



De ouderdom komt met initiatieven

Oudervriendelijke wijken komen niet vanzelf tot stand en leefbaarheid vergt toewijding van zowel gemeente als bewoners. Een aantal oudere inwoners van de Amsterdamse wijk Buitenveldert begrijpt dit heel goed. Onder de vlag *Ouderenvriendelijk Buitenveldert* organiseren zij uiteenlopende activiteiten om de leefbaarheid van de buurt te verbeteren.

TEKST: FRANK VAN WIJCK FOTO: PIXABAY/JACKIELOU DL

In Amsterdam Buitenveldert hebben aardig wat huisartspraktijken een poh ouderen en dat heeft een goede reden. Net als de gemeente Velp telt deze stadswijk immers een fors aantal ouderen. Dat dit zich heeft vertaald in poh'ers heeft te maken met het feit dat Amsterdam zich in 2015 aansloot bij het netwerk van *Age Friendly Cities*. Toenmalig wethouder Eric van den Burg (nu staatssecretaris voor asiel en migratie) stelde de werkgroep Ouderenvriendelijk Buitenveldert in en die

kwam met goede ideeën. Overleg met Zilveren Kruis (de primaire zorgverzekeraar in de regio) over die poh'ers bijvoorbeeld.

Maar ook bankjes. “Die waren mijn idee”, zegt Hans Wamsteeker. Deze onderwijsman ging na zijn pensioen dingen voor de wijk doen en werd zo hoofdredacteur van *Wijkkrant Buitenveldert-Zuidas*. “Via die krant kreeg ik contact met de vier verzorgingshuizen hier”, vertelt hij. “De

bestuurders daarvan zeiden: onze cliënten komen de deur niet meer uit.” Begrijpelijk, als de afstand tot het winkelcentrum voor oude benen te lang is om in één keer af te leggen. Bankjes plaatsen loste dat probleem op. Bovendien hebben ze een sociale functie, want mensen ontmoeten elkaar daar. Wamsteeker: “Een stadsmanager zei: daar moet je een project op zetten. Maar ik dacht: die projectorganisatie alleen kost al 20.000 euro. Ik kan het beter zelf doen.” Aldus geschiedde, en het daarvoor bestemde geld is voor honderd procent naar de (31) bankjes gegaan.

Eenzaamheid voorkomen

Er is veel eenzaamheid onder ouderen, stelt Cisca Griffioen, sinds haar pensionering als arts-anatoom ook actief in Ouderenvriendelijk Buitenveldert. Ze zegt: “Je wilt zicht hebben op die mensen, ook in verband met beginnende dementie. Soms durven mensen niet te bellen om hulp – bijvoorbeeld voor een lekkage of een kapotte cv – omdat ze bang zijn dat dan wordt gezegd dat ze het niet meer redden thuis en dus naar het verpleeghuis moeten. Die mensen moet je kunnen bereiken. Zelf ben ik in de flat waarin ik woon liftborrels gaan organiseren. De burens gingen meteen helpen en als iemand niet kwam opdagen, zei iemand: ik ga wel even kijken. Maar het initiatief vond elders geen navolging.”

Dat er zo weinig van de grond kwam om ouderen met elkaar in contact te brengen, lag aan het feit dat het ontbrak aan sociale cohesie, stelt ze. “Dat niet alleen”, vult Wamsteeker aan. “Denk ook aan de lay-out van de wijk die verhindert dat contact op natuurlijke wijze ontstaat. Groen in overvloed, maar ook brede wegen met snel autoverkeer.”

Huisvesting

Een van de problemen waarover de werkgroep zich buigt, is huisvesting. Wamsteeker vertelt: “In de buurt zijn heel weinig mogelijkheden om door te schuiven, hoewel veel ouderen dat in theorie best willen. Sinds het overlijden van mijn vrouw woon ik alleen in een huis van 125 m². Hier in de buurt stond een pand dat voorheen tot de organisatie van Pieter van Foreest behoorde, maar later werd gebruikt voor huisvesting van ongedocumenteerden. Die moesten weg, maar het bestemmingsplan stond huisvesting voor ouderen in de weg, dus kwamen er kantoren. Omdat er in Buitenveldert geen alternatieven waren, ben ik aan de vlakbij gelegen Zuidas gaan kijken. Daar lagen net plannen voor gezinswoningen in de nieuwe buurt *Ravel* en ik stelde voor er ook een geclusterd wooncomplex voor ouderen te realiseren. Daarvoor is inmiddels commitment.”

Griffioen springt hierop in: “De Pelgrimskerk hier in de wijk wordt afgebroken en daar komen woningen voor in

de plaats. Ik heb het van de dominee zelf.” Een enthousiaste Wamsteeker: “Kijk, dat is een nieuwtje, daar moeten we meteen wat mee doen.” Zeker, beaamt Griffioen. “Er is sprake van een sociaal verantwoorde bouwondernemer dus daar moeten we mee praten. Onder in het pand dat hij wil bouwen komen maatschappelijke voorzieningen dus dat is echt ideaal.”

Contact met jonge nieuwkomers

Zo blijft er heel veel om te organiseren, stellen beiden. “Gespreksbijeenkomsten in het Huis van de wijk over het levenseinde bijvoorbeeld”, zegt Griffioen. “Je wilt toch dat mensen gaan nadenken over hun latere jaren tenslotte. Daar hoort de woonsituatie waarover we het net hadden ook bij, net als gezond ouder worden. Daar is die aanwezigheid van de poh ouderen bij de huisartspraktijken ook weer zo mooi voor. We hebben daar via de huisartskring hier in Buitenveldert tweemaal per jaar overleg mee.”

Ondertussen verandert de buurt. De grotere ouderendichtheid in Buitenveldert betekent ook dat met enige regelmaat mensen overlijden en dus huizen te koop of te huur komen te staan. “Hierdoor komen ook jongere mensen en gezinnen in de buurt wonen”, zegt Wamsteeker. “Als dit bij mij in de straat gebeurt nodig ik ze direct uit om wat te komen drinken. De expats die hier soms komen wonen hebben daar geen behoefte aan, maar in andere gevallen kan het heel leuke contacten opleveren.” Hetzelfde geldt voor de buurtpicknick die vorig jaar september is georganiseerd. “Een doorslaand succes”, zegt Griffioen. Beiden zijn ervan overtuigd dat het belangrijk is zulke dingen te blijven organiseren. “Het is aan de bewoners zelf om het leefbaar te houden”, zegt Wamsteeker. Griffioen: “Als je het zelf niet doet, gebeurt het niet.” <<



VERDER LEZEN?

In een door Hogeschool van Amsterdam uitgevoerd onderzoek stond het proces van cocreatie van de werkgroep Ouderenvriendelijk Buitenveldert in partnerschap met het stadsdeel centraal. De eindrapportage van dit onderzoek is hier te downloaden: Ouderenvriendelijk Buitenveldert - HvA. Het onderzoeksrapport van het project Ouderenvriendelijk Buitenveldert is hier te lezen: [ouderenvriendelijk_buitenveldert_op_maat.pdf](#) (hva.nl).