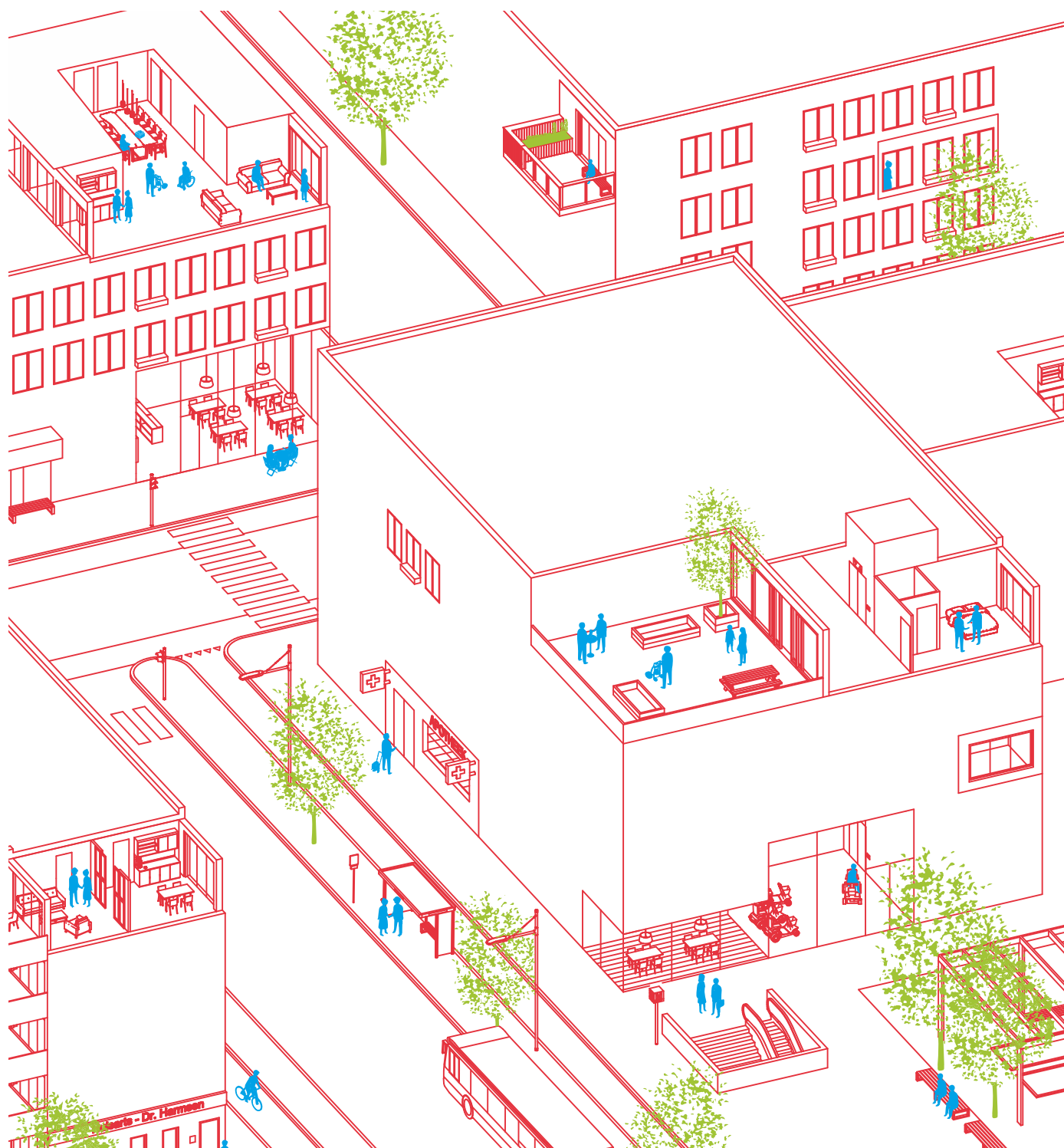




Gemeente
Amsterdam



Ouderen wonen in de stad

Aandachtspunten voor het ontwerp
in de ouderenhuisvesting

Introductie

In deze brochure, bedoeld voor ontwerpers, ontwikkelaars, projectmanagers, bouwers en bewoners, worden aandachtspunten benoemd voor het ontwerp in de ouderenhuisvesting op drie verschillende schaalniveaus. Een goede inrichting van woning, gebouw en woonomgeving creëert belangrijke voorwaarden voor zelfredzaamheid en sociale interactie, waardoor ouderen langer zelfstandig kunnen blijven wonen.

