zie Tabel 1 in bijlage 4). Van de respondenten is 41% man en 59% vrouw (zie Tabel 2).

§ 2. Doelgroep

Tijdens de het afnemen van de interviews is buurtbewoners gevraagd ons te vertellen over de situatie van hen bekende thuiswonende vergeetachtige ouderen in de buurt aan de hand van een gestructureerde enquête. In deze paragraaf schetsen we de doelgroep, waarna we dieper in gaan op de knelpunten die zij ervaren in het dagelijks leven, de behoeften die zij hebben wat betreft vrijetijdsaanbod en aan welke randvoorwaarden er moet worden voldaan. Dit alles dus zoals ingeschat door de 526 respondenten.

Van de besproken ouderen met dementie heeft 41% een Nederlandse achtergrond, en 59% heeft een migratieachtergrond. Onder de laatste categorie zijn mensen met een Marokkaanse migratieachtergrond het sterkst aanwezig, namelijk 30% van het totaal. De anderen hebben een Surinaamse/ Antilliaanse migratieachtergrond (11%), een Turkse migratieachtergrond (9%) of anders (10%) (zie Tabel 3).

Qua leeftijd van de doelgroep gaat het vooral om mensen van 55-74 jaar (41%) en mensen van 75 jaar of ouder (58%). Daarmee is 1% van de besproken personen met vergeetachtigheid jonger dan 54 jaar (zie Tabel 4).

Het merendeel van de doelgroep woont alleen, namelijk 55%. Ongeveer 33% woont samen met een partner, en 5% woont met kinderen in huis. Bij 7% is er sprake van een andere woonsituatie, bijvoorbeeld begeleid wonen of met andere naasten (zie Tabel 5).

Voor zover bekend gaat het wat betreft woonduur meestal om bewoners die al 10 jaar of langer in deze buurt wonen (zie Tabel 6).

§ 3. Knelpunten

Met 55% van de bewoners uit de doelgroep gaat het volgens de respondenten niet zo goed. De moeilijkheden waar zij mee te maken hebben vallen met name in de rubriek huishoudelijke activiteiten, zoals koken, goed slapen, wassen en aankleden, boodschappen doen en ander huishoudelijk werk (zie Tabel 7 en 8; let op: er zijn meerdere antwoordmogelijkheden aan te kruisen binnen één categorie, vandaar de soms hogere aantallen dan respondenten).

Daarna vinden de meeste moeilijkheden plaats op het gebied van mentale gesteldheid. Het gaat volgens de respondenten niet goed met gevoelens van eenzaamheid en schaamte, het omgaan met nare reacties uit de omgeving en een algemeen gevoel van onrustig leven bij een groot gedeelte van de doelgroep. Medische zelfzorg, zoals het verantwoord nemen van medicijnen en de algehele gezondheid, komt op de derde plek in het problemenrijtje. Daarnaast worden er ook veel knelpunten ervaren op het gebied van naar buiten gaan en bewegen, en ten slotte worden financiële en woontechnische zaken ook als knelpunt genoemd.

Ruim een derde van de doelgroep ervaart volgens de respondenten de hen geboden hulp als voldoende. Voor 30% wordt de hulp als onvoldoende ingeschat en in 31% van de gevallen kunnen respondenten hier geen uitspraak over doen (zie Tabel 9).

De respondenten zijn van mening dat voor 48% van de doelgroep het vrijetijdsaanbod onvoldoende is, in 30% van de gevallen weet de respondent het niet, en in 22% van de gevallen vinden de respondenten het aanbod voldoende (zie Tabel 10).

§ 4. Behoeftte aan vrijetijdsactiviteiten

De overgrote meerderheid van de doelgroep heeft vooral behoefte aan sociale ontmoetingsactiviteiten, vaak gecombineerd met allerlei vormen van bewegingsactiviteiten, variërend van korte wandelingen tot sportactiviteiten, met bij dit laatste een wens voor deskundige begeleiding.

Zie Tabel 11 voor een compleet overzicht van de genoemde vrijetijdsactiviteiten waar behoefte aan is, met de frequentie waarin deze genoemd zijn in de eerste kolom.

§ 5. Randvoorwaarden

Een ruime meerderheid van de doelgroep wenst vrijetijdsaanbod in de buurt (88%). Voor een restgroep mogen deze activiteiten ook zo nu en dan buiten de buurt

plaatsvinden. Een kleine helft wil graag elke dag een vrijetijdsaanbod, voor een ruime helft mag dat in een wekelijks of tweewekelijks ritme plaatsvinden (zie Tabel 12).

Twee derde van de doelgroep spreekt de voorkeur uit voor begeleiding van het vrijetijdsaanbod door medewerkers die dezelfde culturele achtergrond hebben en taal spreken. Voor een derde is dit niet nodig. Het zijn met name mensen met een Marokkaanse migratieachtergrond voor wie een aanbod in eigen taal en cultuur van belang is (90% van deze groep). In mindere mate geldt dat voor mensen met een Turkse (40%), Surinaamse/ Antilliaanse (30%), en Nederlandse (66%) achtergrond (zie Tabel 13).

Hoofdstuk 2. Bevindingen dialoogsessies

Inleiding

In dit hoofdstuk worden de bevindingen van een twaalfstal dialoogsessies geordend naar meerdere thema's nader toegelicht (§ 3). Daarvoor wordt eerst een toelichting gegeven op de methodiek van dialoogsessies (§ 1) en vervolgens de uitgevoerde dialoogsessies in het kort getypeerd (§ 2). Het hoofdstuk wordt afgesloten met conclusies (§ 4) en overige opmerkingen en kanttekeningen (§ 5).

§ 1. Methodiek

Er zijn een twaalfstal buurtgerichte dialoogsessies uitgevoerd tussen de doelgroep van bewoners/sleutelfiguren en vertegenwoordigers van professionele voorzieningen en informele aanbieders over de vormgeving van dagbesteding op basis van de uitkomsten van de behoefteninventarisatie.

Via de lokale sleutelfiguren werden bewoners uit de doelgroep en hun sociale omgeving uitgenodigd voor een aantrekkelijk georganiseerde buurtbijeenkomst waarbij zij hun verhaal konden doen over wat er aan de hand is met dementie en hoe daar met aanbod van dagbesteding het beste op ingespeeld kan worden. Daarbij werden de geïnventariseerde behoeften naast het huidige aanbod van dagactiviteiten gelegd, zodat er zicht ontstaat op eventuele leemtes in het bestaande aanbod en prioriteiten voor gewenste dagactiviteiten.

De gouden formule voor dialoogsessies is inzet van vertrouwde sleutelfiguren bij werving en uitvoering, ruimte voor sociaal contact, een positieve insteek en bieden van mogelijkheden voor kleinschalige gezamenlijke praktische oplossingen.

Deze dialoogsessies dragen op deze constructieve manier bij aan de uitbreiding en kwalificatie van bewonersparticipatie en daarmee aan de opbouw van een buurtgericht duurzaam netwerk voor dagbesteding in samenwerking met voorzieningen en informele initiatieven.

Grove opzet van de dialoogsessies

1. Welkom, doel en kennismaking
2. Voorlopige bevindingen van de enquêtes
3. Dialoogvragen
 - 1) Welke activiteiten voor dagbesteding zijn gewenst voor vergeetachtige ouderen?
 - 2) Is dat anders voor ouderen met een migratieachtergrond? Hoe dan?
 - 3) Welk huidig aanbod sluit niet aan bij ouderen met een migratieachtergrond?
 - 4) Welke activiteiten voor dagbesteding kunnen wij uitproberen in de komende periode? Begeleiding en budget is beschikbaar. Wie doet mee?
 - 5) Kunnen actieve sleutelfiguren in een buurt de behoeften van thuiswonende ouderen vertolken op het gebied van zorg, welzijn, wonen en andere terreinen?

- 6) Welke sleutelfiguren en voorzieningen zijn nodig voor een buurtgericht ouderennetwerk voor de Wildemanbuurt e.o. en voor de Lodewijk van Deysselbuurt?
- 7) Wat is verder nodig om zo'n buurtgericht ouderennetwerk goed te laten draaien (frequentie, ondersteuning, contact met achterban etc.)?
4. Conclusies
5. Afsluiting

§ 2. Korte typering dialoogsessies

Dialoogsessie 1: Wildemangroep

17 juni 2022

Station Wildeman

Achttien mannen in de leeftijd van 40 tot 50 jaar (5x), 55 tot 85 jaar (13x).

Dialoogsessie 2: Ru Paré

20 juni 2022

Dagbesteding van stichting Mantelzorg en Dementie in de Ru Paré community
Zeven deelnemers met een gevarieerde achtergrond: 2 vrouwelijke 80-plussers met een Nederlandse-Indisch verleden, 1 mannelijke 80+ Chinees/Nederland- Indisch verleden. 1 mannelijke Indonesische 80+er, 1 mannelijke 50+er uit curacao en 1 vrouwelijke 80+er uit Suriname.

Dialoogsessie 3: Moskee el Mouhadine - groep 1

7 juli 2022

Zes seniore mannelijke deelnemers (65+) en de Imam

Dialoogsessie 4: Marokkaanse vrouwengroep Cordaan

10 juli 2022

Osdorperhof

Twaalf vrouwelijke deelnemers tussen 65 en 85 jaar.

Dialoogsessie 5: Vergeet me niet

13 juli 2022

SAAAM

Negen deelnemende vrouwen met vnl. Marokkaanse achtergrond in de leeftijd van 45- (driemaal) en 65+ (zesmaal), en zes professionele begeleiders.

Dialoogsessie 6: Moskee el Mouhadine - groep 2

18 juli 2022

12 mannelijke deelnemers

Dialoogsessie 7: Voorlichtingsbijeenkomst dementie ESAN

(= Energieke Senioren Amsterdam Nieuw-West), vrijwilligersorganisatie Sloterveer

22 juni 2022

Het Honk

Georganiseerd door GGD en ESAN

15 seniore deelnemers (55+) met Nederlandse achtergrond. De deelnemers vormen de laatste der Mohikanen van de Nivon (voormalig Nederlands Instituut voor Volksontwikkeling en Natuurvriendenwerk) en het Anbo (een socialistische ouderen bond) die vroeger drukbezochte afdelingen in Slotermeer hadden, maar door vergrijzing zijn deze opgeheven. Het Honk organiseert als vrijwilligersorganisatie deze restgroep.

Dialoogsessie 8: Woon-zorgcentrum Osdorperhof

14 juni 2022

12 deelnemers, gemengd qua sekse en culturele achtergrond, 2 wonen in het zorgcentrum, 8 zijn aanwezig op locatie voor dagbesteding
Ook twee zorgmedewerkers aanwezig

Dialoogsessie 9: Stadsboerderij Osdorp

12 augustus 2022

7 deelnemers met een gemiste achtergrond

Dialoogsessie 10: Seniorenflat Osdorp

22 augustus 2022

Seniorenflat Ookmeerweg 268

3 deelnemers: actieve bewoonsters die zich inzetten door activiteiten te organiseren en/of in het bestuur van de bewonersvereniging van het pand zitten.

Dialoogsessie 11: Tafelgesprekken over 'Leven met dementie'

21 september 2022

Ru Paré Community

Ca. 75 deelnemers, grotendeels vertegenwoordigers van professionele voorzieningen en andere initiatieven die van betekenis zijn of kunnen zijn voor dagbesteding van de doelgroep. Daarnaast zijn ook sleutelfiguren en bewoners aanwezig.

Dialoogsessie 12: Dagbesteding St. Mantelzorg en Dementie Bonnefantestraat

20 juni 2022

Vestiging Bonnefantestraat Cordaan

12 deelnemers, gemengd naar sekse, vnl. oorspronkelijk Nederlands

§ 3. Opbrengsten per thema

In dit hoofdstuk worden de opbrengsten van dialoogsessies per thema weergegeven, en waar mogelijk met een citaat geïllustreerd. Tijdens de dialoogsessies kwamen de onderzoeksvragen in meerdere of mindere mate aan bod. Omdat sommige vragen door elkaar liepen zijn de opbrengsten gerangschikt per thema in onderstaande paragrafen: ervaringen van deelnemers die vergeetachtig zijn of met vergeetachtige naasten, gewenste activiteiten voor vergeetachtige ouderen, wensen en obstakels vergeetachtige ouderen met een migratieachtergrond, ideeën voor pilotactiviteiten

voor vergeetachtige ouderen, en sleutelfiguren en voorzieningen ten behoeve van een ouderennetwerk. Niet alle dialoogsessies hebben alle thema's diepgravend besproken, en zodoende mist er her een der een beschreven dialoogsessie binnen een paragraaf. We sluiten het hoofdstuk af met de te trekken conclusies uit de verschillende paragrafen en overige opmerkingen.

1) Ervaringen van deelnemers die vergeetachtig zijn of vergeetachtige naasten

Dialoogsessie 1

De meeste deelnemers hebben ervaring met vergeetachtige familieleden, nu of vroeger, en met name moeders en oma's komen hier naar voren. Meerdere deelnemers vertellen dat hun moeders en oma's alleen nog maar in herinneringen aan vroeger kunnen praten.

Mijn oma haalde alleen maar herinneringen op van 30/40 jaar geleden, vooral dat haar eigen moeder toen overleed. Zij moest daar bijna altijd om huilen en beschuldigde ons dan ook dat haar familie haar dat niet had verteld.

Ook worden de mensen met dementie genoemd die in de moskee komen.

Ze bidden daar, gaan na het bidden naar huis maar lopen dan verkeerd. Ik loop dan met ze mee en breng ze op de juiste plek. Maar ik zet ze wel eens bij de deur af en als ik dan wegga lopen ze weer achter mij aan.

Weer een andere deelnemer verteld over de toename van vergeetachtige mensen die in de buurt te zien is.

Ik ontmoet steeds meer mensen met dementie. Soms bied ik een dwaler dan aan om thuis te brengen, maar deze weet dan niet meer waar hij woont en raak in paniek. Ik heb het idee dat dementie vroeger vooral bij hele oude mensen, 80-plussers, voorkwam. Maar nu bij de leeftijdsgroep vanaf 60 jaar ook al.

Dialoogsessie 2 en 12

Alle deelnemers aan deze dialoogsessie zijn vergeetachtige ouderen die bij de dagbesteding zijn. Zij hebben dus allemaal persoonlijk te maken met vergeetachtigheid. Tijdens het groepsgeprek blijkt dat twee mannen scheikundigen van beroep zijn/waren, en ook op dit gebied banen hebben gehad in Nederland. Dit wisten ze nog niet van elkaar en zij beginnen scheikundige formules uit te wisselen.

Dialoogsessie 3

Alle deelnemers hebben ervaring met dementie in de familie of onder bezoekers van de moskee.

Dialoogsessie 4

Drie van de deelnemers doen vrijwilligerswerk met ouderen. Twee van hen hebben vroeger gewerkt in de verpleegzorg, ook voor demente ouderen.

Dialogosessie 5

Bijna alle 9 deelnemers hebben in familieverband met dementie te maken of te maken gehad, of ervaren zelf de eerste verschijnselen. Vaak zijn zij ook mantelzorger voor hun partner of een ander familielid. Soms op afstand, bijvoorbeeld bij een deelnemer waarvan de moeder met dementie in Marokko woont.

Als ik met haar bel moet ik vaak raden wat ze bedoelt of namen noemen van mensen waarover ze praat die ze vergeten is.

Een vrouw vertelt bijvoorbeeld over haar vader die dement is. De taken die dat met zich meebrengt zijn verdeeld onder alle familieleden. De thuiszorg die in eerste instantie is ingeschakeld bleek niet te voldoen en is afgebouwd. Thuiszorg werd geboden door een voortdurend wisselende groep medewerkers die slordig werkten en vooral hun lijstjes met taken snel afvinkten. Meespeelt ook dat het (in dit geval) voor de familie moeilijk was om vreemde mensen in huis te laten. Inzet van eigen kinderen is veel vertrouwder.

Ook deze deelnemers benoemen dat bij vergeetachtige ouderen vaak vooral oude herinneringen aan de jeugdperiode naar boven komen. De gebeurtenissen van vandaag worden niet meer opgeslagen.

Dialogosessie 10

Eén van de deelnemers houdt een mooi overzicht bij van de bewoners van de Ookmeerflat. Er zijn volgens haar in totaal 72 huishoudens. In 14 ervan wonen twee partners, verder zijn er 48 alleenstaande vrouwen en 10 alleenstaande mannen.

Samenvatting

- Alle deelnemers aan de dialogosessies hebben in meer of mindere mate te maken met dementie.
- Velen hebben familieleden met dementie, zowel hier in Nederland als in eventuele land van herkomst.
- Een aantal deelnemers is zelf vergeetachtig of begint de eerste signalen van dementie te laten zien.
- Meerdere deelnemers geven aan dat zij meerdere buurtbewoners of bezoekers van de moskee kennen met dementie. Sommigen geven aan dat dit meer lijkt te worden dan voorheen.
- Opvallend is dat meerdere deelnemers vertellen dat er veel herinneringen aan de jeugdperiode en jongvolwassenheid naar voren lijken te komen.

