

Seniorenflat wordt ontmoetingsplek voor de buurt

Levendige ontmoetingsplekken

Carin Giesen bezoekt levendige ontmoetingsplekken in Nederland. Plekken waar mensen in gesprek raken. Waar ook mensen met een klein netwerk of mensen die zich eenzaam of geïsoleerd voelen, op hun gemak zijn. Dat kan zijn in een sociaal café, een gebouw in de buurt, een plek op straat of in het groen. Giesen is auteur van 'Sonnevanck, thuis in een openbaar lokaal' en als onderzoekster gespecialiseerd in sociale kwaliteit van openbare ruimtes. Met deze reportageserie willen Coalitie Erbij en Aedes-Actiz Kenniscentrum Wonen-Zorg mensen en organisaties inspireren om samen te werken aan méér levendige ontmoetingsplekken in het land.



Over De Spil

- De Spil is de ontmoetingsruimte van seniorenflat Sterrebos in Oss.
- De flat ligt in jaren-zestig-zeventig-wijk De Ruwaard, met ruim opgezette straten, rijtjeshuizen, galerijflats en veel groen.
- De 255 bewoners, waarvan 189 alleenstaanden, huren zelfstandig een appartement van woningcorporatie BrabantWonen, die nauw samenwerkt met zorgorganisatie BrabantZorg.
- De Spil is in 2012 grondig opgeknapt en beslaat 280 m². Door een schuifdeur ontstaat er een voorzaal van 170 m² met bar en open keuken en een achterzaal.
- De openingstijden zijn van 10.00 tot 21.30 uur; in het weekend tot 13.00 uur.
- Tussen 2009 en 2012 steeg het aantal ouderen dat voor het eerst binnenstapte van 180 naar 380. Gemiddeld zijn er 85 bezoekers per dag; in het weekend ca. 35.
- Behalve De Spil kent de wijk als voorzieningen voor ontmoeting alleen een buurtcentrum en een paar koffiezitjes in het nabijgelegen winkelcentrum.

Vorbij de receptie van de Sterrebosflat bereik ik via een lange gang ontmoetingsruimte De Spil. Ik kom kort na het warme middagmaal binnen in een nagenoeg leeggestroomde ruimte, waar de etensgeuren nog hangen. Het geheel oogt vriendelijk en is qua comfort afgestemd op senioren. Ik ga in gesprek met Sonja Haven (53), coördinator vrijwilligers & activiteiten van De Spil. "Sterrebos werd indertijd gebouwd als serviceflat voor uitsluitend vitale ouderen. Als je wat mankeerde kwam je er niet in. Tegenwoordig is de bewonerssamenstelling veel diverser: er zijn sociale huurwoningen, er wonen ouderen met een zorgindicatie en een kleine groep bewoners met een ggz-achtergrond."

Aanpak van eenzaamheid in de wijk

Haven begon in 1992 in De Spil om voor de flatbewoners activiteiten op te zetten en, daaraan gekoppeld, vrijwilligerswerk. “Ik regelde een ‘eetpunt’ waar de senioren hun individuele tafeltje-dekje-maaltijden gezamenlijk konden opeten, en startte activiteiten als sjoelen, breien en kaartavonden.” In 2007 besloten haar werkgever BrabantZorg en ouderenwerkorganisatie RIGOM de activiteiten in De Spil ook open te stellen voor kwetsbare senioren in de wijk die moeilijk de deur uit komen. Daarmee begon het project De Ontmoeting.

Kwetsbare ouderen moeilijk te bereiken

Dat ging niet vanzelf. Haven: “Flatbewoners zeiden: ‘De zaal is van ons’. Bestaande groepjes moesten worden opengemaakt. Er was best weerstand, van: ‘Wij hebben ons breiclubje, daar komt niemand bij’. Daar zei ik dan niets over. En na een paar maanden zei ik: ‘Ik heb nou een mevrouw die het fijn zou vinden als zij mee kan doen’. ‘Oh, laat haar dan maar een keer komen’, was de reactie. Zo kwam er heel langzaam openheid voor mensen van buiten.” Naar de buurt toe moest het imago worden afgebroken van Sterrebos als een bejaardenhuis waar je als wijkbewoner niets te zoeken hebt. “Het heeft wel drie jaar geduurd voordat het ging lopen”, zegt Haven. Het bereiken van kwetsbare ouderen uit de wijk viel bovendien niet mee. “We besloten daarom dat álle senioren welkom zijn. Dat werkte: actieve senioren tronen buurtbewoners die alleen zitten mee naar De Spil.”