Tot 2030 stijgt het aantal 65-plussers in Amsterdam met

44%

79%

van de ouderen in amsterdam is niet de eigenaar van zijn / haar woning

De stijging van het aandeel allochtone ouderen in Amsterdam in 2030 is

9%

60%

van de ouderen in Amsterdam heeft een inkomen onder de € 35 000,-

12%

van de ouderen in Amsterdam voelt zich ernstig eenzaam

45%

van de ouderen in Amsterdam vindt zijn/haar woning ongeschikt om oud in te worden

Vergrijzing

Het aantal ouderen stijgt en de scheiding tussen wonen en zorg drukt een stempel op de woningmarkt. Het klassieke verzorgingshuis verdwijnt, ouderen blijven tot op hoge leeftijd zelfstandig wonen. De gemeente Amsterdam speelt hierop in en heeft als centrale doelstelling dat de stad in 2030 beschikt over voldoende geschikte ouderenhuisvesting.

Diversiteit

In Amsterdam is de diversiteit onder ouderen groot. Daardoor zijn er ook veel verschillende woonwensen. De economische situatie, de sociaal culturele achtergrond en de zorgbehoefte verschilt per bewoner. Vitale ouderen voelen zich niet oud, hebben meestal nog geen zorgvraag, maar bereiden zich wel al voor op een toekomst waarin ze ouder worden. De behoeften, wensen en mogelijkheden in wonen en zorg lopen uiteen en vragen om een diversiteit aan woonvormen waar ook zorg op maat geleverd kan worden.

Nieuwbouw en transformatie

Veel ouderen zijn gehecht aan hun woning en buurt en zouden het liefst in hun vertrouwde omgeving blijven wonen. Er is daarom een grote opgave om bestaande woningen geschikt te maken voor ouderen. In de nieuwbouw kunnen de kansen benut worden om ouderen goed te laten wonen.

Sociaal

Ook sociale aspecten zijn belangrijk voor zelfstandig wonende ouderen. Zijn ouderen voldoende zelfredzaam? Hebben ze een netwerk om op terug te vallen? Voelen ze zich veilig in hun woonomgeving? De mobiliteit en de actieradius nemen af bij mensen die ouder zijn dan 75 jaar. Bij deze groep neemt het risico op vereenzaming toe. Een goede inrichting van woning, gebouw en woonomgeving kan voorwaarden scheppen voor sociale interactie waardoor de zelf (en samen) redzaamheid wordt vergroot. Het is belangrijk de toekomstige bewoners bij de planontwikkeling te betrekken en rekening te houden met hun specifieke wensen.

Zorg

Door de scheiding van wonen en zorg is er een behoefte ontstaan aan nieuwe woonvormen voor ouderen. Ouderen willen zelfstandig wonen, maar wel in nabijheid van zorg en goede voorzieningen. Dit vraagt om een goede samenwerking tussen de eigenaren en verhuurders van woningen, de zorgaanbieders en de gemeente.

Oud = iedereen

Veel van de in deze brochure genoemde aandachtspunten zijn niet alleen voor ouderen van belang, maar maken ook voor andere doelgroepen het wonen aangenamer. Een stad die geschikt is voor ouderen is geschikt voor iedereen.

Betaalbaar

Het merendeel van de ouderen in Amsterdam behoort tot de lagere inkomensklassen (tot € 35.000). Wel is een duidelijke groei in middeninkomens bij de jonge ouderen. Hierdoor is er een grote behoefte aan woningen in het sociale- en middensegment.

Age Friendly City

In Amsterdam moet 90% van de sociale nieuwbouw voldoen aan de richtlijn 'Aanpasbaar bouwen 2017'. Op die manier werkt de stad aan een woningvoorraad die geschikt is voor mensen met een fysieke beperking. In deze regelgeving ligt de nadruk op fysieke aspecten. Kan een minder mobiele oudere goed alle ruimtes in de woning bereiken en gebruiken? Deze brochure toont aandachtspunten voor de vormgeving van deze fysieke aspecten. Daarnaast ontwikkelt de gemeente richtlijnen voor een levensloopbestendige inrichting van de buitenruimte. Zo wordt Amsterdam daadwerkelijk een Age Friendly City.