2) Gewenste activiteiten voor vergeetachtige ouderen

Dialogosessie 1

Men is het met elkaar eens dat het vooral gaat om sociaal contact en dat je elkaar ergens kunt ontmoeten. Als het nodig is kan men elkaar dan bij eventuele moeilijkheden ook ondersteunen. Het enige wat er nodig is, is een ruimte met wat tafels en stoelen, voor zo'n 30 personen, het liefste op de begane grond en ergens in

de buurt. Maar ook aan beweegactiviteiten is veel behoefte. Deze kunnen bestaan uit een rondje lopen, wandelen met elkaar, en daarna met elkaar eten of een kopje koffie drinken. Aantrekkelijk zijn beweegactiviteiten die je in groepsverband kunt doen, zoals een balletje trappen of zwemmen. Ten slotte is er volgens deze deelnemers behoefte aan educatieve activiteiten. Het zou interessant zijn om een museum te bezoeken of naar een theatervoorstelling te gaan. Maar ook eropuit trekken met een excursie in Amsterdam en daarbuiten. Voor deze laatste groep activiteiten is wel vervoer nodig.

Dialogosessie 2 en 12

Sociaal contact is toch wel het allerbelangrijkste ingrediënt voor de dagbesteding waar deze deelnemers gebruik van maken. Allen zijn alleenstaand en thuis vaak eenzaam. De dagbesteding geeft weer kleur aan hun dag. Behalve contact met elkaar doen ze allerlei creatieve activiteiten, gezamenlijk koffiedrinken en lunchen. Dit doen zij één of meerdere dagen in de week, van 10:00 uur tot 16:00 uur. De meeste deelnemers worden opgehaald en thuisgebracht met een busje, wat ook nodig is gezien de slechte mobiele staat van bijna alle deelnemers.

Twee deelnemers zeggen dat praten over boeken die ze hebben gelezen belangrijk is. Heel fijn is het ook om met elkaar en de begeleiding te kunnen praten over herinneringen van vroeger die veel bij hen opkomen. De deelnemers met een Nederlands-Indische achtergrond vinden elkaar voor deze gesprekken.

Alle deelnemers zijn terechtgekomen bij de dagbesteding van SMenD via de huisarts, betrokken familie of thuiszorg die bij hen over de vloer komt. Iedereen is erg tevreden over de dagbesteding van SMenD.

Dialogosessie 3

De deelnemers hebben meerdere suggesties voor activiteiten die geschikt zijn voor vergeetachtige ouderen.

Veel suggesties hebben met beweging en sport te maken, van wandelen in het park tot een potje voetbal. Het zou mooi zijn als er één keer in de week een sportactiviteit georganiseerd zou kunnen worden. Men geeft aan een deskundige sportbegeleider te kennen die als vrijwilliger bij beweegactiviteiten kan optreden. Heel leuk zou volgens hen zijn om met elkaar te sporten in de Pieter Caland sporthal. Daarvoor moet er wel huur betaald worden, dat zal uitgezocht moeten worden. Men geeft aan dat er vroeger gebruik kon worden gemaakt van de gymzaal van de buurtschool. Dat kan inmiddels niet meer. Een ander idee is zwemmen in het Sloterparkbad. Misschien kunnen we daar ook zwemles krijgen.

Voor alle andere activiteiten geldt dat de essentie is dat er aandacht is voor elkaar. Er is behoefte aan sociaal contact, bijvoorbeeld met spelletjes of uitstapjes met een busje. Hiervoor worden er veel ideeën geopperd: Keukenhof, kaasboerderij en Schiphol. Een deelnemer die vroeger de kartrekker was van een buurtvader initiatief geeft aan dat bij de organisatie van dit soort activiteiten de deelnemers zelf ook wel een vrijwilligerstaak voor eigen rekening kunnen nemen.

Over praktische kant van de activiteiten hebben de deelnemers ook ideeën. Het is belangrijk de activiteiten zo veel mogelijk binnen de eigen buurt aan te bieden. Daarnaast is communicatie in eigen taal gewenst volgens deze deelnemers. Aan één activiteit willen zo 20 senioren meedoen, volgens de deelnemers aan dialoogsessie 3. Natuurlijk is dat afhankelijk van het type activiteit, dat geldt ook voor de frequentie. Wandelen kun je wel twee keer per week doen, een uitstapje kan niet al te vaak (één keer per maand of half jaar).

Dialoogsessie 4

Ook de deelnemers aan dialoogsessie 4 hebben een aantal suggesties. Zo wordt lezen en voorlezen meermaals benoemd. De krant lezen is belangrijk om bij te houden wat er gebeurt in de wereld, maar ook aan gezamenlijk de Koran lezen is behoefte. Door te lezen worden de herinneringen van vergeetachtige mensen gestimuleerd.

Contact met de familie is heel belangrijk. Als er geen familie is dan is de steun van vrijwilligers extra van belang. Belangrijk is om het gezellig te maken en contact te hebben. Daarbij kunnen excursies of uitstapjes ook helpen, bijvoorbeeld naar Volendam of naar Scheveningen. Het is essentieel om bezig te blijven en vooral ook gezond te leven met goede voeding en bewegen.

Dialoogsessie 5

De deelnemers aan deze dialoogsessie richten zich voornamelijk op het belang van goede voorlichting over dementie. Er is behoefte aan voorlichting over hoe dementie begint. Hoe weet je nou dat het begint? Wat familieleden vaak wel opmerken is dat ze de weg kwijt raken of een sleutel vergeten. Maar het punt is dat de vergeetachtigen dit vaak zelf niet doorhebben. Je merkt het ook aan het herhalen van vragen en verhalen. Belangrijk is ook dat in de voorlichting aandacht wordt besteed aan gezonde leefstijl, zeker als je ouder wordt. Ongezonde voedingsgewoonte zoals vettig eten, teveel suiker dragen bij aan verergering van dementie. Wandelen, bewegen en goed eten werkt preventief. Het zou goed zijn als ouderen hiervan op de hoogte zijn.

Bij dementie onder dierbaren wordt geduld vaak zwaar op de proef gesteld, mantelzorgen is erg zwaar. Het zou dus tevens goed zijn als er voorlichting wordt gegeven aan mantelzorgers. Nodig is een beter begrip van dementie, vooral dat het een medische ziekte is, vaak ook deels erfelijk. Een vrouw vertelt:

Mijn moeder is behoorlijk dement en dwaalt door de buurt. Wij brengen haar nu naar de dagbesteding van Cordaan in Slotervaart. Zij woont nog samen mijn vader. Toen dementie ging spelen wisten wij als familie niks voor mogelijkheden voor dagbesteding. Het zou wel goed zin als daar meer voorlichting over komt.

De deelnemers vinden het jammer dat er veel voorzieningen weg of dicht zijn die er eerder wel waren in de buurt. Vroeger waren er veel organisaties, zeggen zij, ook voor Surinaamse-/Marokkaanse-/alle Nederlanders. Zij menen dat dat gewenst is, dat men elkaar in groepjes kan ontmoeten, en tegen en met elkaar kunnen praten.

Ten slotte zouden we ouderen ook wat meer kunnen aanspreken op hun kwaliteiten. Met hun verhalen over vroeger geven ze ook levenswijsheid door aan nieuwe generaties en hier kunnen we met activiteiten op inzetten.

Dialogosessie 6

Deze deelnemers noemen een heleboel activiteiten die met sporten en bewegen te maken hebben. Voetbal, basketbal, minigolf, zwemmen, gymnastiek, aerobics, en ook wat bewegingsactiviteiten die thuis kunnen. Maar de deelnemers zijn het er over eens dat er heel wat moet gebeuren, niet alleen met sport.

Een dagje uit, dus echt het huis uit, wordt meermaals genoemd. Zo kan men iets bekijken en ondertussen misschien iets leren, over de historie van Nederland bijvoorbeeld. Vergeetachtige mensen willen ook graag dingen leren en onthouden, zeggen ze. Marokkaans-Nederlandse ouderen houden van spelletjes, zoals dammen, kaarten en Pachisi (Marokkaans bordspel met pionnen en fiches).

In Osdorp zijn er heel weinig tot geen locaties en gelegenheden voor vergeetachtige ouderen, zeggen de deelnemers. Mensen zijn er of niet van op de hoogte, of het wordt niet goed gecommuniceerd. Op Osdorperhof wordt wel dagbesteding aangeboden, weet men, en ook in het Leo Polak huis. Buurthuis 't Blommetje is nu weg, en dat vinden deelnemers echt een gemis. Men was daar vaker gewoon voor een praatje, en bezoekers kregen ook hulp met dingen doen en regelen.

Men is het er over eens dat activiteiten in de buurt moeten plaatsvinden. Uitjes met een bus zijn ook leuk, maar die vinden dan incidenteel plaats, en als iets bijvoorbeeld twee keer per week wil organiseren is dat is het niet handig. Maar sporadisch is wel heel leuk.

Voorlichting over dementie vindt men belangrijk. Dat moet dan wel door iemand die er echt expertise in heeft. Dit zou in de moskee kunnen plaatsvinden, maar dat wordt wel lastig plannen vanwege het drukke schema van de moskee. Ook is van belang dat een tolk aanwezig is als de expert Nederlands spreekt.

Dialogosessie 7

De deelnemers aan deze dialogosessie benoemen dat de behoefte aan activiteiten heel sterk verschilt van persoon tot persoon en ook kan veranderen. Maar belangrijk is altijd om te proberen aan te sluiten bij de belevingswereld van demente ouderen. Vooral bij wat ze nog wel kunnen of wat ze plezier doet. Voorbeelden die genoemd worden zijn: samen foto's kijken, wandelen, bingo, activiteiten die het gevoel voor bijvoorbeeld kleur prikkelen. Het advies is het vooral simpel te houden en te richten op het beleven van gezamenlijk plezier.

Stimuleren van hersenfuncties kan met allerlei activiteiten, maar vooral met beweging, zoals prof. Erik Scherder aanbeveelt. De deelnemers hebben veelal zijn boeken gelezen of programma's gezien en zijn onder de indruk van de positieve effecten die Scherder constateert bij muziek- en beweeg activiteiten voor het brein.

Passende activiteiten op dit terrein zijn: linedancing, bewegen volgens bepaalde pasjes en patronen die het geheugen activeren, en anderszins activiteiten met muziek en dansen.

Tijdens de bijeenkomst wordt benadrukt dat op het gebied van dementie ESAN allerlei activiteiten doet, of wil dit gaan ontwikkelen, zoals kookles, voedingsleer en beweegactiviteiten. Het is namelijk belangrijk sociale netwerken op te bouwen om vereenzaming te voorkomen. Een laatste advies uit de groep is om ook jongeren te betrekken bij senioren met dementie. Jonge burens of kleinkinderen kunnen behulpzaam zijn bij bijvoorbeeld boodschappen doen.

Dialogosessie 8

Het krijgen van persoonlijke aandacht is voor alle aanwezige ouderen het belangrijkste. Ouderen hebben iemand nodig die ze kunnen benaderen wanneer ze iets nodig hebben of even willen kletsen. De persoon moet oprecht geïnteresseerd zijn, goed kunnen praten en luisteren en mogelijk ook enige ervaring in de zorg hebben. Vooral in de avonduren hebben veel van de ouderen weinig tot geen aanspraak. Ze zouden het best fijn vinden om tussen 19:00/20:00u en 22:00u wat meer aandacht te krijgen.

Daarnaast is er behoefte om meer en vaker de deur uit te gaan. Bijvoorbeeld om te wandelen of bloemen te kopen bij de bloemenkiosk. Dit moet wel plaatsvinden in de buurt, rondom het huis of in een herkenbare omgeving. Een uitstapje, om Nederland beter te leren kennen, mag wel buiten de buurt.

Dialogosessie 9

Er is vooral gebleken dat er behoefte is aan een plek/locatie die vertrouwd is voor de ouderen. De locatie moet veilig zijn en zo aanvoelen, in zowel de zomer, als de wintermaanden. En de georganiseerde activiteiten zouden afgestemd dienen te zijn op lichte en donkere dagen. Een oudere dame had in 't Blommetje een clubje waarmee ze sjoelde, maar na de verhuizing naar de Stadsboerderij is er een aantal ouderen afgehaakt.

Een aantal deelnemers zou graag vaker op bezoek gaan, of bezoek krijgen van familie. Andere zouden graag Troefcall spelen, de Surinaamse variant van het kaartspelletje 'troeven' dat overeenkomsten kent met Klaverjassen en Hartenjagen.

Dialogosessie 10

De deelnemers wensen een ruimte in de eigen flat waar zij samen kunnen komen. Op het moment gebruiken zij hiervoor het verzorgingstehuis wat naast de flat gelegen is. Van de 72 huishoudens die de Ookmeerweg 268 telt, komen er slechts 10 personen naar de koffieochtenden toe. De deelnemers hopen dat dit aantal oploopt, wanneer ze een plek hebben op hun eigen locatie. Deze plek zou minder klinisch kunnen worden ingericht en meer aanvoelen als een gezellige woonkamer die uitnodigt om goede gesprekken te voeren. De deelnemers die een actieve rol innemen in de flat geven aan dat het hebben van een eigen ruimte bewoners aanzet om meer

activiteiten te organiseren. Ontmoeting door het hebben van een eigen ruimte is de meest passende dagbesteding voor de deelnemers.

Een deelnemer denkt dat samen koffie drinken op een vast moment in de week of op afspraak heel gewenst is. Wanneer je op afspraak samenkomt, kan je wat meer de tijd nemen. Ook een spelletjesmiddag, waar je bijvoorbeeld kan bridgen en klaverjassen, is gewenst. Incidentele activiteiten dichtbij huis, zoals met kerst een pasteitje maken, worden als laagdrempelig en aantrekkelijk genoemd. Die dienen dan wel gratis te worden aangeboden, bijvoorbeeld gefinancierd uit het bewonersinitiatiefbudget van Eigenwijks. Deze activiteiten vinden al wel eens plaats; het laatste uitje bestond uit een boottocht met lunch op de boot. Activiteiten in het kader van Burendag worden ook als optie genoemd, maar liever niet van een te vast of verplicht karakter.

Ten slotte zeggen de deelnemers dat er behoefte is aan gymnastiek voor ouderen. Hierbij is het wel van belang dat er een professionele leraar de bijeenkomsten begeleidt. Het liefst dicht bij huis, zoals voor de deur van het pand zoals dat voorheen werd gegeven. Ook werd er toen gewandeld naar de Stadsboerderij (15 minuten, rustig lopen) en daar aansluitend koffie gedronken. Van de 72 huishoudens op de Ookmeerweg, hebben 38 personen een rollator. Voor bewoners is het dan ook niet heel makkelijk om naar buiten te gaan, en het is zaak ze hiervoor te stimuleren en in te begeleiden.

In het Leo Polak werd er eerder al door 12 à 13 personen stoelgymnastiek gevolgd, onder wie een aantal bewoners van de Ookmeerflat. In het Leo Polak wordt ook wel eens koffie gedronken door bewoners uit de Ookmeerwegflat. Sommigen van hen maken gebruik van de samen eet-activiteit in het Leo Polak tehuis. Hier gaan volgens de deelnemers met name paren naartoe.

Een deelnemers heeft samen met haar man die van Molukse afkomst is in 2004 de Indische Molukse Ouderen Amsterdam (IMOA) opgezet op verzoek van de gemeente. Op de maandelijkse bijeenkomsten wordt er muziek gemaakt, gedanst en komt er soms een spreker langs. Voor corona kwamen hier 80 personen op af en tegenwoordig komen er nog 50 personen trouw naar deze activiteit.

Samenvatting

- De belangrijkste behoefte waaraan activiteiten zouden moeten bijdragen is sociaal contact. Hier kan op een heleboel manieren vorm aan gegeven worden, als er maar aandacht en contact is.
- Hiervoor is een bekende, veilige plek wel een voorwaarde.
- Activiteiten waarbij er bewogen of gesport wordt zijn ook zeer populair en hier is vele behoefte aan. Dit is gezond en leuk, en hiervoor worden allerlei verschillende mogelijkheden aangedragen.
- Voorlichting over dementie is ook zeer gewenst, van het opmerken van de eerste verschijnselen tot een leefstijl die preventief kan werken. Vooral sommige mensen met een migratieachtergrond zijn nog niet goed bekend met dementie, de mogelijkheden om hiermee om te gaan en de hulpvoorzieningen die er zijn.

- Veel deelnemers zien het ook zitten om een uitje te organiseren of hierin te participeren, waarbij er met een busje een mooie of educatieve plek wordt bezocht. Dit is goed voor het sociaal contact, de prikkeling van het geheugen en het plezier.
- Locaties om elkaar te ontmoeten zijn schaars en wel essentieel.
- Men is het erover eens dat de activiteiten in de buurt moeten plaatsvinden, om het voor alle vergeetachtige buurtbewoners toegankelijk te maken. Tenzij het een uitje met een busje betreft, uiteraard.
- Een waardevol advies is mensen op hun kwaliteiten aanspreken en te kijken en in te spelen op wat er wél kan met de vergeetachtige ouderen.

3) Wensen en obstakels vergeetachtige ouderen met een migratieachtergrond

Dialogsessie 1

Bewoners van Amsterdam Nieuw-West met een migratieachtergrond hebben andere gewoonten dan mensen zonder een migratieachtergrond, menen de deelnemers. Hun levensbeschouwing is vaak islamitisch, ze zijn wat meer gesloten naar de buitenwereld en onderling eerder openhartig. Bij dagbesteding voor een gemeente groep deelnemers, hebben ouderen met een migratieachtergrond toch meer de neiging om onderling wat meer privé zaken te bespreken. De jeugdherinneringen zijn anders dan van ouderen met een Nederlandse achtergrond.

Tante Truus heeft meer met Andre Hazes en dat geldt niet voor een Marokkaanse oma.