Van tai-chi tot filmavond

Senioren komen naar De Spil voor een praatje, de krant of het biljart of voor groepsactiviteiten als spelletjesavonden, koersballen, samen zingen of een filmavond. “Er is keuze genoeg voor iedereen”, vertelt een tevreden bezoeker. Haven vindt het belangrijk dat er ook moderne activiteiten zijn, zoals tai-chi en creatieve workshops. “Die spreken ook veertigers aan. Hen

vraag ik dan: is er niet iemand bij u in de straat voor wie dit leuk is?” De coördinator en vrijwilligers dragen activiteiten aan, maar ook bezoekers. “Bijvoorbeeld: iemand wil klaverjassen. Dan ga ik op zoek naar andere belangstellenden. ’t Kan best een half jaar duren, maar uiteindelijk lukt het altijd. Of bezoekers bedenken samen iets. Dan vraag ik: waarmee kan ik jullie ondersteunen? Met een vrijwilliger, materiaal, gereedschap?” Vrijwilligers stimuleert ze om iets te doen met hun talenten. “Zo’n talent wordt uitgewerkt tot een activiteit, als daar belangstelling voor is.”

Restaurant zonder ellenlange plannen

Een activiteit die bij uitstek senioren trekt, is samen eten: het is gezellig, verbreedert en verbindt. Vooral het avondeten, legt Haven uit. Want het dagelijkse middagmaal wordt voornamelijk gebruikt door Sterrebosbewoners die op hun vaste plek en tijd aan tafel gaan; een typerend beeld van een ‘bejaardenhuis’. Daarbij aansluiten is voor senioren uit de wijk niet aantrekkelijk. “Daarom hebben we een lossere versie van het restaurant bedacht, voor ’s avonds. Dat trekt een diverser publiek.” Het avondrestaurant draait sinds mei twee keer per week, soms rond een thema, aangedragen door een bezoeker. Het opzetten was een hele onderneming. Haven: “Je moet gewoon beginnen, gaandeweg aanpassen. Zeker geen ellenlange plannen maken.”

Eenvoudige dagopvang bedacht

De coördinator illustreert hoe zij inspeelt op ontwikkelingen die kwetsbare ouderen raken. “Een paar jaar geleden zag ik aankomen dat er een categorie extra kwetsbare senioren gaat ontstaan die niet meer via de AWBZ-gelden aan dagopvang mee kunnen doen, doordat de grondslag om een indicatie te krijgen, strenger wordt. Voor die mensen zijn de losse activiteiten in De Spil niet genoeg. Toen bedachten we een eenvoudige dagopvang onder leiding van vrijwilligers; zonder professionals, zonder zorgplan. We hebben hiervoor een appartement in Sterrebos gehuurd. Deelnemers betalen een eigen bijdrage voor huur, water, elektra, koffie en thee. Daarnaast stimuleren we ze om anderen in De Spil te blijven ontmoeten, via het middageten of een activiteit.”

Spin in het web nodig

Van meet af aan heeft Haven zich persoonlijk in de strijd geworpen om De Ontmoeting van de grond te krijgen. “Je moet je gezicht laten zien”, zegt ze vol overtuiging. Eropuit, contacten leggen, vertellen over de mogelijkheden van De Spil. “Ik ga naar buurtbijeenkomsten, vertel wie ik ben en wat ik doe. Ook ’s avonds en in het weekend. En ik doe wel eens boodschappen hier in het winkelcentrum, ook al woon ik aan de andere kant van Oss.” Haven ziet zichzelf als spin in het web. “Iedereen weet mij te vinden. Ik houd van contact met mensen, van dingen voor ze regelen zodat ze zich thuis voelen.” Ze voegt er meteen aan toe: “Ik krijg alle vertrouwen van mijn leidinggevenden. Die ruimte is een voorwaarde om met creativiteit en durf naar buiten te treden.”

Samenwerking aangaan

Ook samenwerkingsvormen leverden nieuwe inloop op. Met de KBO Ouderenbond en RIGOM wordt de programmering van activiteiten afgestemd.. Het Wijkpunt, waar organisaties die actief zijn in de wijk kunnen werken en elkaar ontmoeten, werd door toedoen van Haven in Sterrebos gevestigd. “Hierdoor neemt de aanloop toe en er ontstaat wisselwerking. Zo maakt iemand uit een begeleidwonenproject met zijn accordeon muziek in De Spil. Goed voor zijn eigenwaarde, goed voor de wijk.” Cliënten van de nabijgelegen voorziening dagactiviteiten voor verstandelijk beperkten komen voor activiteiten of vrijwilligerswerk. Jaarlijks volgen veertig scholieren er een maatschappelijke stage. Evenementen zoals burendag, het Ruwaardmidzomerfestijn en de kerstmarkt worden samen met de buurt georganiseerd.