Colofon

Gemeente Amsterdam

RvE Wonen

Programma Ouderenhuisvesting

Jodenbreestraat 25

Postbus 1900

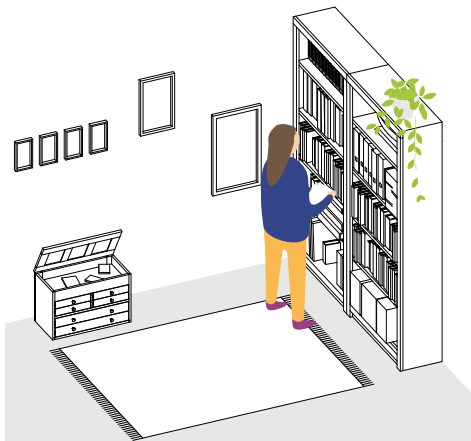
1000 BX Amsterdam

Tekst, illustraties en vormgeving:
ANA Architecten

November 2017

Woning

Belangrijke aandachtspunten in de woning zijn het slim omgaan met compacte ruimte, flexibel gebruik van ruimtes, opbergen van spullen en de mogelijkheid om te kunnen blijven bewegen door de woning.



Ruimte voor spullen

Hoe ouder je wordt hoe meer spullen je verzamelt; fotoboeken, dat oude kastje, speelgoed van de kinderen dat nu wordt gebruikt door de kleinkinderen, enzovoort. Spullen zijn in feite **herinneringen** en hebben een plek nodig. Dat vraagt wel om voldoende bergruimte in de woning.

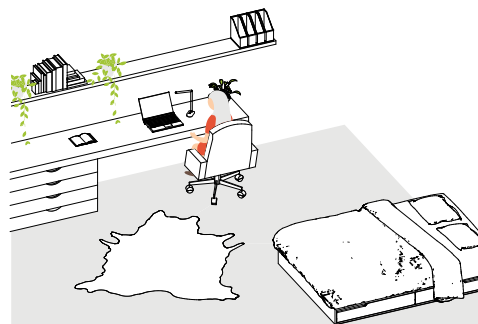
Buitenruimte

Ouderen willen net als de meeste andere bewoners graag een buitenruimte bij de woning, een balkon of terras. Ondanks dat veel ouderen **tuinonderhoud** een grote last vinden, zijn er ook ouderen die wel graag een kleine tuin willen. Er kan ook gedacht worden aan een gezamenlijke tuin of dakterras. Of aan een **brede galerij** die buitenruimte, woningontsluiting en ontmoetingsplek tegelijk is.



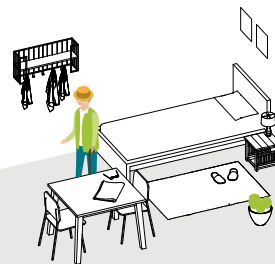
Flexibiliteit

Kinderen zijn het huis uit. Daardoor is er in principe minder ruimte nodig. Veel ouderen zijn alleenstaand, hierdoor zal gemiddeld de woning minder groot hoeven te zijn. Ouderen brengen echter ook **meer tijd** door **in hun woning** omdat zij niet meer werken. Dan is wat meer ruimte juist weer fijn. **Uitzicht** op buitenruimte of **ruimtelijkheid** in de woning geeft ook een gevoel van ruimte. Daarnaast helpen **slimme schakelingen** en **dubbel gebruik van ruimtes** bij het beter benutten van een compacte woning.



Extra kamer

Veel ouderen willen graag, als het kan, een extra kamer; bijvoorbeeld voor **logees, een mantelzorger, hobby's, opslag van spullen** of om soms apart te kunnen slapen. Een 'logeerkamer' in het woongebouw of een gezamenlijk atelier of werkplaats kan dan ook een mogelijkheid zijn.



Privé - collectief

Hoe groot een woning moet zijn, is ook afhankelijk van de beschikbaarheid van gemeenschappelijke ruimtes. Er moet sprake zijn van een **balans** tussen ruimte in de woning en ruimte die gedeeld wordt met medebewoners. Er is behoefte aan verschillende oplossingen met meer en minder gemeenschappelijke ruimte. Een **kleine woning** in combinatie met een **grote gemeenschappelijk ruimte** stimuleert ontmoeting en helpt mee om eenzaamheid te voorkomen.