Het Hollandse aanbod van: kaarten, bingo, biertje erbij, met Andre Hazes muziek slaat over het algemeen niet aan bij ouderen met een migratieachtergrond. Eigenlijk moet het aanbod van dagbesteding aansluiten op de terugreis naar het verleden die vergeetachtige ouderen meemaken.

Een aanbod in eigen taal en cultuur is daarom gewenst, volgens deze deelnemers. En dit gebeurt ook hier en daar. Zo is bij De Blauwe Moskee speciaal voor Marokkaans-Nederlandse vrouwen een ontmoetingsplek gecreëerd. Het Leo Polak biedt ook dagbesteding aan voor een gemeente groep, dat wordt ook goed ontvangen. De Osdorperhof van Cordaan biedt door de weeks dagbesteding aan voor de doelgroep. Dat zijn grotendeels ouderen met een Nederlandse achtergrond, maar op zondag is er voor Marokkaans-Nederlandse vrouwen van 14:00-16:00 uur een specifiek dag aanbod.

Dialogsessie 2 en 12

Delen van ervaringen en herinneringen aan het land van herkomst is aantrekkelijk voor veel deelnemers. Dat kan plaatvinden in onderlinge gesprekken, maar ook in de vorm van muziek van toen of andere culturele uitingen.

Dat neemt niet weg dat deelnemers op zijn minste voor een deel ook geïnteresseerd zijn in actuele ontwikkelingen in de huidige samenleving en in de wereld in het algemeen.

Dialogosessie 3

Dementie is voor veel mensen een behoorlijk onbekend verschijnsel. Wat deze deelnemers detecteren in de moskee is dat sommige ouderen vergeten hun schoenen mee te nemen of niet meer weten waar ze wonen. Dan helpen ze elkaar. Dementie vergt veel mantelzorg van familie. Niet altijd bekend, is dat thuiszorg ook hulp kan bieden met verzorgen en huishoudelijke ondersteuning. Dit zou beter gecommuniceerd kunnen worden, specifiek voor mensen met een migratieachtergrond, om de mantelzorgers te ontlasten.

Sinds kort bestaat de locatie Station Wildeman, maar de deelnemers aan dialogosessie 3 hebben niet het idee daar naar binnen te kunnen en/of bij de doelgroep passen. Volgens hen is Station Wildeman is voor faciliteiten zoals: fysiotherapie, massages en koffie inloop van VoorUit.

Dialogosessie 4

Een obstakel voor oudere Marokkaans-Nederlandse vrouwen is dat ze te maken hebben met sociale controle vanuit de islamitische familie die beperkingen met zich mee brengt, menen de deelnemers van deze sessie.

Nederlandse ouderen hebben een veel grotere kans om zich op hun plek te voelen bij activiteiten voor ouderen, als er veel soortgenoten zijn. Het aanbod van activiteiten sluit ook vaak beter aan, bijvoorbeeld koffie drinken, Andre Hazes muziek, bingo en gesprekken over vroeger. De herinneringen aan vroegere tijden komen veel meer overeen.

Nederlanders hebben elkaar, terwijl migranten alleen familie hebben.

Dialogosessie 5

Begeleiding gegeven door personen met eenzelfde taal- en cultuurachtergrond is wel een pre, volgens deze groep. Dat maakt het communiceren en begrijpen van de doelgroep namelijk makkelijker. Er valt echter ook wel iets te zeggen voor een gemixte doelgroep, want mensen die 'anders' zijn kunnen interessant zijn voor elkaar. Dat is ook het geval bij voorzieningen als een speeltuin of een school, daar ontmoet je als iemand met een migratieachtergrond ook mensen uit een andere cultuur.

Iedereen spreekt wel een beetje Nederlands, ze moeten elkaar gewoon kunnen begrijpen.

Men denkt wel dat begeleiders van dezelfde leeftijd moeten zijn, ook 'een beetje senior'. Iemand van achttien jaar heeft misschien een andere mentaliteit dan iemand op leeftijd. Ouderen hebben aandacht nodig, dus het is belangrijk dat ze geduld en respect voor elkaar hebben.

Goed is ook om kinderen en naasten van ouderen met een migratieachtergrond te informeren over dementie en mogelijkheden voor mantelzorg. Hoe kun je je aanmelden voor het regelen van een mantelzorgsubsidie, bijvoorbeeld? Hoe kun je

als familie zorg dragen voor vereenzamende ouderen? Veel ouderen met dementie zijn alleen thuis en hebben kans op gevoelens van eenzaamheid.

Belangrijk bij dagbesteding voor Marokkaans-Nederlandse ouderen is dat de activiteiten plaatsvinden in kleine groepen van vier á vijf personen. Omdat dementie (en ook een activiteitsaanbod voor vergeetachtige ouderen) nog niet zo gebruikelijk is bij migrantengroepen, is het wel belangrijk veel reclame met voorlichting hierover te geven. Dat maakt de drempel om te komen lager.

Dialogosessie 8

Het type activiteit hoeft niet zozeer te verschillen tussen ouderen met en zonder migratieachtergrond. Maar de eigen verwachtingen van activiteiten verschillen wel, volgens de aanwezigen. Zo zorgt in Suriname de familie voor de oudere of neemt deze in huis. De familie besteedt veel tijd en aandacht aan de zorg voor oudere familieleden. In Nederland is iedereen drukker, wonen ouderen veelal in zorginstellingen en komen familieleden minder vaak op visite. Het vieren van feestdagen horende bij hun eigen of andere cultuur, vinden ze allemaal ook erg leuk. Deze worden al regelmatig georganiseerd in en door woon/zorgcentrum Osdorperhof.

De aanwezigen hebben het idee dat de Nederlandse ouderen zich vaak verplicht aanpassen aan de activiteiten en gewoonten van migrantenouderen, en andersom. Een stel ouderen vindt dat er een alternatief geboden moet worden zodat zij hier een eigen keuze in kunnen maken. Een oudere vindt dat alle ouderen (met en zonder migratieachtergrond) moeten leren om zich aan elkaar aan te passen. Als de ene hiermee begint dan volgt de rest daarna. De welwillendheid en flexibiliteit moet uiteindelijk wel van beide kanten komen.

Dialogosessie 9

Volgens de aanwezigen zijn migrantenouderen terughoudend naar de aanwezige Nederlandse ouderen. Ze groeten niet terug wanneer de oudere Nederlandse man hen groet. Hij zegt dat de Marokkaanse ouderen voornamelijk met de eigen groep omgaan en ook alleen onderling hun kennis delen. Nederlandse en Marokkaanse ouderen hebben vaak ook verschillende interesses en hobby's.

Dialogosessie 10

Alles wat de deelnemers aan de dialogosessie eerder noemden aan gewenst aanbod geldt ook voor migrantenouderen. Ze geven wel aan weinig contact te hebben met senioren met een migratieachtergrond. Een deelnemer meent dat elke subgroep, of deze nou Turks, Marokkaans, Indisch of Moluks is, behoefte heeft aan een eigen activiteit. Niet omdat ze het dan over hun eigen cultuur hebben, maar wel omdat ze elkaar dan makkelijk kunnen begrijpen. Een andere deelnemer geeft aan zelf half Indonesisch te zijn en dat ze dat persoonlijk niet herkent.

In de flat komen steeds meer mensen met migratieachtergrond wonen, soms ook met spoed. Deze personen spreken soms de Nederlandse taal niet en dat is soms best lastig. De deelnemers merken dat die contact afhouden, vooral alleenstaande

Marokkaanse mannen die in de flat wonen. Er is ook een man die bijvoorbeeld niet met andere bewoners in een lift wil staan. Het is moeilijk contact maken met deze groep, volgens de deelnemers.

Samenvatting

- Er zijn veel overeenkomsten tussen vergeetachtige ouderen met en zonder migratieachtergrond.
- De verschillen zijn er ook, met name in verschillende jeugdherinneringen en culturele herkenning. Geschikte activiteiten moeten daar zodoende op aansluiten.
- Voor ouderen met een migratieachtergrond en hun omgeving is goede voorlichting extra belangrijk, omdat er niet altijd bekendheid is met dementie.
- De meeste deelnemers aan de dialoogsessies zijn voor homogene groepen, waarbij ouderen een zelfde culturele achtergrond hebben en dezelfde taal spreken. Maar er zijn ook deelnemers die voordeel zien in gemixte groepen, waar deelnemers van elkaar kunnen leren.

4) Ideeën voor pilotactiviteiten voor vergeetachtige ouderen

Dialoogsessie 1

Men zou graag een gezamenlijke fietstocht maken, of met de bus naar Artis of het Tropenmuseum. Maar wat ook kan is een dagje naar het park, al dan niet met barbecue. Bijvoorbeeld met zijn allen naar het Amstelpark, dat zou een leuk uitstapje zijn. Je ontmoet andere mensen en leert elkaar ook beter kennen. Iets doen met een gemende groep ouderen (Nederlands, Turks-Nederlands, Marokkaans-Nederlands) lijkt de deelnemers heel leuk, om dan goed kennis te kunnen maken met elkaar. Ten slotte bespreek men de mogelijkheid om gezamenlijk een burendag te organiseren in september en zo kennis te maken met buurtbewoners.

Dialoogsessie 3

De groep heeft vooral de zinnen gezet op een uitje.

Dialoogsessie 4

Deze groep wil ook graag een uitje naar een plek buiten Amsterdam, met busjesvervoer.

Dialoogsessie 5

Eén van de aanwezige vrouwen is actief bij het buurtproject Cascoland, dat zich richt op het activeren van sociale initiatieven die bijdragen aan de leefbaarheid van de buurt door het opnieuw in gebruik nemen van leegstaande bedrijfsruimtes en sociale herinrichting van openbaar groen. In dat kader is het mogelijk een locatie openbaar groen toe te wijzen voor de doelgroep van vergeetachtige ouderen met passie voor tuinieren. Cascoland is bereid om in de openbare ruimte in de buurt waar ze beheer over hebben, een stuk groen beschikbaar te stellen aan vergeetachtige ouderen, voor het houden van kippen, het aanleggen van een fruittuin aanleggen en deze met elkaar verzorgen. Dit idee wordt opgepakt door de betreffende contactpersoon. Het

is een vorm van dagbesteding de buurt waarbij ook mogelijkheid zit voor het inzetten van buurtvrijwilligers.

Andere gewenste activiteiten zijn: muziek, knutselen, beweegactiviteiten - vaak in combinatie met samen eten. Dat zou wel vier of vijf keer per week zinvol kunnen zijn. Zo'n programma zou om 10:00 uur kunnen beginnen en kunnen doorlopen tot 15:00 uur. Dan is het ook ontlastend voor de mantelzorgers.

Personen uit de migrantengemeenschap zouden zich ook als vrijwilliger kunnen aanbieden voor dagbestedingsactiviteiten. Dat gebeurt bijvoorbeeld bij buurtkamer het Geuzennest, een initiatief van een vrouw die vrouwen bij elkaar heeft gebracht die alleen zijn omdat hun partners, nu of vroeger, met dementie te maken hebben gehad. Zo'n kleinschalig lotgenotencontact sluit goed aan bij ouderen met een migratieachtergrond.

Ook deze groep kijkt uit naar een uitje naar Artis of het strand, bijvoorbeeld Wijk aan Zee of Zandvoort, waar men kan lopen aan het strand of een visje eten. Anderen zouden wel graag op bezoek gaan bij woongroep 'Andalouse'. Ten slotte willen sommige aanwezigen wel eens een geheugentraining meemaken.

Dialogosessie 8

Ideeën voor uitstapjes zijn: een rondvaart door Amsterdam of een dagje naar dierentuin Artis.

Dialogosessie 10

De deelnemers willen in het kader van Burendag (zaterdag 24 september 2022) iets organiseren. Dit hebben zij al vaker gedaan voor de flat. Daar zetten ze dan tafels en stoelen neer en regelen koffie van Martin van de Stadsboerderij. Een deelnemer wil hiervoor een bewonersinitiatief proberen in te dienen voor Eigenwijks.

Er wordt gesproken over een Marokkaanse mannengroep die zich graag inzet voor de buurt. Zij hebben ook al een burendagsubsidie binnen. Wat zij hier precies mee gaan doen is nog niet uitgewerkt. Het zou een mooi idee zijn om de krachten van de Marokkaanse mannengroep en die van de (vrijwilliger en bestuurders van de) huurderscommissie te bundelen. De Marokkaanse mannengroep richt zich normaliter meer op de Wildemanbuurt en de Notweg. Het lijkt handiger om het voor de flat te laten plaatsvinden, aangezien er anders veel mogelijke deelnemers het te ver zullen vinden.

Samenvatting

- Een uitje naar een leuke, educatieve plek wordt vaak genoemd als een mogelijke eenmalige activiteit voor in de zomer van 2022.
- Het belangrijkste is dat het een activiteit is waarin men elkaar ontmoet, kennismakt en sociaal contact opdoet. Dit kan op allerlei manieren, bijvoorbeeld aan de hand van een knutselactiviteit, muziek maken of luisteren, bewegen en/of met elkaar eten, structureel of bijvoorbeeld in het kader van burendag.

- Ook met elkaar een stuk groen beheren in de openbare ruimte wordt genoemd. Dit wordt mogelijk via het project Cascoland gerealiseerd (zie bijlage 1).
- Ten slotte is het organiseren van een lotgenotencontactengroep een idee, waarbij naasten van ouderen met dementie bij elkaar kunnen komen.

5) Sleutelfiguren en voorzieningen ten behoeve van een ouderennetwerk

Dialogosessie 1

Net zoals SMenD willen deze deelnemers wel een groep organiseren voor vergeetachtige ouderen. Ze willen daarbij inzetten op het gezellig maken met elkaar, met activiteiten, met elkaar praten en koffie drinken. Dat zou toch wel één of twee keer per week kunnen plaatsvinden.

Dialogosessie 3

De moskee zou ook een goede rol kunnen vervullen in de organisatie van een buurtgericht ouderennetwerk. De moskee zou ook een uitvalsbasis kunnen zijn voor activiteiten. De bezoekersgroep van de El Mouahidine Moskee bestaat uit honderden mensen, waarvan 80% senior is. Het is zodoende niet alleen een religieuze organisatie, maar (met name voor ouderen) een sociaal culturele organisatie.

Twee senioren moskeebezoekers hebben zich enige tijd geleden opgegeven als vrijwilliger bij de stichting vluchtelingenwerk. Daar is geen reactie opgekomen. Zij willen dus wel vrijwilligerswerk doen.

Dialogosessie 4

Sleutelfiguren zoals Malika Lhaddouchi kunnen de behoeften van thuiswonende ouderen met een migratieachtergrond in het buurtgericht netwerk inbrengen.

Dialogosessie 5

Ouderen die thuis wonen krijgen in de loop van hun leven steeds vaker problemen met hun woonvoorzieningen (moeilijk traplopen, drempels), worden ziek of krijgen te maken met dementie. Het is belangrijk om te weten hoe we deze behoeften/wensen beter in beeld krijgen. In elke buurt een groepje met contactpersonen die deze behoeften/wensen van ouderen ophaalt en communiceert naar de voorzieningen en het stadsdeel is hiervoor een methode. In Bos en Lommer is dit ook gebeurd, volgens een aanwezige. Om dit in Nieuw-West te kunnen realiseren kan Youssef Yaghdi een sleutelrol spelen. Youssef geeft ook aan dat hij iemand kent die best twee keer per week zou willen ondersteunen als er iets georganiseerd wordt.

Dialogosessie 8

De aanwezigen denken dat het belangrijk is dat iemand gepassioneerd is over ouderenzorg en geeft om ouderen en hun belangen, als deze een rol wil spelen in een ouderennetwerk voor de buurt. Het zou fijn zijn als deze Engels sprekend is, of meertalig. Een deelnemer sprak alleen Engels en gaf aan dat zij eigenlijk met geen

enkele andere oudere kon praten en zich vaak onbegrepen voelde. Ze vond het frustrerend dat vrijwel geen enkele andere oudere Engels kon spreken of verstaan.

Over het type begeleider zijn de meningen onder de ouderen verdeeld. Een aantal ouderen vindt dat deze persoon niet te jong moet zijn maar ongeveer 50 jaar of ouder, want ouderen begrijpen andere ouderen beter dan jongeren. Een enkele oudere wil dit juist niet, en een aantal andere ouderen ziet een mix van jong en oud wel zitten. Wel moet deze persoon enige ervaring hebben in de ouderenzorg, Engels spreken of meertalig zijn, veel begrip hebben, rustig praten en genoeg tijd en aandacht hebben.

Dialogosessie 9

Het idee van een aantal actieve sleutelfiguren in de buurt zou kunnen werken, volgens de deelnemers. De sleutelfiguren zouden een mix moeten zijn van jong en oud, mannen en vrouwen, en verschillende culturen. Ze moeten wel enige kennis van zaken hebben en mogen hiervoor ook best betaald worden. Tien jaar geleden zijn er regiegroepen opgezet met eenzelfde functie, om de sociale cohesie te vergroten. Deze regiegroepen zijn niet succesvol gebleken omdat de aangestelde vertegenwoordigers voornamelijk hun eigen belangen behartigden. Een voorwaarde is daarom wel dat deze sleutelfiguren hun eigen belang buiten beschouwing kunnen/moeten laten en goed de stem van de bewoners representeren.