Alles bij elkaar

Een paar uur later terug in De Spil. Een groep vrouwen is aan een tafel bezig met het maken van ‘dikke dames’ uit papier-maché. Achter de schuifdeuren zitten ouderen gebogen over een geheugenopdracht. Tegen het einde van de middag beginnen vrijwilligers samen met de coördinator aan de voorbereidingen van het avondrestaurant rond het thema “Las Vegas”. Alle activiteiten vinden in dezelfde ruimte plaats, óók als er meerdere tegelijk zijn. Een bezwaar? Haven: “Nee, je krijgt juist meer levendigheid. Deelnemers maken kennis met elkaars activiteiten, raken in gesprek. Extra levendig wordt het als ook de jeu de boules baan naast het terras van Sterrebos in gebruik is. De spelers – senioren uit Sterrebos én de wijk – komen tussendoor binnen voor een drankje en nemen dan vanzelf even een kijkje bij de activiteiten. Zo ontstaan ook nieuwe contacten.”



Vrijwilligers vangen nieuwkomers op

Voor het binden van bezoekers spelen de vrijwilligers een onmisbare rol, vertelt Haven. “Vrijwilligers vangen nieuwkomers persoonlijk op. Als je die verloren laat rondlopen, blijven ze een tweede keer weg.” Angela en Ank, al jaren begeleiders van geheugengym, vertellen over hoe dat bij hun activiteit gaat: “Het begint met werven. Je spreekt mensen die je in De Spil of op andere plekken kent, persoonlijk aan om ze over de streep te trekken. En als ze komen moet je ze binden: ze het gevoel geven dat ze welkom zijn, ze aan de groep voorstellen, ze een plekje geven. Het is belangrijk dat ze zich geaccepteerd en veilig voelen. Als begeleider heb je een voorbeeldfunctie. Als iemand een paar keer niet is geweest of ziek is, informeren we of we sturen een kaartje. Op verjaardagen wordt er even gezongen en iets lekkers uitgedeeld.”

Uniek kostendekkend model

“De Spil werkt met een vrij uniek kostendekkend model”, zegt Haven. “Er is geen budget. De kosten van de keuken, inclusief personeel (in dienst bij BabantZorg, CG), en de vrijwilligerskosten moeten uit de opbrengsten van de maaltijden en de bar komen. En dat lukt.” Zelf is ze voor 28 uur in dienst van BrabantZorg; het salaris wordt voor eenderde betaald uit AWBZ-thuiszorg (binnenkort Wmo), eenderde uit eigen middelen van BrabantWonen en eenderde uit de gezamenlijke pot van BrabantZorg en BrabantWonen. Ze krijgt daarnaast voor acht uur betaalde assistentie. De administratie wordt gedaan door een vrijwilliger.

Iedereen moet mee kunnen doen

Activiteiten worden gratis of goedkoop georganiseerd, want het is belangrijk dat iedereen kan meedoen, ook senioren die het niet breed hebben. Clubs die een ruimte zoeken of docenten die een cursus aanbieden, zijn welkom in De Spil en hoeven geen huur te betalen, als de activiteit tenminste openstaat voor senioren én voor hen betaalbaar is. Want ook dat levert een wisselwerking op, zegt Haven. “Zo kregen we een fotoclub in huis. Van flatbewoners werden portretten gemaakt, die we in de gang exposeerden. Zoiets trekt mensen van buiten. En omdat mijn kantoor op de gang zit en mijn deur altijd open staat, zie ik wie er nieuw binnenkomt. Dan ben ik nieuwsgierig en spreek ik deze persoon aan.”

Korte analyse

In De Spil moest participatie van senioren uit de wijk van de grond af worden opgebouwd. Dat lukt omdat met Sonja Haven iemand aan het roer staat met ondernemerskwaliteiten als durf, doorzettingsvermogen, kansen zien, overtuigingskracht. Niet minder belangrijk zijn sociale kwaliteiten: oprechte aandacht voor mensen, ze weten te binden en verbinden, een open communicatie en medewerkers koesteren. Wat ik een interessante vraag voor de toekomst vind, is of openstellen van de Sterrebosflat en De Spil voor andere leeftijdsgroepen dan senioren nog meer ontmoeting en preventie van eenzaamheid kan opleveren.

Carin Giesen, december 2013