Gebouw

Een goede vormgeving van gebouw of woningcluster kan de randvoorwaarden scheppen voor ongedwongen ontmoeting met medebewoners.

Clustering en woonvorm

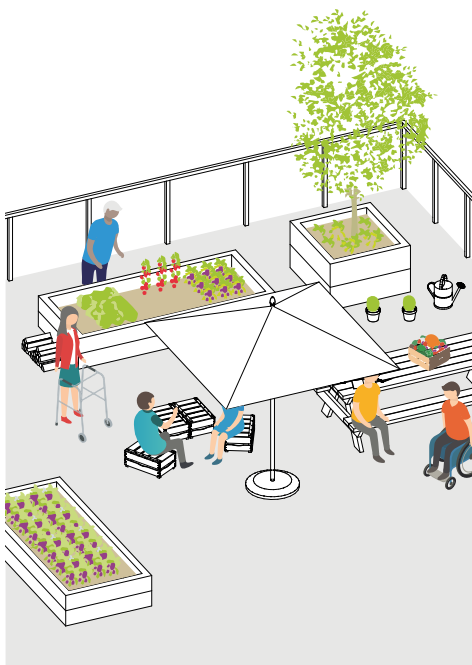
Amsterdamse ouderen hebben uiteenlopende wensen ten aanzien van de woonvorm. Deze wensen variëren van een **individuele geschikte woning**, gewoon tussen andere huishoudens, tot geclusterde meer **beschutte woonvormen** met alleen ouderen.

Er zijn ook ouderen die meer gemeenschappelijkheid prettig vinden in de vorm van **groeps wonen**; zelfstandige woningen, geclusterd of gespikkeld in een complex, waarvan de bewoners op basis van gelijkgestemdheid een bepaalde mate van gemeenschappelijkheid nastreven. Deze gemeenschappelijkheid kan op verschillende manieren worden vormgegeven in het gebouw: een keuken om samen te eten, een gemeenschappelijke (dak)tuin of bijvoorbeeld een multifunctionele brede gang. Voor ouderen met een geïndiceerde zorgvraag is het **woon-zorgcomplex** een aantrekkelijke optie. Wonen en zorg zijn in deze woonvorm gekoppeld. Ook binnen deze categorie zijn vele varianten denkbaar.

Toegankelijkheid

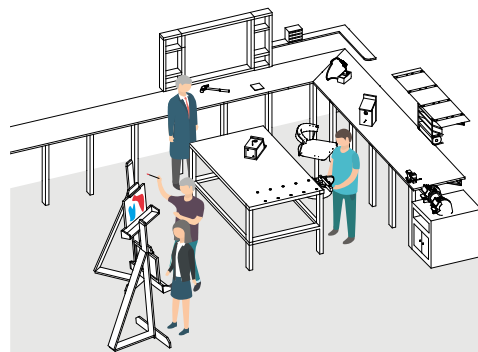
Om op een prettige manier de eigen voordeur te kunnen bereiken zijn toegankelijkheid en sociale veiligheid belangrijk. Bij afnemende mobiliteit gaan ouderen meer gebruik maken van rollator, scootmobiel en/of rolstoel. Dit vraagt ruimte om te **bewegen**, te **stallen** en **op te laden**.

Een **lift** en drempelloze, voldoende brede verkeersruimtes maken het voor minder mobiele ouderen mogelijk om actief te blijven.



Ontmoeten

Door afnemende mobiliteit zijn ouderen steeds meer gebonden aan huis. Om prettig zelfstandig te kunnen blijven wonen zijn ongedwongen sociale contacten van groot belang. Het ontwerp van gemeenschappelijke (verkeers) ruimtes kan **spontane ontmoetingen** in de directe omgeving stimuleren en meer georganiseerde ontmoetingen mogelijk maken. Een **gemeenschappelijke (dak) tuin, een brede galerij** die naast verkeersruimte ook als buitenverblijf dienst kan doen, of een collectieve wasruimte zijn mogelijke oplossingen. Een ruime entree die ook gebruikt kan worden voor bijeenkomsten heeft door de **laagdrempeligheid** de voorkeur boven een afsluitbare aparte ruimte voor gemeenschappelijk gebruik.