Een ander idee is om de sleutelfiguren per onderwerp aan te stellen. De onderwerpen van de eerstkomende vergadering worden bijvoorbeeld op voorhand bekend gemaakt, waarna iedereen die zich geroepen voelt zich kan intekenen op het onderwerp. Zo bevat de groep van sleutelfiguren leden die begaan zijn met het onderwerp en uitgekozen worden op basis van hun kennis en expertise.

De organisatie in de buurt is versnipperd geraakt en het is overzicht verloren. Mede door locatieverandering en wisseling van het buurtteam en de wijkagent. Bekende gezichten verdwijnen waarna nieuwe, onbekende gezichten hun plaats innemen. Sommige van deze buurtwerkers en vrijwilligers zijn niet sociaal en daarom niet toegankelijk voor buurtbewoners. Vrijwilligers, buurtwerkers en ouderen moeten allen welwillend zijn.

Dialogosessie 10

Idealiter zou elke flat eigen sleutelfiguren hebben voor specifieke bewonersgroepen met wie hij/ zij in contact staat, vinden de deelnemers. Het animo voor contact en activiteit in de flat is over het algemeen laag. Het is dus verstandig om eerst het accent op de flat te leggen. Misschien dat de bewoners daarna geprikkeld zijn om ook buiten hun flat te treden.

Het voorstel is om per flat vertegenwoordigers aan te stellen, zodat het aansluit bij de reikwijdte van een persoon en dat elk clubje een eigen stem kan hebben. Het sleutelfiguurschap moet stap voor stap groeien, net zoals een klantenbestand.

Het zou mooi zijn als er ook bewoners met een migratieachtergrond deel zouden nemen aan zo'n commissie of netwerk. Er zijn op dit moment zeven bewoners met een migratieachtergrond woonachtig in de flat en met hen krijgen de deelnemers weinig contact. In de toekomst zal dit alleen nog maar meer worden en als zij zich blijven afscheiden krijg je vermoedelijk een niet wenselijke tweedeling in de flat. Daar willen de deelnemers voor waken.

Met een bewoner van Marokkaanse afkomst genaamd Mina Ben Lakadem heeft een deelnemer wel eens contact in de lift. Het plan is om haar te benaderen voor de burendag. Youssef Yaghdi kan helpen om het verlangen uit te spreken om een persoon met migratieachtergrond te betrekken bij de huurderscommissie of sleutelfiguurschap om meer stemmen te kunnen vertegenwoordigen. De deelnemers kennen ook nog wel wat personen uit andere flats die gevraagd kunnen worden om als sleutelfiguur op te treden. Bijvoorbeeld in de flat Oklahoma, alhoewel dat ook een flat is voor gezinnen. De deelnemers kennen bewoner Rikkie. Zij weten dat zij zich eenzaam voelt tussen al die gezinnen en nu probeert over te komen naar de Ookmeerflat om onder leeftijdsgenoten te kunnen zijn. Rikkie is zeer actief en kent veel mensen. Bij Leo Polak is er ook een groepje mensen dat namens alle bewoners hun zegje doet. Dat heet de participatiecommissie en zij hebben een aantal dingen in werking gezet, waaronder een complimentenbox voor mensen die in het restaurant werken. Lenie van Hart van Osdorp is volgens de deelnemers ook echt een sleutelfiguur. Zij signaleert wel eens dat het niet zo goed gaat met een bewoner en stuurt dan een buurtbewoner erop af. Dat doet Lenie waarschijnlijk vanuit haar rol als bij De Opgang (kerk Tussenmeer) en als medewerker Combiwell.

Dialogsessie 12

In tafelgesprekken is aandacht gevraagd voor onder meer de volgende punten:

- Het is belangrijk om op verschillende niveaus in gesprek te gaan, dus bijvoorbeeld ook met woningcorporaties
- Maak locaties voor mensen met dementie laagdrempelig
- Hoe kunnen we de buurt en openbare gebouwen dementievriendelijk maken
- Vroegsignalering dementie vormgeven in de sociale basis
- Samenwerken voor nieuwe alternatieven, bijv. whatsappgroep van burens voor demente buurman
- Zorg voor dementie is een grote uitdaging
- Ondersteun mantelzorger
- Regel voorlichting over dementie en doorbreek taboe
- Voorkom isolement
- Dementie normaliseren
- Wie adviseert bij eerste signalen van dementie?

Samenvatting

- Inloop met thee en koffie helpt om een sociaal netwerk van vergeetachtige, thuiswonende ouderen op te bouwen.
- Met deze groep kunnen er dan ook activiteiten georganiseerd worden.

- Zinvol is om op die manier per wijk of per flat een contactpersonengroep op te bouwen, die behoeften kunnen ophalen bij de buurtbewoners en deze ook kunnen communiceren met het stadsdeel en de voorzieningen. Ook kunnen zij de bewoners informeren over de mogelijkheden.
- Het zou zinvol zijn als er ook buurtbewoners met een migratieachtergrond participeren in deze groepen. Dat maakt de communicatie toegankelijker.
- Sleutelfiguren hebben idealiter affiniteit met ouderen(zorg), en indien zij betaald worden kan dat de professionaliteit en inzet meer garanderen dan als dit op puur vrijwillige basis gebeurt.
- De moskee kan en wil hier in een rol in spelen, evenals Malika Lhaddouchi en Youssef Yaghdi.
- Verder zijn er nog enkele namen genoemd van sleutelfiguren die benaderd kunnen worden, namelijk: Mina Ben Lakadem, flatbewoner Rikkie en Lenie van Hart.
- Bereid de samenleving voor op dementie door voorlichting, signalering, normalisering en laagdrempelige ontmoeting en aandacht.

§ 4. Conclusies

Alle deelnemers aan de dialoogsessies hebben in meerdere of mindere mate **te maken met dementie**. Velen hebben familieleden met dementie, zowel hier in Nederland als in eventuele land van herkomst. Een aantal deelnemers is zelf vergeetachtig of begint de eerste signalen van dementie te laten zien. Meerdere deelnemers geven aan dat zij meerdere buurtbewoners of bezoekers van de moskee kennen met dementie. Sommigen geven aan dat dit meer lijkt te worden dan voorheen. Opvallend is dat meerdere deelnemers vertellen dat er veel herinneringen aan de jeugdperiode en jongvolwassenheid naar voren lijken te komen.

De belangrijkste behoefte waaraan **activiteiten** zouden moeten bijdragen is volgens de deelnemers aan de dialoogsessies sociaal contact. Hier kan op een heleboel manieren vorm aan gegeven worden, als er maar aandacht en contact is. Activiteiten waarbij er bewogen of gesport wordt zijn ook zeer gewenst. Dit is gezond en leuk, en hiervoor worden allerlei verschillende mogelijkheden aangedragen. Voorlichting over dementie is ook welkom, van het opmerken van de eerste verschijnselen tot een leefstijl die preventief kan werken. Vooral sommige mensen met een migratieachtergrond zijn nog niet goed bekend met dementie, de mogelijkheden om hiermee om te gaan en de hulpvoorzieningen die er zijn. Veel deelnemers zien het ook zitten om een uitje te organiseren of hierin te participeren, waarbij er met een busje een mooie of educatieve plek wordt bezocht. Dit is goed voor het sociaal contact, de prikkeling van het geheugen en het plezier. Locaties om elkaar te ontmoeten zijn echter schaars en wel essentieel. Men is het erover eens dat de activiteiten in de buurt moeten plaatsvinden, om het voor alle vergeetachtige buurtbewoners toegankelijk te maken, tenzij het een uitje met een busje betreft. Een waardevol advies is mensen op hun kwaliteiten aanspreken en te kijken en in te spelen op wat er wél kan met de vergeetachtige ouderen.

Er zijn veel overeenkomsten tussen **vergeetachtige ouderen met en zonder migratieachtergrond**. De verschillen zijn er ook, met name in verschillende jeugdherinneringen en culturele herkenning. Geschikte activiteiten moeten daar zodoende op aansluiten. Voor ouderen met een migratieachtergrond en hun omgeving is goede voorlichting extra belangrijk, omdat er niet altijd bekendheid is met dementie. De meeste deelnemers aan de dialoogsessies zijn voor homogene groepen, waarbij ouderen een zelfde culturele achtergrond hebben en dezelfde taal spreken. Maar er zijn ook deelnemers die voordeel zien in gemixte groepen, waar deelnemers van elkaar kunnen leren.

Een uitje naar een leuke, educatieve plek wordt vaak genoemd als een mogelijke eenmalige **pilotactiviteit** voor in de zomer van 2022. Het belangrijkste is dat het een activiteit is waarin men elkaar ontmoet, kennismakt en sociaal contact opdoet. Dit kan op allerlei manieren, bijvoorbeeld aan de hand van een knutselactiviteit, muziek maken of luisteren, bewegen en/of met elkaar eten. Ook met elkaar een stuk groen beheren in de openbare ruimte wordt genoemd. Dit wordt mogelijk via het project Cascoland gerealiseerd. Ten slotte is het organiseren van een lotgenotencontactengroep een idee, waarbij naasten van ouderen met dementie bij elkaar kunnen komen.

Inloop met thee en koffie helpt om een **buurtnetwerk van vergeetachtige, thuiswonende ouderen** op te bouwen. Met deze groep kunnen er dan ook activiteiten georganiseerd worden. Zinvol is om op die manier per wijk of flat een contactpersonengroep op te bouwen, die behoeften kunnen ophalen bij de buurtbewoners en deze ook kunnen communiceren met het stadsdeel en de voorzieningen. Ook kunnen zij de bewoners informeren over de mogelijkheden. Het is raadzaam dat mensen met een migratieachtergrond een plek innemen in deze netwerken, om dat communicatie en aansluiting te vergemakkelijken. De moskee kan en wil hier in een rol in spelen, evenals Malika Lhaddouchi en Youssef Yaghdi.

§ 5. Overige opmerkingen en wensen

Tijdens de dialoogsessies zijn er nog meerdere opmerkingen gemaakt en wensen uitgesproken die niet direct een antwoord geven op de onderzoeksvragen uit paragraaf 1 van dit hoofdstuk. Deze worden in deze paragraaf weergegeven om geen informatie uit de sessies verloren te laten gaan.

Dialoogsessie 1

De groep Wildemannen heeft voor een goede voortzetting van hun groepsactiviteiten (die niet direct met vergeetachtige ouderen te maken hebben) de volgende wensen:

1. Hesjes voor voetbalteams (20 keer) en 2 fluitjes (type: blaaspompfluitje)
2. Eigen vaste plek
3. Koffiezetapparaat
4. Grotere sportzaal, bijvoorbeeld in de Calandhal.

Ze vragen zich af of het niet mogelijk is deze wensen op te nemen in een brief gericht aan het stadsdeel? Of om de stadsdeelvoorzitter Emre Unver of een wethouder (die erover gaat) bij onze mannengroep uit te nodigen?

Dialogosessie 4

De deelnemers zoeken een antwoord op de volgende vragen:

1. Hoe kun je als Marokkaans- Nederlandse vrouw de begrafenis van je moeder, die in het buitenland is, in Nederland regelen? En hoe is dat financieel te organiseren, wie betaalt dat?
2. Een groot probleem voor Marokkaans-Nederlandse ouderen, die niet of slecht Nederlands spreken, is het bezoek aan de huisarts of medische voorzieningen. Hun kinderen werken vaak of gaan naar school en kunnen pas na 18:00 uur als tolk mee. Zij zijn dus aangewezen op een avondsprekuur. Het gevolg hiervan is dat deze doelgroep ruim gebruik maakt van eerste hulp voorzieningen en huisartsenposten. Hoe kunnen we dit verbeteren?

Dialogosessie 5

De deelnemers aan deze sessie spreken uitvoerig over woonvormen voor ouderen. De beste woonvorm van ouderen is een mix van ouderen en gezin met opgroeiende kinderen, menen zij. Veel ouderen genieten van het geluid van spelende kinderen. Dat is levensvreugde. Maar vlakbij jongeren wonen is lastiger, die geven vaak geluidsoverlast en hebben een ander ritme dan de ouderen.

In Amsterdam West is door organisatie 'Andalouse' een Marokkaans-Nederlandse woongroep gerealiseerd voor elf ouderen met een migratieachtergrond. Ieder woont op zichzelf en deelt een gemeenschappelijke woonruimte voor het kijken van televisie en dergelijke. Voor ouderen die in een privéwoning wonen is het ook belangrijk dat er een ontmoetingsplaats voor ze is waar ze kunnen samenkomen. Dan voelen ze zich minder alleen, ze voelen zich vaak eenzaam thuis.

De Lodewijk van Deysselbuurt wordt gesloopt en opnieuw gebouwd. In de bouwplannen wil men ook rekening houden met de woonwensen van ouderen. Voor veel ouderen met een migratieachtergrond is een ideale woonvorm: een zelfstandige woonruimte met een gezamenlijke huiskamer voor contact, samen huilen/lachen en televisie kijken. Veel ouderen met een migratieachtergrond komen uiteindelijk alleen te wonen. Dat levert voor hun modern levende kinderen (die druk zijn met baan en gezinsleven) stress op: "Ik moet voor mijn ouders zorgen maar heb er geen tijd voor." Aan de andere kant schamen ze zich voor het sturen van de ouders naar dagbesteding. Juist door verantwoorde dagbesteding aan te bieden op een leuke plek, die er goed uitziet en goed wordt begeleid, haal je bij de kinderen gevoelens van schaamte weg.

De woonvormen en woonvoorzieningen die geschikt zijn voor ouderen met een migratieachtergrond hebben een lift (of bevinden zich op de begane grond), en een drempel voor de deur voor het gemakkelijk in- en uitstappen van de auto.

Het OLVG-ziekenhuis verzorgt voorlichting en advies over dementie, hoe je dat kunt signaleren en vertragen. De kern van hun advies is: gezond eten, voldoende bewegen, stress vermijden (zo veel mogelijk) en ondernemen van sociale activiteiten.

Dialogosessie 7

Deze dialogosessie stond niet alleen in het teken van de onderzoeksvragen uit hoofdstuk 1. Het programma bestond uit meerdere delen, namelijk: vertoning van de film 'the Father' (over dementie), nabespreking van de film en een opstart naar een lotgenotengespreksgroep.

De reacties op de film die in subgroepen zijn besproken zijn als volgt samen te vatten:

1. Inleiding op de film biedt veel houvast voor de kijker.
2. Is de film nu realistisch of overtrokken? Kan het echt zo zijn?
3. Wat kun je tijdig regelen voor jezelf?
4. Dementie is een verzamelnaam voor meer dan 50 ziektevormen (Alzheimer, Lewy Body dementie, vasculaire dementie, etc.).
5. We moeten beter nadenken over hoe we preventie over dementie kunnen regelen. Dat moet verder uitgediept worden. Signaleren van dementie begint eigenlijk met het besef dat het niet pluis is. Dan moet je doorpakken en vragen om advies of diagnose. Te onbekend is waar je dan terecht kunt.
6. Belangrijk voor begeleiding bij dementie is dat je meebeweegt met de persoon i.p.v. er tegenin te gaan.
7. Dementie roept gevoelens op van onmacht bij zowel de betrokkene als omgeving.
8. Tijdig signaleren van dementie is belangrijk.
9. ESAN wil vervolgactiviteiten over dit vraagstuk organiseren.

Er wordt aangeraden om het boek 'De dag door met dementie' van Anneke van der Plaats te lezen. Zij is een geriater uit Maastricht en grondlegger van kleinschalig wonen en meebewegen met dementerenden. Haar stelling is dat agressie uit dementie voortkomt uit de angst voor het niet begrijpen van wat er gebeurt. Agressie is het vluchtgedrag. Op basis van vertrouwen kun je goede stappen in de begeleiding zetten. Mensen met dementie zijn niet gek maar ziek. De kunst is om de mens achter de demente mens te leren kennen.

Er wordt gepraat over de te volgen procedure bij vermoedens van dementie. Dementie is een ziekte die vastgesteld moet worden door artsen. Ga bij twijfel eerst naar de huisarts, die, als het nodig is, een verwijzing zal regelen voor nader onderzoek. Gedrag wat lijkt op dementie kan ook te maken hebben met andere ziekten, zoals een tekort aan vitamine D en B12. Mensen met beginnende dementie kunnen terecht bij wijkverpleegkundigen of bij het welzijnswerk/buurthuis, want het is ook goed om in kleine groepen over dementie te praten. Je moet dementie niet alleen maar medicaliseren. In dat soort groepen kun je ook de grote vraag over dementie aan huisarts of ziekenhuis leren stellen. Als het bijvoorbeeld, met het

invullen van belastingformulier, niet meer goed gaat dan kan dat een signaal zijn. Maar dat hoeft niet perse te betekenen dat je dementie hebt.

Er wordt afgesloten met de opmerking dat het jammer is dat er voor dit soort groepsbijeenkomsten in Nieuw-West geen Alzheimer café is. Je kunt dementie uiteindelijk alleen maar verzachten, met elkaar dragelijk maken. Probeer er nog en mooie tijd van te maken. Door samen erover te praten en samen te bedenken hoe je ermee om kunt gaan.

Dialogosessie 8

Veel van de aanwezige ouderen zijn ontevreden over de organisatie van het zorgpersoneel. Omdat er constant wisselingen zijn in het zorgpersoneel wordt er geen vertrouwensband opgebouwd, de gezichten veranderen steeds. Daarnaast is het personeel soms onder gekwalificeerd, heeft te weinig tijd voor het maken van een praatje, of heeft helemaal geen passie voor het werk.