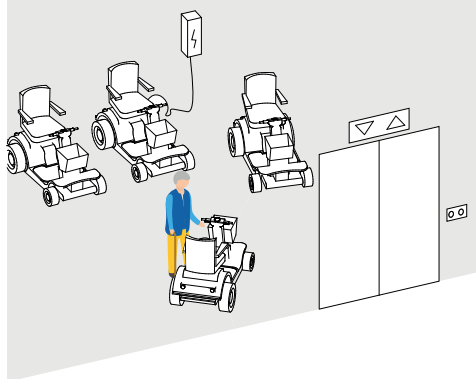


Ruimtes delen

Wanneer er in de woningen onvoldoende ruimte is, kan een extra slaapplek voor logees of werkplek ook worden gedeeld met andere bewoners van het gebouw in een of meer **logeerkamers**, gemeenschappelijk **ateliers** of **werkplaatsen**. Deze oplossingen kunnen zowel in nieuwe als in bestaande complexen worden gerealiseerd. Logeerkamers en werkruimtes kunnen ook worden verhuurd aan buurtbewoners met kleine woningen.

Vormgeven overgangen

Het samen in een complex wonen verdient een goed vormgegeven overgang tussen gemeenschappelijke en private ruimtes. Zo'n overgang daagt uit tot contact, maar respecteert ook de privacy van individuele bewoners. Een goed ontwerp creëert geleidelijke overgangen tussen privé en collectief.



Omgeving

Om ouderen de mogelijkheid te bieden actief en gezond te blijven, is het van belang dat de omgeving goed toegankelijk is en aansluit bij de behoeften van ouderen.

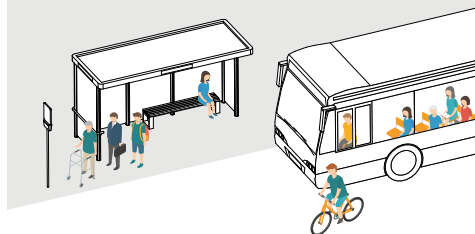


Binding met de buurt

Ouderen blijven het liefst in hun huidige buurt wonen, in contact met hun netwerk en hun historie. De drempel om buiten de eigen buurt te **verhuizen** is lager wanneer er goede faciliteiten in de buurt van de nieuwe woning zijn, of wanneer **familie dichtbij** woont.

Vervoer

Veel actieve ouderen maken gebruik van de voorzieningen van de stad. De maximale loopafstand tot **OV haltes** in Amsterdam is nu 800m. Dat is voor veel ouderen (te) veel. Als er op een voor ouderen acceptabele loopafstand toegang is tot openbaar vervoer, blijven musea, bibliotheek of bioscoop goed te bereiken. Bij beperkte toegankelijkheid met OV is het aan te raden alternatieve vervoersvormen zoals deelauto's of taxidiensten te organiseren.



Herkenbaarheid

Dementie zal steeds meer voorkomen onder de steeds ouder wordende stadsbewoners. Ouderen met **beginnende dementie** zullen steeds langer thuis wonen en gebruik blijven maken van hun omgeving. Voor deze groep is herkenbaarheid een belangrijke factor voor oriëntatie en een gevoel van zekerheid. Die herkenbaarheid kan zowel in de openbare ruimte als in de vormgeving van gebouwen tot stand gebracht worden. Kunstwerken in de openbare ruimte dragen hier ook aan bij.

Voorzieningen in de buurt

Tot op hoge leeftijd zelfstandig boodschappen doen blijft mogelijk als er **dagelijkse voorzieningen** op loopafstand van de woning zijn. De vitale oudere wil en kan actief **bijdragen aan maatschappelijke voorzieningen** in de buurt zoals buurthuis en sportvereniging of speeltuin en zo actief deel blijven nemen aan de maatschappij. Ook de aanwezigheid van **zorgvoorzieningen** (huisarts, dienstencentrum) is voor de meer zorgbehoevende ouderen een belangrijke voorwaarde om zelfstandig te kunnen wonen.



Hittebestendig

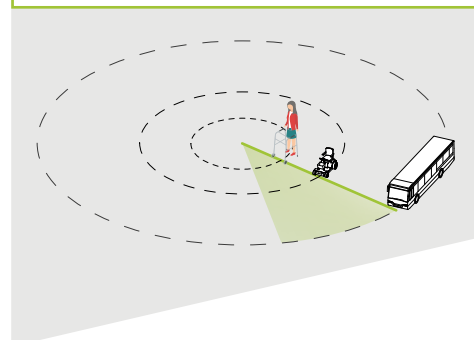
Het is wenselijk om voldoende **schaduwplekken** te maken in de openbare ruimte. Ouderen zijn namelijk veel gevoeliger voor hitte. De aanwezigheid van schaduw zorgt ervoor dat ouderen ook bij heel warm weer toch de deur uit kunnen.

Beloopbare omgeving

Ouderen fietsen minder en lopen meer. Voor langere afstanden wordt vaker een scootmobiel gebruikt. Om ouderen de mogelijkheid te bieden actief en **gezond te blijven** is het van belang dat er levensloopbestendige routes in de omgeving zijn en dat voorzieningen en bus/tramhaltes op loopafstand zijn. Bankjes zijn prettig om langere loopafstanden te onderbreken, even uit te rusten en als aanleiding tot ontmoeten.

Rollatorradius

Naarmate men ouder wordt neemt de actieradius af. Actieve ouderen bereizen nog de hele stad, maar oudere, minder mobiele ouderen bewegen zich alleen rondom hun woning. Een rollatorradius van **ca. 250 - 500m** is een goede leidraad voor de loopafstand voor ouderen die nog wel zelfstandig de deur uit gaan.



Voorbeelden

Op verschillende plekken in Amsterdam is de afgelopen tijd een aantal bijzondere voorbeelden van huisvesting voor ouderen gerealiseerd in nieuwbouw en transformatie.

Bestaande bouw



Augustanakerk
De Diaconie
PonecdeWinter
Stadsdeel West

In deze voormalige kerk zijn woningen gerealiseerd waar ouderen zelfstandig wonen met een sociaal vangnet. Ze kunnen jongeren vragen een keer boodschappen te doen, maar als ze echt zorg nodig hebben dan zal dat professioneel worden geregeld.



Kraaipanschool
Ymere ontwikkeling
Architectenbureau Hoogeveen bv
Stadsdeel Oost
Fotografie: Luuk Kramer

Combinatie van zelfstandige woningen voor ouderen met kleinschalig wonen met zorg voor dementerende ouderen. In de bestaande bouw is een buurtsteunpunt met buurtrestaurant gerealiseerd.



Amstelhuis
Cocon Vastgoed Zorg
Architectenbureau Dik Smeeding
Stadsdeel Zuid
Fotografie: Huub van Deursen

In dit voormalige verzorgingshuis zijn kleine zelfstandige woningen gerealiseerd die voldoen aan de eisen van aanpasbaar bouwen. Op de begane grond zijn verschillende gemeenschappelijke ruimtes en voorzieningen te vinden.

Nieuwbouw



Akropolis
De Alliantie
studioninedots Architecten
Stadsdeel Oost
Fotografie: Peter Cuypers

Toekomstbestendige woningen voor 55-plussers met in een deel van het gebouw een humanistische woongemeenschap. De bewoners steunen elkaar bij het ouder worden en zijn medeverantwoordelijk voor het beheer van het gebouw.