Het merendeel van de ouderen is wel tevreden over de zorg en aandacht die zij van de gemeente krijgen. Echter, er zijn ook ouderen met minder positieve ervaringen. Een mevrouw heeft zes maanden moeten wachten totdat zij de beloofde aanpassingen in haar huis daadwerkelijk kreeg. Een ander kon voorheen gratis gebruik maken van een scooter, maar na bemoeienis van de gemeente moest zij hiervoor maandelijks € 92,- betalen.

Het merendeel van de aanwezige ouderen tevreden met de zorg die ze krijgen, maar vindt wel dat de zorg niet eerlijk verdeeld is. Een aantal kent ook iemand persoonlijk die aandacht en zorg tekort komt. De aandacht en zorg vanuit gemeente Amsterdam moet eerlijk, en beter verdeeld worden onder de ouderen, vinden zij.

Hoofdstuk 3. Piloactiviteiten

Inleiding

In dit hoofdstuk zijn een drietal proefpilots beschreven met nieuwe activiteiten voor dagbesteding die naar voren zijn gebracht in straat enquêtes, dialoogsessies en tijdens overleggen van de projectgroep. Voor de uitvoering was in de projectbegroting een activiteitenbudget gereserveerd. Dit uitproberen van nieuwe ideeën kan de vernieuwingszin stimuleren van voorzieningen en andere betrokken partijen bij hun zoektocht naar goede oplossingen voor dagbesteding van de groeiende doelgroep van thuiswonende vergeetachtige ouderen met een diverse culturele achtergrond. Terugkoppeling van de eerste ervaringen met deze kleine experimenten is daarom ook van belang.

§ 1. Bezoek aan tuinhuis Het Groene Hart op 13 september 2022

De zon schijnt volop op de nazomerse dinsdag als een groep van dertien seniore Marokkaanse vrouwen elkaar op afspraak treft voor de ingang van een lokale supermarkt. Ze gaan naar een nabij volkstuincomplex waar zorgaanbieder Cordaan in tuinhuis 'Het Groene Hart' dagbesteding aanbiedt aan ouderen.

In een stoet van twee busje en een personenautogaan gaan ze met enkele begeleiders op weg naar de bestemming. Voor de meeste van hen is het volkstuincomplex terra incognito. Vol verbazing over dit oer-Hollandse paradijsje met prachtige tuintjes en huisjes lopen ze door naar het tuinhuis van Cordaan. Na een rondje thee, koffie en cakejes verteld de begeleidster van Cordaan over het activiteitenprogramma. Naast natuurlijk de gezelligheid met elkaar kun je er ook: snoeien, sproeien, wieden zaaien, planten en andere voorkomende werkzaamheden om tuin en tuinhuis in stand te houden. Elke deelnemer wordt betrokken bij werkzaamheden die hem of haar het meest boeien. Er is ook tijd voor creatieve activiteiten. De begeleidster vertelt uitvoerig over het fenomeen volkstuin, omdat dat in migrantenkringen nogal onbekend is. Enkele vrouwen zijn benieuwd hoe je aan een huisje komt. Ze vinden het jammer dat deze alleen te koop zijn en niet voor een kortere periode zijn te huren. Dan is het tijd voor een wandeling over de vele kleine paadjes en bruggetjes van het grote complex. Daar heeft iedereen zin in. Op het terrein staat ook een verenigingsgebouw dat wordt gerund door bewoners van het volkstuincomplex en waar elk weekend sociale activiteiten worden georganiseerd.

Eenmaal terug bij het tuinhuis van Cordaan wordt er gepraat over wenselijke activiteiten voor Marokkaanse seniore vrouwen. Het idee ontstaat om een groep te formeren die in eerste instantie één keer per maand vanuit een woonzorgcentrum in buurt met een busje naar de tuin wordt gebracht. Bij die gelegenheid kunnen ook andere wensen worden besproken. Die afspraak staat.

Dan is het bezoek afgelopen. Op de weg terug hangt er een vrolijke stemming in de busjes. Enkele vrouwen vragen of het mogelijk is ook uitstapjes te maken naar verdere bestemmingen. Zij kennen Nederland niet goed. Zuid-Limburg lijkt één van hen wel leuk, daar waar de heuvels zijn en de mensen zo raar praten.

Een begeleidster vermoed dat er onderling en in breder familieband nog veel nagepraat zal worden over dit uitje. De bedoeling van de pilot om bekendheid te geven aan het fenomeen dagbesteding onder migranten en de wenselijke en nieuwe vormen daarvan is daarmee geslaagd.

§ 2. Bezoek aan Cascoland

De Lodewijk van Deysselbuurt in Amsterdam Nieuw-West staat aan de vooravond van sloop en nieuwbouw. Woningcorporatie Rochdale heeft Cascoland uitgenodigd de herinrichting en activering van de pandjes en de publieke ruimte in en om de Van Deysselstraat vorm te geven in samenwerking met buurtbewoners.

De Lodewijk van Deysselstraat, een winkelstraat met een unieke architectuur die ooit het kloppende hart vormde van de Van Deysselbuurt, bood begin 2018 een troosteloze aanblik op de mooie winkelpandjes die deels waren dichtgetimmerd of voor andersoortige ondernemingen werden gebruikt.

Cascoland heeft de opdracht de Lodewijk van Deysselstraat tot een collectieve sociale ondernemersstraat maken met een uitstraling voor de gehele buurt.

Rondom die sociale buurtondernemers ontstaan als vanzelf een informele zorgomgeving waar veel buurtondernemers kunnen werken als schakel tussen formele en informele zorg. Cascoland wil zich inzetten om dit sociaal kapitaal te behouden in de buurt, ook tijdens en na de vernieuwingsslag. Doel is om het 'deel-denken' dat essentieel is voor kleinschalige ondernemingen in de straat door te trekken naar de publieke en groene buitenruimte. Zo is al in 2019 de Social Garden ontstaan en in 2020 en begin gemaakt met de Fruittuin Van Moerkerken verderop in de buurt. Verder zet Cascoland zich in voor de inrichting van andere openbare groene plekken in de buurt. Onderdeel hiervan zou kunnen zijn een tuin onderhouden door vergeetachtige ouderen die daar een aangename vorm van dagbesteding aan kunnen hebben.

Eén van de aanwezige vrouwen bij dialoogsessie 5 is actief bij het buurtproject Cascoland in de Lodewijk van Deysselbuurt. Dit initiatief richt zich op het activeren van sociale activiteiten die bijdragen aan de leefbaarheid van de buurt door het opnieuw in gebruik nemen van leegstaande bedrijfsruimtes en sociale herinrichting van openbaar groen. Dat maakt het mogelijk een locatie openbaar groen toe te wijzen voor de doelgroep van vergeetachtige ouderen met passie voor tuinieren. Cascoland is bereid om in de openbare ruimte in de buurt waar ze het beheer over hebben een stuk groen beschikbaar te stellen aan vergeetachtige ouderen. Daar kunnen ze bijvoorbeeld kippen houden, een fruittuin aanleggen en onderhouden of gewoon langskomen om van de natuur te genieten. Dit idee wordt opgepakt door de betreffende contactpersoon. Het is een vorm van dagbesteding waarbij ook mogelijkheden voor het inzetten van buurtvrijwilligers.

Stichting Mantelzorg & Dementie pakt de handschoen op en organiseert voor ouderen met dementie twee bezoeken aan Cascoland. Hiervan zijn de volgende verslagen gemaakt:

- **Bezoek aan Cascoland van 23 september 2022**

Op 23 september zijn er 10 deelnemers van twee verschillende groepen op bezoek geweest bij Cascoland. Bij het programma is er veel aandacht geweest voor muziek. Twee vrijwilligers van M&D, Jamal en Jordy hebben muziek gemaakt. Er is veel gezongen. Er is gezamenlijk appeltaart gemaakt. Vanuit Cascoland werd er een lunch georganiseerd. Ook is er een korte wandeling over het terrein gemaakt. De deelnemers hebben aangegeven het leuk te vinden eens wat anders te doen. Het comfort vonden ze wel wat minder fijn.

- **Bezoek van 30 oktober 2022**

Op 30 oktober zijn er 7 deelnemers van de Marokkaanse en de Surinaams/Indische groep op bezoek geweest bij Cascoland. Bij aankomst werd de groep ontvangen met een kopje thee met Marokkaanse munt. De deelnemers hadden het erg naar hun zin bij Cascoland. Ze kregen een rondleiding door de tuin. Ook mochten ze mee helpen met groenten snijden uit de tuin voor de linzensoep. Daarna hebben ze gezamenlijk een lunch gehad. Ze vonden het heerlijk allemaal.

§ 3. Interculturele burendag

Eind september wordt in heel Nederland de inmiddels traditionele nationale burendag georganiseerd. Dit is een dag waarop veel ontmoetingsactiviteiten op wijkniveau plaatsvinden met als doel om meer sociale cohesie te creëren.

Tien actieve bewoners van de seniorenflat aan de Ookmeerweg in het noordelijke puntje van Osdorp hebben besloten daar ook aan mee te doen met een interculturele burendag. “We komen elkaar tegen in de lift van de flat, maar raken niet in gesprek. Dat zou toch anders kunnen?”. Zo gezegd zo gedaan.

Het plan is een gezellige ontmoetingsactiviteit op te zetten waar senioren van alle culturen met elkaar kunnen kennismaken samen met een contactpersoon uit de Marokkaanse gemeenschap. Er worden koffie, thee en hapjes geserveerd en er is een aanbod aan muziekactiviteiten en spelletjes. Tevens worden bezoeker geïnformeerd over de buurtactiviteiten die bestaan voor senioren bewoners van Osdorp. Oor ouderen in het noordelijke puntje van Osdorp besluiten om daar iets aan te doen. Het organisatiecomité bereidt alles voor; stoelen en tafels worden geleend, een muzikant wordt geregeld, er worden afspraken gemaakt voor koffie, thee en hapjes. De actieve vrouwen nodigen de bewoners uit de woonflat uit, en maken ook reclame voor deze dag in naburige flats. De contactpersoon krijgt een Marokkaanse mannengroep zo ver dat ze Marokkaanse lekkernijen gaan serveren. Jammer is dat in de nacht vóór de geplande burendag het weer omslaat. De partytenten waaien weg en ook is het door de regen en wind niet prettig vertoeven buiten. Gelukkig kan gebruikt gemaakt worden van een ruime, overdekte stalling voor fietsen en scootmobiel van de seniorenflat. Die ochtend verschijnen klokslag elf uur de eerste bezoekers. Daarna verzamelen zich steeds meer Marokkaanse, Turkse en Hollandse ouderen in de droge en windstille fietsenstalling waar het geurt naar koffie, Marokkaanse koekjes aangeboden door een lokale mannengroep, en pasteitjes uit

verre landen die thuis zijn klaargemaakt door buurtbewoners. De gezelligheid neemt verder toe wanneer ome Willem zijn muziekinstallatie aanzet. Geleidelijk aan raken steeds meer mensen met elkaar in gesprek. Ook met bewoners die ze nooit eerder hebben gesproken. Al met al wordt deze burendag bezocht door zo'n 70 tot 80 mensen, waarvan ruim een kwart met een migrantenachtergrond. Tegen twee uur gaan de meeste mensen tevreden naar huis.



A colorful poster for 'BURENDAG' (Neighborhood Day) at 'Omgeving Ookmeerweg'. The poster features a large red rose in the top left corner. The title 'BURENDAG' is in large, bold, orange letters, and 'Omgeving Ookmeerweg' is in teal. Below the title, a brown rounded rectangle contains a list of activities: 'Gezelligheid en muziek', 'Koffie, thee en hapjes', 'Sjoelen en spelletjes', and 'Info buurtactiviteiten'. The date and time, 'Zaterdag 24 september 11:00-14:00 uur', and the location, 'Waar? Ingang Ookmeerweg 268', are written in purple. The bottom of the poster is decorated with a green hill and various colorful flowers. At the bottom, there are four logos: 'Gemeente Amsterdam Nieuw-West', 'ZonMw', 'BURENDAG oranje fonds', and 'BETROKKEN BUURT'.

 **BURENDAG**
Omgeving Ookmeerweg

- Gezelligheid en muziek
- Koffie, thee en hapjes
- Sjoelen en spelletjes
- Info buurtactiviteiten

Zaterdag 24 september 11:00-14:00 uur
Waar? Ingang Ookmeerweg 268

   

§ 4. Vervolgacties

Inmiddels zijn er meerdere plannen in ontwikkeling voor nieuwe proefpilots. Daarnaast hebben enkele professionele aanbieders binnen hun aanbod ruimte gecreëerd voor dagbestedingsactiviteiten die afgestemd zijn op de wensen van ouderen met een migrantenachtergrond. Al met al gaat er van het ZonMw project een stimulerende werking uit op het vernieuwen van de dagbesteding voor de groeiende groep van ouderen met een cultureel diverse achtergrond.

Hoofdstuk 4. Implementatieplan

Inleiding

Afgesproken is op basis van de bevindingen van dit onderzoeksproject ook een voorstel te ontwikkelen voor een implementatieplan voor zinvolle en toekomstbestendige dagbesteding ten behoeve van cultureel gemêleerde doelgroep in het gehele stadsdeel Nieuw-West (§ 1). Specifiek onderdeel van dit implementatieplan is een antwoord op de vraag of en hoe een duurzaam buurtgericht netwerkverband van vertegenwoordigers van bewoners en voorzieningen kan bijdragen aan deze passende dagbesteding (§ 2).

§ 1. Voorstel voor een implementatieplan

Het voorstel voor een implementatieplan voor stadsdeel Nieuw-West gaat in op de volgende vragen:

- Wat doen we al goed en wat kan beter?
- Welke aanbod aan zinvolle dagactiviteiten hebben we nodig?
- Welke afspraken zijn er nodig om tot een samenhangend aanbod van dagbesteding te komen?

1) Wat gaat goed en wat kan beter

Uit de stroom beleidsdocumenten (zie bijlage 4), relevante literatuur en andere documenten (zie bijlage 3) en ook gesprekken met betrokkenen van de projectgroep rond dit onderzoeksproject valt af te leiden dat er een breed besef is dat de veranderende bevolkingssamenstelling als gevolg van vergrijzing en culturele diversificatie consequenties heeft voor de inzet van zorg en welzijn van ouderen. Bestaande voorzieningen spannen zich steeds meer in om hun aanbod af te stemmen op de veranderende omstandigheden. Bij enkele bestaande professionele voorzieningen wordt geëxperimenteerd met een passend aanbod voor senioren migrantengroepen. Tegelijk is er sprake van een toenemend aantal nieuwe cultuurspecifieke voorzieningen die zich richten op nieuwe doelgroepen, met name groeperingen met een migratieachtergrond. De kunst is deze nieuwe ontwikkelingen de komende tijd een volwaardige plek te geven in regulier beleid op Amsterdams en op landelijk niveau.

2) Toekomstig aanbod voor zinvolle dagbesteding

Vanuit ervaringen opgedaan in onderhavig onderzoeksproject zijn de volgende indicatieve aanwijzingen af te leiden voor de vormgeving van dagbesteding voor ouderen met een migratieachtergrond waarbij sprake is van vergeetachtigheid:

- Realisatie van broodnodige nabije ontmoetingsplekken voor ouderen. Vooral indoor, maar ook outdoor. In verband met de beperkte mobiliteit van de doelgroep het liefst één locatie binnen een straal van 250 meter van huis.
- Voor de Wildemanbuurt en de verdere omgeving van Osdorp is overzicht gemaakt van (potentiële) indoor en outdoor ontmoetingsplekken voor

dagbesteding van ouderen (zie bijlage 5). Hopelijk kan deze inventarisatie benut worden om het steeds verder afnemende aanbod van ontmoetingslocaties voor ouderen om te buigen naar een uitbreiding. Goed bedoeld ouderenbeleid staat of valt hiermee.

- Er is vooral behoefte aan sociale ontmoeting in combinatie met allerlei vormen van bewegingsactiviteiten, variërend van korte wandelingen tot sportactiviteiten, met bij dit laatste ook deskundige begeleiding.
- De meeste ouderen wensen vooral vrijetijdsaanbod in de buurt. Voor een klein deel mag dat ook buiten de buurt plaatsvinden. Een kleine helft wil graag elke dag een vrijetijdsaanbod, voor een ruime helft mag dat in een wekelijks of tweewekelijks ritme plaatsvinden
- De meeste ouderen uit de doelgroep hebben voorkeur voor begeleiding van het vrijetijdsaanbod door medewerkers die dezelfde culturele achtergrond hebben en taal spreken. Voor een derde is dit niet nodig.

3) Afspraken voor een samenhangend aanbod van dagactiviteiten

In stadsdeel Nieuw-West wonen ongeveer 160.000 mensen, waarvan ca. 55% met een niet-westerse achtergrond en ca. 13% van 65 jaar en ouder.

Het stadsdeel bestaat uit 16 wijken en 57 buurten. Verreweg de meeste buurten zijn woongebied. Enkele buurten zijn vooral in gebruik als industriegebied.

In principe zou voor elke woonbuurt een buurtgerichte ouderennetwerk kunnen worden opgezet, waarin vertegenwoordigers van bewonersgroeperingen en vertegenwoordigers van professionele en informele door vrijwilligers gerunde voorzieningen in samenspraak een passend aanbod van activiteiten op het gebied van welzijn, zorg en wonen kunnen bepalen. Om deze investering in gezamenlijke betrokkenheid rendabel en duurzaam te laten zijn, is het verstandig zoveel mogelijk vraagstukken van ouderen ten aanzien van welzijn, zorg en wonen hier aan de orde te stellen. Dus geen buurtgerichte ouderenraad voor alleen de dagbesteding van vergeetachtige ouderen, maar een netwerk dat zich uitspreekt over een breed spectrum van vraagstukken van ouderen uit de eigen buurt.

Risico's van partijdigheid en ondeskundigheid moeten worden beperkt door maximalisering van de zittingsduur. Actieve werving en scholing van nieuwe vertegenwoordigers is benodigd, evenals facilitering door vrijwilligersvergoedingen en ondersteuning met gespecialiseerde externe expertise.

§ 2. Voorstel voor buurtgerichte ouderennetwerken

Eén van de vragen waar dit onderzoek ook een antwoord op wil geven is of een duurzaam buurtgericht netwerkverband van vertegenwoordigers van bewoners en voorzieningen kan bijdragen aan passende dagbesteding voor de doelgroep en hoe dat eruit zou kunnen zien. Deze vraag is ook de dialoogsessies aan de orde gesteld. Op basis van de optekende reacties zijn enkele meer algemene overwegingen over voor- en nadelen van vormen van bewonersvertegenwoordiging opgesomd en twee voorstellen voor buurtgerichte ouderennetwerken uitgewerkt voor beide

pilotbuurten, respectievelijk de Wildemanbuurt en omgeving en de Lodewijk van Deysselbuurt.

1) Algemene overwegingen

In het meer en minder recente verleden is Amsterdam de nodige ervaring opgedaan met vormen van bewonersvertegenwoordiging.

- Regiegroep bewonersinitiatieven, die nog steeds bestaan en waar bewoners een subsidievoorstel voor een buurtactiviteit kunnen indienen.
- Bewonersraden, zoals een ouderenraad. De ouderenraad is jaren gelden opgeheven.
- Democratische experimenten met buurtbudget waarbij bewoners per wijk in de gelegenheid worden gesteld plannen in te dienen voor de verbetering van hun woonomgeving en de leefbaarheid.

Niet voor niets zijn deze en andere vormen van bewonersinitiatieven vergankelijk. Ze worden opgezet, functioneren een poosje om dan weer te verdwijnen om al dan niet na lange tijd plaats te maken voor iets nieuws.

Naast de voordelen van inspraak van bewoners in zaken die hen aangaan, zijn in de dialooggesprekken ook enkele nadelen van deze vormen van bewonersraadpleging naar voren gebracht.

- Een bezwaar is het risico van cliëntelisme: bewonersvertegenwoordigers bevoordelen soms de buurtgenoten waar zij veel contact mee hebben boven andere buurtbewoners.
- Probleem kan ook zijn dat het voor buurtvertegenwoordigers wel eens moeilijk is om bij gebrek aan budget keuzes te moeten maken uit een veelheid aan ingediende plannen. De teleurstelling die dit oproept bij indieners kan negatieve reacties oproepen met nare sociale consequenties voor de betrokken buurtvertegenwoordigers.
- Knelpunt kan ook zijn dat het bewonersvertegenwoordigers soms ontbreekt aan de benodigde specifieke expertise om weloverwogen keuzes te maken. Dit valt deels op te lossen door inschakeling van extern professioneel advies.
- Een lastig probleem dat al veel langer speelt bij vrijwilligerswerk, vooral als het gaat om meer bestuurlijke inzet, is dat het bijna altijd hetzelfde kleine clubje oude getrouwen is die voor deze taken beschikbaar zijn.
- Ook is gezegd dat bewonersvertegenwoordiging vaak een wassen neus is, omdat uiteindelijk professionals van voorzieningen en overheid de besluiten nemen.
- Een belangrijke voorwaarde voor goed functioneren van bewonersvertegenwoordiging in een combinatie van buurtvrijwilligers en professionals is de continuïteit van de organisatie. Deze voorwaarde staat nogal op gespannen voet met de vele personeelsswisselingen die zich voordoen bij professionele voorzieningen en de overheid. Het kost de nieuwelingen telkens weer tijd om vertrouwd raken met de bewonersvertegenwoordigers en de vraagstukken die in de buurt spelen.

- Er is synergievoordeel te behalen uit de samenvoeging van - al dan niet gedeeltelijke en/of al dan niet tijdelijke - vormen van bewoners-vertegenwoordiging die zijn ingesteld vanuit meerdere beleidsterreinen. Een goed voorbeeld hiervan is het combineren van bewonersbetrokkenheid bij stedelijke vernieuwing en welzijnswerk.

2) **Ouderenraad voor Wildemanbuurt e.o. en Lodewijk van Deysselbuurt**

Een buurtgerichte ouderenraad voor de Wildemanbuurt en omgeving en voor de Lodewijk van Deysselbuurt zou er qua doel, samenstelling en werkwijze als volgt uit kunnen zien:

- De ouderenraad heeft als tweeledig doel:
 - Vertolken van de behoeften en wensen van oudere buurtbewoners op een breed terrein van relevante welzijns-, zorg- en woonvraagstukken die bij hen spelen, gericht op zowel het langer thuis wonen als andere vormen van wonen. Dat kan variëren van dagbesteding voor vergeetachtige ouderen, valpreventie en gezonde leefstijl tot woonaanpassingen, etc.
 - Overleggen met professionele en vrijwillige voorzieningen op het gebied van welzijn, zorg en wonen over het realiseren van een aanbod dat aansluit bij de geconstateerde behoeften en wensen.
- De ouderenraad bestaat uit maximaal 20 personen en een onafhankelijk voorzitter/secretaris. Het gaat om tien buurtbewoners die verschillende groepen/categorieën van oudere buurtbewoners vertegenwoordigers, 5 vertegenwoordigers van professionele voorzieningen en 5 vertegenwoordigers van vrijwilligersinitiatieven die zich inzetten voor de doelgroep. Vertegenwoordigers van alle drie typen partijen hebben een zittingsduur in de ouderenraad van minimaal drie en maximaal 5 jaar.
- De ouderenraad komt drie keer per jaar bij elkaar om vraagstukken op het gebied van welzijn, zorg en wonen aan de orde te stellen en te adviseren over oplossingen.
- Vrijwilligers die deelnemen aan de ouderenraad worden gefaciliteerd met trainen/scholing in communicatie en organiseren en met een vrijwilligersvergoeding.
- De ouderenraad heeft recht op professionele ondersteuning vanuit het welzijnswerk en andere relevante specialismen op het gebied van zorg en wonen.

Bijlage 1. Tabellen

Tabel 1. Leeftijd respondenten

Uw leeftijd:

	Frequency	Valid Percent
Totaal 0-24 jaar	108	20,5
Totaal 25-54	127	24,1
Totaal 55-74	195	37,1
Totaal 75 +	96	18,3
Total	526	100,0

Tabel 2. Geslacht respondenten

U bent:

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	man	188	35,7	40,5	40,5
	vrouw	276	52,5	59,5	100,0
	Total	464	88,2	100,0	
Missing	System	62	11,8		
Total		526	100,0		

Tabel 3. Land van geboorte contact doelgroep

In welk land is deze persoon geboren/opgegroeid?

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Marokko	94	17,9	30,1	30,1
	Turkije	27	5,1	8,7	38,8
	Suriname/ Antillen	33	6,3	10,6	49,4
	Nederland	128	24,3	41,0	90,4
	Anders	30	5,7	9,6	100,0
	Total	312	59,3	100,0	
Missing	System	214	40,7		
Total		526	100,0		

Tabel 4. Leeftijd contact doelgroep

Hoe oud is deze persoon ongeveer?					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	jonger dan 54 jaar	4	,8	1,3	1,3
	55-74 jaar	126	24,0	40,6	41,9
	75 of ouder	180	34,2	58,1	100,0
	Total	310	58,9	100,0	
Missing	System	216	41,1		
Total		526	100,0		

Tabel 5. Woonsituatie contact doelgroep

Hoe woont deze persoon?					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	alleen	160	30,4	55,4	55,4
	met man/vrouw	96	18,3	33,2	88,6
	met kinderen	14	2,7	4,8	93,4
	anders	19	3,6	6,6	100,0
	Total	289	54,9	100,0	
Missing	System	237	45,1		
Total		526	100,0		

Tabel 6. Woonduur contact doelgroep

Hoe lang woont deze persoon in de buurt?					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0-1 jaar	1	,2	,4	,4
	1-5 jaar	15	2,9	5,3	5,7
	6-9 jaar	7	1,3	2,5	8,2
	10 jaar of langer	258	49,0	91,8	100,0
	Total	281	53,4	100,0	
Missing	System	245	46,6		
Total		526	100,0		

Tabel 7. Conditie contact doelgroep

Hoe gaat het met deze persoon?					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Goed	98	18,6	33,9	33,9
	Niet zo goed	158	30,0	54,7	88,6
	Weet niet	33	6,3	11,4	100,0
	Total	289	54,9	100,0	
Missing	System	237	45,1		
Total		526	100,0		

Tabel 8. Moeilijkheden contact doelgroep

Waar gaat het niet zo goed mee?		Frequency
	Huishoudelijke bezigheden	650
	Medische zorg	236
	Financiële en woontechnische zaken	152
	Mentale zorgen, waaronder eenzaamheid	373
	Naar buiten gaan en bewegen	213

Tabel 9. Voldoende hulp contact doelgroep

Is deze hulp voldoende?					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ja	97	18,4	39,4	39,4
	nee	73	13,9	29,7	69,1
	weet niet	76	14,4	30,9	100,0
	Total	246	46,8	100,0	
Missing	System	280	53,2		
Total		526	100,0		

Tabel 10. Vrijtijdsactiviteiten contact doelgroep

Zijn er genoeg vrijetijdsactiviteiten voor deze persoon?					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	ja	49	9,3	22,4	22,4
	nee	105	20,0	47,9	70,3
	weet niet	65	12,4	29,7	100,0
	Total	219	41,6	100,0	
Missing	System	307	58,4		
Total		526	100,0		

Tabel 11. Activiteitenbehoeften contact doelgroep

Aantal keren genoemd	Activiteit
297	Sociaal contact
213	Fysieke activiteit (veelal wandelen, fietsen, zwemmen, anderszins bewegen)
83	Een buurthuis
70	Thee/ koffie drinken
59	Spelletjes (kaarten, joelen, scrabble)
59	Aandacht van – en sociale dingen doen – met familie
52	Samen eten
48	Informatie geven over dementie/tips (aan ouderen, familie, mantelzorgers)
39	Structurele sociale ondersteuning (buren, vrienden, algemeen)
39	Hulp bij financiën / administratie/ taken / schuldhulp
34	Herinneringen ophalen
33	Naar buiten gaan / naar het park / naar het strand
33	In hun waarde laten / geduld / aandacht / luisteren / sympathie / respect / liefde / mixen van zelfstandigheid en gemeenschappelijkheid
31	Creatief bezig zijn (schilderen, tekenen, knutselen, mozaïek, creatief schrijven, textiel, puzzelen)
30	Hulp bij huishouding en tuinonderhouding
28	Muziek luisteren (van vroeger)
28	Geheugen spelletjes / -puzzels / -steuntjes
23	Dagopvang / dagbesteding
23	Professionele ondersteuning / zorg / hulp / mantelzorg / respijtzorg
21	Lachen / plezier maken / leuke dingen doen / opvrolijken
21	Liedjes zingen
17	Hobby's uitoefenen (workshops, fotografie, bloemschikken, bingo, theater, schaken)
11	Moskeebezoeken
10	Koken / bakken
10	Betere samenwerking met, en meer aanbod vanuit gemeente
8	Muziek maken
8	Verhaal/krant/gedichten lezen of voorgelezen worden
8	Foto album bekijken
8	Meer vrijwilligers (voor activiteitenbegeleiding, voor aan huis, voor meehelpen met bijv. afwassen)
8	Activiteiten voor ouderen / aangepast op ouderen. Veilig en niet te moeilijk, zoals therapeutische gymnastiek
8	Met oude vrienden iets doen / oude vrienden opzoeken

7	Tuinieren (bijvoorbeeld bij de Stadsboerderij)
7	Lessen (Nederlands, Arabisch, computers, email)
7	Oude plekken bezoeken
7	Activiteit voor oud en jong gemixt / inkluderend
6	Bellen / telefoneren (telefoongroep/cirkel)
5	Theehuis / lunchroom / koffiehuis / huiskamer
5	Bijeenkomst organiseren (waar familie ook bij mag zijn)
5	Islamitische thuiszorg (uit SPSS)
4	Activiteiten voor allerlei verschillende culturen
4	Betere woonomstandigheden
4	Creëren van ouderengemeenschap / buurtnetwerk om elkaar te helpen
4	Dansen
3	Ouderen vakanties
3	Feestavond voor ouderen
3	Geen behoefte aan activiteiten buitenshuis
3	1 op 1 activiteit met buddy
3	Betrekken bij het moderne leven
3	Doen wat je gewend bent
3	Marokkaanse tv (uit SPSS)
2	Stoel-yoga
2	Films kijken
2	Openbaar vervoer toegankelijker voor ouderen (dit verlaagt de drempel om activiteiten te ondernemen en er op uit te gaan)
2	Therapie (met familieleden)
2	Winkelen
2	Mediaprogrammering voor de doelgroep met zwart/wit beelden (oude foto's, tv, radio)
2	Dagje Almere/Weesp
2	Invalide parkeerplek (uit SPSS)
1	Sun sessies, sun therapie (Stop Urineverlies Nu)
1	Kleinschalige opvang
1	Gratis voedsel
1	Gezelschapsdieren
1	Een evenement
1	Zorgboerderij
1	Artis
1	Meer 1e lijns zorg, minder 2e lijns

Tabel 12. Plaats activiteit contact doelgroep

		Waar moet dat plaatsvinden?			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	in de buurt	351	66,7	87,5	87,5
	buiten de buurt	15	2,9	3,7	91,3
	alles goed	35	6,7	8,7	100,0
	Total	401	76,2	100,0	
Missing	System	125	23,8		
Total		526	100,0		

Tabel 13. Frequentie activiteit contact doelgroep

		Hoe vaak?			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Dagelijks	149	28,3	43,1	43,1
	Wekelijks	156	29,7	45,1	88,2
	Anders	41	7,8	11,8	100,0
	Total	346	65,8	100,0	
Missing	System	180	34,2		
Total		526	100,0		

Bijlage 2. Enquêteformulier

Graag wil ik wat vragen over vergeetachtige ouderen in de Wildemanbuurt/Lodewijk van Deysselbuurt en activiteiten waardoor ze langer thuis kunnen blijven wonen. Uw adviezen helpen. Meedoen is anoniem/uw naam blijft geheim. (Antwoorden aankruisen of kort opschrijven)

- 1) **Kent u familie/buurtbewoners die oud en vergeetachtig zijn?** ☐ Ja ☐ Nee (naar vr. 17)
Wie dan? ☐ Ik ☐ opa/oma ☐ ouders ☐ ooms/tantes ☐ broers/zussen ☐ buurtbewoners
- 2) **Hoe oud is deze persoon ongeveer?** ☐ jonger dan 54 jaar ☐ 55-74 jaar ☐ 75 of ouder
- 3) **Hoe woont deze persoon?** ☐ alleen ☐ met man/vrouw ☐ met kinderen ☐ anders:
- 4) **Hoe lang woont deze persoon in de buurt?** ☐ 1-5 jaar ☐ 6-9 jaar ☐ 10 jaar of langer
- 5) **In welk land is deze persoon geboren/opgegroeid?**
☐ Marokko ☐ Turkije ☐ Suriname/Antillen ☐ Nederland ☐ Anders:
- 6) **Hoe gaat het met deze persoon?** ☐ Goed ☐ Niet zo goed ☐ Weet niet
- 7) **Wat gaat niet zo goed?**

☐ Koken, eten/drinken	☐ Medicijnen innemen	☐ Eenzaam, weinig contact
☐ Slapen	☐ Geldzaken regelen	☐ Naar buiten gaan, reizen
☐ Wassen, aankleden	☐ Aanpassingen in huis	☐ Bewegen, sporten
☐ Boodschappen doen	☐ Schaamte	☐ Vrijtijdsactiviteiten
☐ Huishoudelijk werk	☐ Nare reacties omgeving	☐ Anders:
☐ Gezondheid	☐ Onrustig leven: bang/boos/in de war	
- 8) **Wie helpt deze persoon?**

☐ Man/vrouw	☐ Huisarts
☐ Kinderen	☐ Thuiszorg - Welke?
☐ Andere familie	☐ Andere zorgvoorziening - Welke?.....
☐ Buren/buurtbewoners	☐ Buurthuis/huiskamer - Welke?
☐ Moskee/kerk - Welke?	
☐ Vrijwilligersorganisatie - Welke?	
☐ Anders:	
☐ Niemand. Zou deze persoon wel hulp willen? ☐ Ja ☐ Nee ☐ Weet niet	
- 9) **Is deze hulp voldoende?** ☐ Ja ☐ Nee ☐ Weet niet
- 10) **Zijn er genoeg vrijetijdsactiviteiten voor deze persoon?** ☐ Ja ☐ Nee ☐ Weet niet
- 11) **Welke vrijetijdsactiviteiten vond deze persoon vroeger leuk wat nu niet meer kan?**
.....
- 12) **Aan welke vrijetijdsactiviteiten is vooral behoefte?**
.....
.....
.....
- 13) **Waar moet dat plaatsvinden?** ☐ In de buurt ☐ Buiten de buurt ☐ Alles goed
- 14) **Hoe vaak?** ☐ Dagelijks ☐ Wekelijks ☐ Anders:
- 15) **Moeten begeleiders dezelfde taal spreken/culturele achtergrond hebben?** ☐ Ja ☐ Nee
- 16) **Wilt u een keer langer praten over vergeetachtige ouderen in de buurt?** ☐ Ja ☐ Nee
- 17) **Wilt u meehelpen met activiteiten voor vergeetachtige ouderen?** ☐ Ja ☐ Nee

Naam:

Telefoon:

Email:

18) **U bent:** ☐ man ☐ vrouw; Leeftijd: ... jaar Woonbuurt/straat:

Bedankt voor het gesprek!

Naam interviewer

Datum gesprek

Dagdeel

.....

.....

(Ochtend/Middag/Avond)

Bijlage 3. Geraadpleegde literatuur, websites en documentatie

Ahmiane, F. & Oepts, L. (2019). *Jasmijn op pad. Rapportage werkwijze Team Jasmijn*. Stichting Doras

Alderliesten, H. (z.d.). *Movisie: dossier Dementie*. Geraadpleegd van: <https://www.movisie.nl/dementie>

Alderliesten, J., Bektas, G., Ramnaker, L. (2022). *Hier is dementie even weg. Bevorderende en belemmerende factoren bij de realisatie van zinvolle daginvulling voor mensen met dementie*. Movisie.

Alzheimer Nederland (z.d.). *Samen dementie vriendelijk*. Initiatief van Alzheimer Nederland en het ministerie van VWS. Geraadpleegd van: <https://www.samendementievriendelijk.nl/>

Bastiaanse, H. (2022). *Ouderen vereenzamen in Rotterdam: 'Wegbezuinigde welzijnsprofessional blijft noodzakelijk'*. Geraadpleegd van: <https://www.zorgwelzijn.nl/ouderen-vereenzamen-in-rotterdam-wegbezuinigde-welzijnsprofessional-blijft-noodzakelijk/>

Ben Sajat Centrum (z.d.). *Programma Dementia en sociale netwerk*. Geraadpleegd van: <https://bensajetcentrum.nl/programma/langdurige-zorg-en-dementie/>

Brandeis, S., *Leven met dementie in stadsdeel Nieuw-West. Verslag van een middag in R Paré op Wereld Alzheimer Dag, 21 september 2022*.

CBS (2022). *Informatie over Gezondheid en Zorg registers in het SSB/DSC. Versie 2.4*. Geraadpleegd van: <https://www.cbs.nl/-/media/cbs-op-maat/zelf-onderzoek-doen/gebruikershandleiding-sgz-registers-2021.pdf>

Crielaard, L. (2022). *Verslag co-creatie traject van de coalitie Chronisch Zieken in het kader van gemeentelijk programma Amsterdam Vitaal & Gezond*.

De Goede, S. & Klaasse Bos, N. (2013). *Buurtscan Samen voor Osdorp Gezond*. Combiwel

Dijk, M. & Mak, S. (2020). *Betere zorg voor thuiswonende Amsterdamse ouderen. Handreiking voor huisartsenpraktijken*. Elaa

Dijkshoorn, H. & Julius, M. (2020). *Gezondheid en welbevinden in stadsdeel Nieuw-West. Resultaten Amsterdamse Gezondheidsmonitor 2020*. GGD Amsterdam.

Gemeente Amsterdam (2022). *Kletsen op een wormenbankje*. Geraadpleegd van: <https://www.amsterdam.nl/stadsdelen/west/nieuws/kletsen-op-een-wormenbankje>

Helder, C. (2022). *Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO)*. Kamerbrief van de minister voor Langdurige Zorg en Sport

- Kukenheim, S. (2021). *Amsterdam Vitaal & Gezond: stand van zaken en vooruitblik 2022*. Raadsinformatiebrief aan de gemeenteraad Amsterdam van de wethouder Zorg
- Kukenheim, S. (2022). *Inhoudelijke uitgangspunten nieuwe aanbestedingsprocedure Dagbesteding*. Raadsinformatiebrief aan de gemeenteraad Amsterdam van de wethouder Zorg
- Lössbroek, J. en T. Fokkema (2022). Waar komt armoede onder gepensioneerde migranten vandaan?. *Demos*, 38(10), p. 5-7
- Oude Ophuis, R. (2022). *Wonen in Amsterdam (WIA) leefbaarheid rapportcijfers bewoners. Factsheet: Significante ontwikkelingen 2019-2021 Nieuw-West*. Geraadpleegd via: <https://openresearch.amsterdam/nl/page/81947/wonen-in-amsterdam-wia-leefbaarheid-rapportcijfers-bewoners>
- Riffi-Bougrina, M. (2021). *Resultaten enquête Vernieuwing Lodewijk van Deysselbuurt*. InPublic Advies & Projectmanagement
- Stam, C. (2022). *De PlusBus gaat digitaal voor de levenskwaliteit en zelfredzaamheid van ouderen*. Geraadpleegd van: <https://www.zorgwelzijn.nl/de-plusbus-gaat-digitaal-voor-de-levenskwaliteit-en-zelfredzaamheid-van-ouderen/>
- Stichting Mantelzorg en Dementie (z.d.). *Aanbod*. Geraadpleegd via: <https://mantelzorgendementie.nl/aanbod/>
- Toksöz, Z. & Hindriks, M. (2022). Zorgen om de zorg. *MUG*, p. 12-17
- Van den Buuse, S. & De Boer, A. (2021). *Nieuwe woonvormen dringend nodig voor mensen met dementie. Resultaten van een peiling van Alzheimer Nederland onder ruim 1.400 mensen met dementie, mantelzorgers en zorgprofessionals*. Alzheimer Nederland
- Van der Put, A. & Van der Lippe, T. (2022). Vitaliteitsbeleid helpt oudere werknemers gezond te blijven. *Demos*, 38(7), p. 1-4
- Van Oorsouw, A. (2022). Tips om zelf overeind te blijven. *MUG*, p. 18-19
- Van Wezel, N. (2022). *Knowing about forgetting: Perspectives and outcomes regarding dementia in family caregivers with a Turkish, Moroccan or Surinamese migration background*. XXL-Press.
- Yerden, I. & Kaya, D. (2021). *Woonwensen Marokkaanse en Turkse ouderen in Amsterdam: een verkennend onderzoek*. !Woon in samenwerking met HTIB en EMCEMO.

Bijlage 4. Beleidsontwikkelingen in Amsterdam en landelijk

Inleiding

In deze bijlage wordt een schets gegeven van de ontwikkelingen op het gebied van ouderenbeleid in Amsterdam en op landelijk niveau, zodat afgewogen kan worden in hoeverre de in dit rapport gepresenteerde implementatievoorstel in bredere beleidsontwikkelingen past.

Zicht op de beleidsmatige context van ouderenbeleid van zowel de gemeente Amsterdam als het landelijke ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport maakt duidelijk welke aanknopingspunten en mogelijkheden er zijn voor een implementatieplan voor structureel, stevig ouderennetwerk op buurniveau. Er doen zich meerdere beleidsontwikkelingen voor op zowel Amsterdams gemeentelijk niveau als landelijk niveau.

1. Amsterdam Vitaal & Gezond¹

In 2020 is het project Amsterdam Vitaal en Gezond (AV&G) gestart. De AV&G partners (de gemeente, Zilveren Kruis, zorg- en welzijnsaanbieders verenigd in Sigra en Cliëntenbelang) zetten zich in voor toekomstbestendige zorg en welzijn in Amsterdam en voor gezonde en vitale burgers, zodat zij ook in 2040 passende ondersteuning en zorg ontvangen. De doelen zijn concreet: 1) alle Amsterdammers gelijke kansen op goede gezondheid en 2) tien gezonde levensjaren erbij voor alle kwetsbare Amsterdammers in 2040. De inzet is om de preventie-infrastructuur in de stad te verbeteren, want voorkomen is beter dan genezen. Dit vindt plaats met behulp van een systeemaanpak: voor elke AV&G doelgroep - Amsterdammers met psychische problemen, jeugdigen en gezinnen, Amsterdammers met een chronische ziekte en ouderen - nadrukkelijk wordt gekozen voor een beweging naar preventie en het aanpakken van factoren in de sociale, fysiek-economische en zorgomgeving die van invloed zijn op de gezondheid.

Bij de start van het project AV&G zijn acht coalities gevormd die focussen op de doelgroepen en de thema's waarbij de samenwerking het hardste nodig is. De vier doelgroep coalities richten zich op ouderen, mentale gezondheid, chronisch zieken en jeugd en gezin, en de vier thema coalities zijn gecentreerd rond de thema's arbeidsmarkt en onderwijs, digitale zorg, groei van de groene stad en acute zorg. Alle coalities zijn begonnen met het in kaart brengen van wat er al bestaat aan initiatieven, welke lange termijnvisies nodig en gewenst zijn, en welke korte termijnopbrengsten al te behalen waren. De coalities maken hiervoor concrete uitvoeringsagenda's.

Eén van de pilots die op basis van deze uitvoeringsagenda's zijn ontwikkeld, is de Social Trials Dementie, een pilot integrale zorg en ondersteuning voor mensen met dementie. Het doel van deze pilot is om Amsterdammers die met dementie te maken krijgen een beter afgestemd en verbonden aanbod van professionele hulp te kunnen bieden. Ook de informele zorg krijgt binnen die gezamenlijk aanbod een plek. De Social Trials bieden bewoners met dementie dus ondersteuning door een mix van

¹Bron: Brief 1 aan de gemeenteraad Amsterdam van de wethouder Zorg: Simone Kukenheim, d.d. 19 november 2021, onderwerp: Amsterdam Vitaal & Gezond: stand van zaken en vooruitblik 2022

informele zorg en professionals met diverse zorgachtergronden. Deze Social Trials worden op meerde plekken in het land gerealiseerd en geëvalueerd, en uit de eerste resultaten blijkt dat “mensen met dementie en hun naasten door een meer welzijnsgerichte ondersteuning een grotere kwaliteit van leven ervaren en dat zij langer en prettiger thuis kunnen blijven wonen.” (p. 4) Financiering voor deze ondersteuning komt nu uit meerdere wetten tot stand en er is dus nog geen eenduidige, passende bekostiging. Voor deze vorm van integrale ondersteuning bestaat echter nog geen passende bekostiging. Hier richten de AV&G partners zich momenteel op.

Andere pilots die direct of indirect met mensen met dementie te maken hebben, zijn 1) GGZ vriendelijke wijk in Zuidoost (een netwerk dat bestaat uit zowel de partners van de coalitie als partners uit de nulde, eerste en tweedelijns zorg, ervaringsdeskundigen en vertegenwoordigers van lokale bewonersinitiatieven, dat zichtbaar maakt welke thema's er in de wijk spelen op het gebied van mentale gezondheid en gezamenlijk aan oplossingen werkt, met een focus op lokale informele gemeenschappen), en 2) Nieuwe, integrale ketenafspraken valpreventie (een georganiseerd netwerk van de AV&G partners dat goede afspraken gemaakt over een nieuw integraal ontwerp voor effectieve valpreventie).

Volgens de raadsbrief van de wethouder Zorg van 19 november 2021 gaat het project op dat moment, na een start van anderhalf jaar, een nieuwe fase in, waarbij er meer focus ligt op ‘het hoe’: het daadwerkelijk realiseren van de opgehaalde en beschreven korte termijnambities, en op een duidelijke lange termijnvisie op een structureel verbeterde sociaal medische samenwerking met bijbehorende bekostiging. In de brief wordt erkend dat sociaal maatschappelijke bewegingen een rol spelen in de gezondheidsklachten en ondersteuningsbehoeften van Amsterdammers, waarmee de sociale basis een belangrijke plek inneemt in de verbeterplannen.

Om de sociaal medische samenwerkingen te realiseren werken meerdere coalities uit het AV&G project op dit moment aan een aanvullende, strategische agenda. Zo ook de Coalitie Ouderen. Deze werkt ten tijde van de raasbrief aan “een ontwikkelstrategie 2022-2025 die gebaseerd is op een breed gedragen perspectief op vitaal ouder worden richting 2040. Wat is er nodig om vitaal oud te worden in Amsterdam? Hoe organiseren we (mantelzorg)ondersteuning en zorg, de woonopgave, de betrokkenheid en rol van ouderen daarin en de verbinding met aanpalende domeinen zoals openbare ruimte en mobiliteit? En wat vraagt dit van de wijze waarop we dat bekostigen?” (p. 8). Hierin zullen de concrete maatregelen en interventies op het gebied van langer thuis wonen voor ouderen onder andere beschreven worden. Ook de coalities Groei van de stad en Mentale gezondheid zetten zich in voor een lange termijnstrategie om thuiswonende ouderen en hun naasten beter en met een focus op welzijn te ondersteunen. Deze ontwikkelingen hebben overlap met onderhavig implementatieplan en bieden zodoende aanknopingspunten voor inbedding.

2. Nieuwe aanbestedingsprocedure Dagbesteding Amsterdam²

In 2021 heeft het Amsterdamse College besloten te starten met het voorbereiden van een aanbestedingsprocedure voor Dagbesteding. Sindsdien is er hard gewerkt aan de inhoudelijke uitgangspunten die behoren bij de dienst Dagbesteding. De belangrijkste boodschap bij de geïntroduceerde aanbesteding is dat niet de markt, maar de Amsterdammer centraal staat.

Dagbesteding biedt Amsterdammers die niet alles zelfstandig meer kunnen ondersteuning op het gebied van daginvulling, met als uitgangspunten maatschappelijke participatie en het hebben van sociale contacten. “Dagbesteding is aanvullende, specialistische groepsondersteuning die leidt tot het behalen van individuele doelen. Die doelen kunnen gerelateerd zijn aan ontmoeten, sociale contacten, maatschappelijk verkeer, zingevende activiteiten, toeleiding naar een vorm van betaald werk en het ondersteunen van mantelzorg. Dagbesteding bestaat dan ook uit veelheid van activiteiten, zoals sociale activiteiten, creatieve activiteiten, sportieve activiteiten en werk gerelateerde activiteiten.” (p. 1).

De vier vormen van dagbesteding die in de raadsbrief besproken worden, zijn:

- 1) Inloopdagbesteding. Sociaal contact staat hier centraal, op een veilige plek om informeel andere mensen te ontmoeten. Ook mantelzorgers hebben hier behoefte aan. Het is belangrijk dat mensen hier herkend worden en professionele zorgbehoeften worden gedetecteerd.
- 2) Meedoen. Een plek waar men structureel en met een vaste regelmaat kan in groepsverband activiteiten onderneemt, wederom om sociaal contact te hebben en om uitvoer te kunnen blijven geven aan de eigen kwaliteiten en vaardigheden. Dit kunnen sociale, creatieve of sportieve activiteiten zijn, die kunnen uitmonden in vrijwilligerswerk. Zo kunnen zij mee blijven doen met de maatschappij.
- 3) Meewerken. Sommige Amsterdammers hebben aan dit meedoen een grote behoefte en willen graag een bijdrage te leveren aan de maatschappij, maar kunnen dat zelf niet organiseren. Voor hen is het wenselijk een werkomgeving te organiseren waar het veilig is en er weinig druk op hen wordt uitgevoerd. Zo kunnen zij activiteiten en werkzaamheden blijven uitvoeren die maatschappelijke waarde hebben.
- 4) Meewerken plus. Sommigen van de ‘meewerkers’ willen graag betaald werk doen (veelal beschut werk of werken naar loonwaarde). Met inzet van extra begeleiding middels een Meewerken-plus traject is dit mogelijk.

Om deze doelen te behalen ontwikkelt de gemeente een nieuwe inkoopprocedure voor het Amsterdamse zorgstelsel. Hiervoor worden ook ontwikkelopdrachten geformuleerd. De ontwikkelopdracht relevant voor de doelgroep van onderhavig implementatieplan is de ontwikkelopdracht Inloop dagbesteding. Doel is om verbinding te realiseren met de sociale basis in de stadsdelen. Het gaat om het ontwikkelen van aansluiting en samenwerking tussen Wmo-voorzieningen en welzijnsvoorzieningen zoals bewoners- en buurtinitiatieven, is in de raadsbrief te lezen. Inloopdagbesteding past goed bij de functie van de sociale basis om

²Bron: Brief 2 aan de gemeenteraad Amsterdam van de wethouder Zorg: Simone Kukenheim, d.d. 18 januari 2022, onderwerp: Inhoudelijke uitgangspunten nieuwe aanbestedingsprocedure Dagbesteding

laagdrempelige activiteiten te organiseren voor een zinvolle dagbesteding en het opdoen en onderhouden van sociale contacten. Om deze ontwikkelopdracht verder te concretiseren wordt met de betrokken partijen (gemeente, stadsdelen en aanbieders) samengewerkt. De uitgangspunten die daarbij nu al bekend zijn hebben te maken met een goede spreiding van inlooptmogelijkheden, aansluiting bij de behoeften van bewoners, continuïteit, deskundige begeleiding, en stevige samenwerking en verbinding met andere dagbesteding aanbieders en zorg- en welzijnsprofessionals.

Hoe de aanbesteding en de inkoopprocedures verder zullen verlopen wordt ten tijde van het schrijven van de raadsbrief nog onderzocht.

3. Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO)³

WOZO is een landelijk programma van het ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport dat bij wil dragen aan een brede maatschappelijke beweging om een omslag te maken in de organisatie van ondersteuning en zorg, dat zich aanpast aan de behoeften van ouderen om zo lang mogelijk de regie over het eigen leven te houden. De speerpunten zijn: zelf als het kan (zelfredzaamheid bevorderen), thuis als het kan (woonvormen en omgevingen die passen bij ouder worden) en digitaal als het kan (inzet van digitale zorg technologieën). Vanwege de verschillende wensen en mogelijkheden van ouderen moet er sprake zijn van een persoonsgerichte en effectieve aanpak die ingezet wordt in de eigen omgeving

Gezien we te maken hebben met vergrijzing enerzijds – het aantal ouderen neemt toe en de levensverwachting ook – en een oplopend zorgpersoneelstekort anderzijds is het noodzaak de ouderenzorg anders te organiseren, waardoor meer mensen goede steun en zorg kunnen ontvangen. Deze beweging kan alleen verder op gang komen als overheid goed samenwerkt met de sector, ouderen, patiënten en cliënten. Om de randvoorwaarden hiervoor te realiseren zijn er vijf actielijnen binnen het programma:

1. Samen vitaal ouder worden
2. Sterke basiszorg voor ouderen
3. Passende Wlz-zorg
4. Wonen en zorg voor ouderen
5. Arbeidsmarkt en Innovatie

Met name actielijn 1 Samen vitaal ouder worden past schept sluit qua doelstellingen en werkzaamheden aan bij onderhavig implementatieplan. De doelen hebben namelijk te maken met zelfregie en zelfredzaamheid enerzijds, en samenredzaamheid anderzijds: een stevig sociaal netwerk met ondersteuning, passend bij de eigen cultuur en gewoonten. Om binnen deze actielijn meteen concrete stappen te zetten zijn er 40 lokale trajecten gestart die werken aan ‘Samen ouder worden’, waarvan de resultaten en vervolgttrajecten na afronding eind 2023 duidelijk worden. Actielijn 1 hangt samen met andere programma’s van de landelijke overheid, zoals Toekomst Wmo, Preventie in het zorgstelsel, Een tegen eenzaamheid, Versterken mantelzorg & respijtzorg, en Aanpak valpreventie.

³Bron: Kamerbrief minister Langdurige zorg en Sport: Conny Helder, d.d. 4 juli 2022, onderwerp: Programma Wonen, Ondersteuning en Zorg voor Ouderen (WOZO)

In de eerste fase van het programma is de koers bepaald, zoals beschreven in deze raadsbrief. In de volgende fase wordt deze koers uitgewerkt tot een concreet programma en maatregelenpakket, met bijbehorende financiering.

Bijlage 5. Lijst (potentiële) ontmoetingsplekken in Osdorp

Inleiding

In principe zijn er in Osdorp talrijke plekken voor ontmoetingsactiviteiten van bewoners in zowel accommodaties als in de buitenruimte. Dat geldt ook voor dagbesteding van vergeetachtige ouderen. Veel van deze mogelijkheden worden echter niet benut om verschillende redenen.

- Accommodaties zijn al volop in gebruik en daar kan niets meer bij.
- Veel ruimtes zijn buiten kantooruren of schooluren om ontoegankelijk, vaak omdat de capaciteit voor toezicht en beheer ontbreekt.
- In het meer en minder recente verleden zijn bij bezuinigingsrondes ontmoetingsgelegenheden gesloten of hebben een andere bestemming gekregen.
- Soms ook is er sprake van onwil om andere doelgroepen van een accommodatie te laten maken. Wat absoluut ook een rol speelt is dat accommodaties duur zijn en niet iedereen de prijs daarvoor kan betalen. Dat geldt zeker voor bewoners met een krappe beurs.

Met dit overzicht van (potentieel) ontmoetingsplekken in Osdorp willen we laten zien dat er in de praktijk van alledag op dit moment in Osdorp helaas niet zoveel toegankelijke locaties zijn voor bewoners in het algemeen en vergeetachtige ouderen in het bijzonder. Dat geldt zeker voor plekken waar je gemakkelijk en zomaar voor praatje kunt binnenlopen. Aan de andere kant zijn er in potentie wel redelijk veel plekken die daarvoor opengesteld kunnen worden met, al dan niet met een kleine of grote ingreep.

Hopelijk biedt deze op zich nog incomplete lijst van locaties en opties de nodige inspiratie om in elk geval het aanbod van mogelijkheden voor sociaal contact te verruimen voor vergeetachtige ouderen met behoefte aan dagbesteding.

§ 1. Lijst van specifieke locaties en opties

1) Seniorengym Ookmeerflat

Gym-activiteit Sciandri bij het liftplein op de zesde etage. Combineren met gezellig koffiedrinken zou een goed idee zijn. Vroeger was in de flat op de begane grond een ontmoetingsruimte gevestigd die door bezuinigingen is opgeheven. De huidige bewoners hebben de wens dat deze ruimte in ere wordt hersteld.

Ookmeerweg 268, 1068 AX Amsterdam.

2) Buurtmeetingpoint Wildeman

Behalve ontmoeten biedt de ruimte ook voor fietsreparatie. Het is een initiatief van Bewonerscommissie Wildeman.

Reinveen, 1068 LL Amsterdam.

3) Binnentuinen middelhoogbouw Wildemanbuurt

Deze binnentuinen bieden in principe veel mogelijkheden voor sociale ontmoetingsactiviteiten van buurtbewoners van alle leeftijden.

4) Accommodatie Carnavalsvereniging D'Osseknarren

Carnavalsvereniging 'D'Osseknarren' heeft een accommodatie op de Nieuwe Laan in de Wildemanbuurt. Deze te huren ruimte is een geschikte accommodatie voor buurtactiviteiten.

Nieuwe Laan 34-A, 1068 BZ Amsterdam.

t. 020 610 9326 | verhuur@osseknarren.amsterdam

5) Vroegere ontmoetingsruimtes in hoge flats Osdorp

Meerdere hoge flats in Osdorp beschikten vroeger over een algemene ontmoetingsruimte. Deze zijn om allerlei redenen in ongebruikt geraakt en nu vaak in gebruik voor opslag. Is het een idee om deze ontmoetingsruimtes weer in ere te herstellen?

Voorbeelden van flats zijn: Klarenburg, Osdorperbanflat, Oklahamaflat en de Remijdenflat. In Coronatijd werd in de Remijdenflat op de vierde etage bij het liftplein een gym-activiteit aangeboden. Dat gebeurde soms ook buiten voor de flat of op het balkon. De flat beschikt over een huiskamer van tien vierkante meter waar bijvoorbeeld een koffie-ochtend gehouden kan worden. In de Oklahamaflat is nog een kleine ruimte waar op vrijwillige basis gelegenheid is voor het organiseren van ontmoeting.

6) Maatschappelijke plint nieuwbouw Lucas Community

De benedenruimten van de nieuwbouw van de Lucas Community biedt mogelijkheden voor sociale ontmoeting, voor ouderen, leerlingen van scholen, jongeren en dergelijken.

Notweg 32, 1068 LL Amsterdam

7) Garage Notweg

Garage Notweg is een gebouw van Woningcorporatie Ymere dat beschikbaar is gesteld voor sociale firma's. Verschillende gebruikers, waaronder The Beach, bieden sociale ontmoetingsactiviteiten aan buurtbewoners. Ymere heeft besloten het pand eind 2022 commercieel te verkopen.

Notweg 38, 1068 LL Amsterdam

8) Wildeman beweegt op de Osdorperban

De initiatiefgroep 'Wildeman Beweegt' is in gesprek met winkeliers op de Osdorperban om meer beweegactiviteiten te organiseren op de Osdorperban.

9) Station Wildeman

Station Wildeman is een accommodatie op Nieuwe Laan 34 in hartje Wildemanbuurt die ruimte biedt voor buurtorganisaties en bewonersinitiatieven die garant staan voor huurbetaling van minimaal vijf jaar. Enkele gebruikers organiseren sociale ontmoetingsactiviteiten voor bewoners:

Theetuin, vrijdagmiddag van 15:00 tot 17:00 uur.

Kopje koffie, woensdagmiddag van 10:00 tot 11:30 uur (georganiseerd door VoorUit).
Nieuwe Laan 34, 1068 BZ Amsterdam
t. 06 - 22343289 (community builder) t. 06 - 23308149 (ruimte huren)

10) Maatschappelijke plint nieuwbouw buurthuis 't Blommetje

Buurthuis 't Blommetje krijgen een nieuwe plek in de nieuwbouw van Hoeken es in Osdorp. Deze accommodatie biedt uitstekende mogelijkheden voor laagdrempelige sociale ontmoetingsactiviteiten.

Hoeken es 25, 1068 ML Amsterdam

t. 06 - 28639925 | huisvandewijk@combiwel.nl

11) Outdoor ontmoetingsplek Hoeken es / Tussen Meer

Op deze openbare ontmoetingsplek met stenen zitgelegenheid en dambordtafel zijn heel goed ontmoetingsactiviteiten te organiseren.

12) Bewonersvereniging SuHabuurt

Sinds kort bestaat de bewonersvereniging 'SuHabuurt'. De vereniging heeft de beschikking over een binnentuin en een activiteitenbudget.

13) Nieuwbouw gymzaal hoek Osdorperban / Notweg

In de planning staat de nieuwbouw van een gymzaal aan het begin van de Notweg. Behalve als gym-ruimte voor basisscholen is deze accommodatie ook zeer welkom voor beweegactiviteiten van andere buurtbewoners.

14) Ontmoetingsmogelijkheden OBA Osdorp

Steeds meer bibliotheken bieden steeds vaker ook sociale en educatieve activiteiten aan. Dat geldt ook voor de OBA op Osdorpplein. Op het programma staan activiteiten als: film, muziek, wandelen en themabijeenkomsten.

Osdorpplein 16, 1068 EL Amsterdam

t. 020 - 523 0900

15) Woongroep Ouderen

In de buurt van winkelcentrum Osdorpplein organiseert een woongroep van ouderen sociale activiteiten. Er bestaat ook een woongroep in Langswater, waarvoor welzijnsorganisatie Eigenwijks een huiskamer verzorgt. Deze woongroepen kunnen ook interessant zijn voor andere buurtbewoners.

16) PaMaKi-Huis

Onderzocht kan worden of de voormalige buurtkamer (het PaMaKi-Huis) in de SuHabuurt opnieuw gerealiseerd kan worden.

17) Pleintje Plesmanlaan

Onderzocht kan worden hoe het pleintje aan de waterkant van de Plesmanlaan benut kan worden voor sociale ontmoetingsactiviteiten.

18) Jeu de Boule vereniging Les Bohemiens De Petanque

JDB Vereniging De Petanque organiseert dagelijkse Jeu de Boule wedstrijden en iedere woensdag wordt er hier 'Goldensport' gegeven. Er is een overdekte kantine en ook is de ruimte beschikbaar voor een spreekuur voor mantelzorgers. De jaarlijkse kosten zijn € 10.000 all-in en worden betaald via ledencontributie. De kosten per activiteit zijn rond de € 10.

*Buziaustraart 32, 1068 KN Amsterdam
t. 020 - 619 1320*

19) Piet Wiedijkpark

Dit prachtige parkje in Osdorp met veel natuur en een speelweide biedt veel mogelijkheden voor sociale ontmoetingsactiviteiten.

20) De Wiedijk / het EECO

Het EECOgebouw aan de S.F. van Ossstraat in Osdorp is een centrum voor natuureducatie en milieu. Het biedt ook ruimte aan een kabouterhuis in beheer bij 'De Hippe Heks'. Dit kleine complex is geschikt voor een grote variëteit aan sociaal creatieve programma's.

*S.F. van Ossstraat 1, 1068 JJ Amsterdam
t. 06 - 38417931*

21) Plannen zorgcoöperatie Eastonstraat

Een woongroep van bewoners in- en rond de Eastonstraat is bezig met het ontwikkelen van zorg in eigen coöperatief beheer. In deze plannen zou ook aandacht geschonken kunnen worden aan sociale ontmoetingsactiviteiten voor buurtbewoners.

22) Winkelcentrum Osdorpplein

Het vernieuwde winkelcentrum Osdorpplein biedt in de winkels, maar ook in de openbare ruimtes, veel mogelijkheden voor sociale ontmoetingsactiviteiten van bewoners. Met een bankje en een drankje (koffie/thee) is dat tot plezier van bewoners gemakkelijk te regelen.

Osdorpplein 671, 1068 TC Amsterdam

23) Markt Tussenmeer

Een markt trekt van oudsher veel publiek. Bij de opzet van een markt zou meer rekening gehouden kunnen worden met sociale ontmoetingsactiviteiten. Welke mogelijkheden zijn er te bedenken voor de markt Tussenmeer Osdorp?

Tussen Meer, 1068 GA Amsterdam

24) Vrouw en-Vaart / Daadkracht

Vrouw en Vaart en Daadkracht, voor respectievelijk vrouwen en mannen, kunnen veel mogelijkheden bieden voor sociale activiteiten van bewoners in het algemeen.

25) Participatie-en activeringscentrum De Wachter

Dicht bij de Wildemanbuurt staat het participatie- en activeringscentrum De Wachter. Dit centrum kan de grote vraag naar ontmoeting en educatie van

buurtbewoners niet aan. Zo nu en dan is er een gaat je in het aanbod voor een nieuwe van buurtbewoners.

Wolbrantskerkweg 54, 1069 DA Amsterdam

26) Stadsboerderij

De Stadsboerderij aan de Botteskerksingel 30 B is een uitstekende indoor- en outdoor locatie voor sociale ontmoetings- en educatieve activiteiten voor buurtbewoners van alle leeftijden uit de Wildemanbuurt en omgeving.

Botteskerksingel 30B, 1069 XT Amsterdam

t. 06 – 24238818

27) Sportpark Ookmeer

Er zou beter gebruik gemaakt kunnen worden van de sportfaciliteiten die Sportpark Ookmeer te bieden heeft.

§ 2. Lijst van algemene locaties en opties

1) Moskeeën en kerken

Veel moskeeën en kerken hebben naast ruimte voor religieuze activiteiten ook ruimte voor sociale en educatieve programma's. Daar zou beter gebruik van gemaakt kunnen worden, ook voor bewoners die niet direct tot de doelgroep behoren.

We noemen enkele voorbeelden:

- Pauluskerk
- De Opgang
- De Suleyman moskee biedt beperkt ruimte voor sociale activiteiten van buurtbewoners.
Ookmeerweg 206, 1068 AX Amsterdam t. 020- 6199589
- Moskee El Mohadine staat ook open voor informatieve bijeenkomsten van buurtbewoners.

Borrendammehof 32, 1069 ZH Amsterdam

2) Parken en groenstroken

Parken kunnen beter worden ingericht voor sociale ontmoeting. Dat geldt voor het Botteskerkpark, maar ook voor het Stadspark.

Groenstroken, kleine plantsoenen en perken zijn ook goed in te richten als ontmoetingsplek voor bewoners met een picknicktafel, een kraantje of iets dergelijks. Een enkel voorbeeld is de groenstrook achter Moskee Suleyman.

3) Speelplekken en pierenbadjes

In de Wildemanbuurt en omgeving, maar ook in heel Osdorp, zijn talloze speelplekken ingericht voor kinderen. De kunst is deze speelplekken ook een ontmoetingskwaliteit te geven voor buurtbewoners in het algemeen. Bijvoorbeeld door bankjes te plaatsen of zitplaatsen te creëren. Dit geldt ook voor pierenbadjes.

4) Ontmoetingsruimtes in scholen

In principe kunnen veel scholen ruimte bieden voor ontmoeting en activiteiten voor buurtbewoners. Te denken valt aan: sportactiviteiten in gymlokalen en op schoolpleinen, kookactiviteiten, ontmoetingsactiviteiten na schooltijd. Voorbeelden van scholen zijn: de Osdorpse Montessorischool, het Calandlyceum, de Ichthusschool, School2Care (*Johan Braakensiekhof 31, 1068 KK Amsterdam*), en alle basisscholen.

5) Woonzorgcomplexen

Goed is om na te denken over een sociaal en educatief aanbod voor buurtbewoners vanuit woon-zorgcomplexen die Osdorp rijk is. Dat geldt bijvoorbeeld voor de Osdorperhof, waar Cordaan met andere zorg- en welzijnspartners toewerkt naar een mooi en steeds completer aanbod voor bewoners intern en uit de buurt. Hetzelfde geldt voor de locatie van woonzorgaanbieder Amsta aan het Oeverpad.

6) Aanbieders sociale basis

Voorzieningen die gesubsidieerd worden in het kader van sociale basis zouden meer rekening kunnen houden met de grote behoefte aan nabij sociaal contact van diverse groeperingen van buurtbewoners.

7) Wensen van de wijkzorgalliantie

Meerdere aanbieders van zorg en welzijn zijn voorstander van meer vaste toegankelijke inloopgelegenheden voor buurtbewoners met behoefte aan sociaal contact.

8) Eenzaamheid is een groot probleem

Uit allerlei onderzoek blijkt dat er sprake van ernstige eenzaamheid onder veel stedelingen, en met name 77-plussers en jongeren. Dat geldt ook voor Amsterdam (18% chronisch eenzaam), en in nog hogere mate voor kwetsbare buurten zoals de Wildemanbuurt en omgeving.

9) Combiwel

Vanuit de visie hoe je goed oud kunt worden in Amsterdamse buurten pleit welzijnsaanbieder Combiwel, die ook actief is in Osdorp, voor de realisatie van een buurthuiskamers of variant daarop in elk gebied met een straal van 200 tot 400 meter.