De Flinck
Ymere
HP Architecten
Stadsdeel Zuid
Fotografie: Meindert Koelink

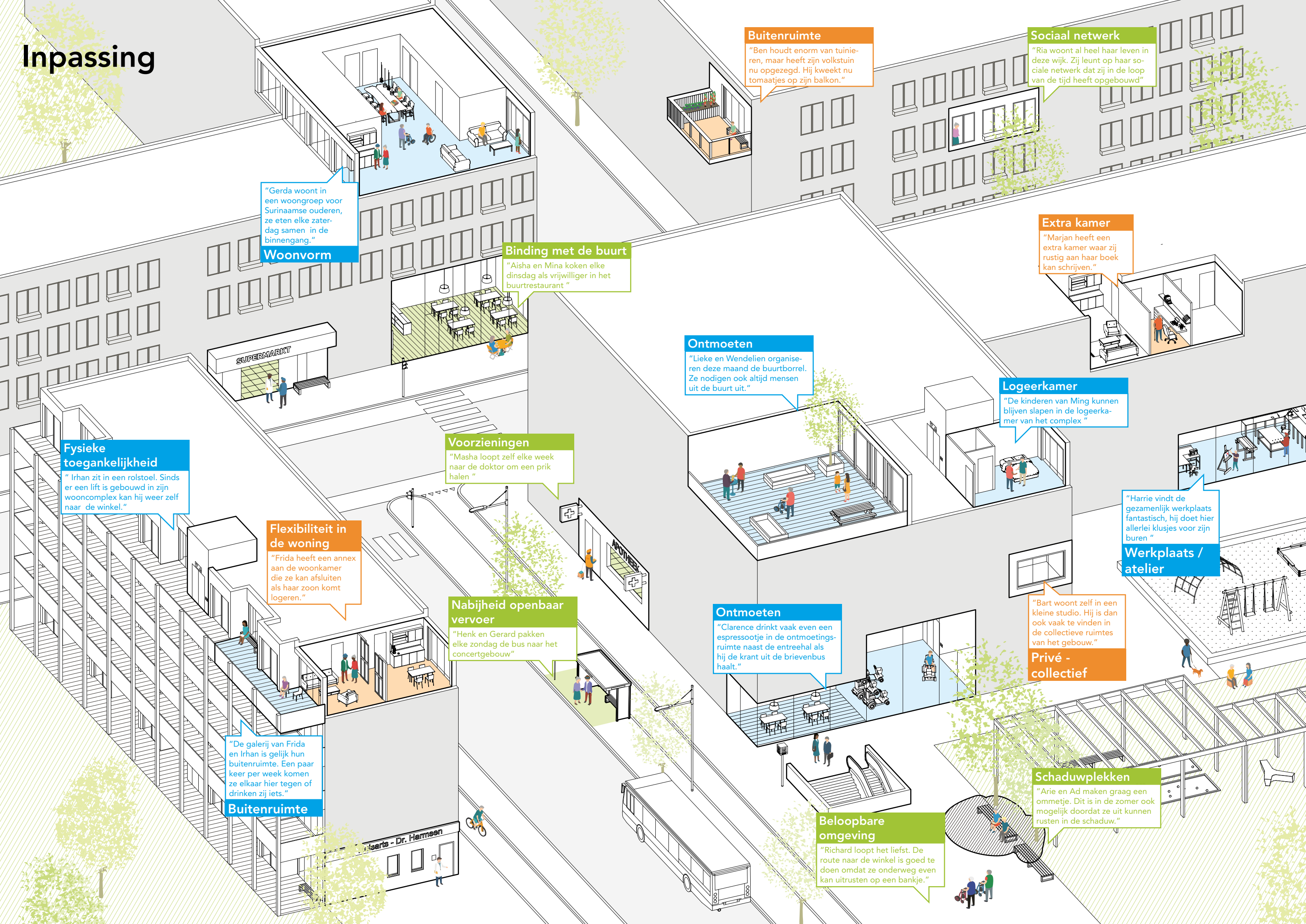
In dit project met ouderenwoningen in de Pijp is een ruimte voor ontmoeting gerealiseerd als annex bij de entreehal. Deze oplossing leent zich heel goed voor ongedwongen ontmoeting, omdat de drempel om erheen te gaan heel laag is.



Jeruzalem Blok M
Rochdale / Habion
studioninedots Architecten
Stadsdeel Oost

Dit project wordt gekenmerkt door de brede 'leef' galerijen waar zich tevens de buitenruimte van de bewoners bevindt. Deze oplossing maakt terloops contact mogelijk tussen bewoners.

Inpassing



"Gerda woont in een woongroep voor Surinaamse ouderen, ze eten elke zaterdag samen in de binnengang."

Woonvorm

Binding met de buurt

"Aisha en Mina koken elke dinsdag als vrijwilliger in het buurtrestaurant"

Buitenruimte

"Ben houdt enorm van tuinieren, maar heeft zijn volkstuin nu opgezegd. Hij kweekt nu tomaatjes op zijn balkon."

Sociaal netwerk

"Ria woont al heel haar leven in deze wijk. Zij leunt op haar sociale netwerk dat zij in de loop van de tijd heeft opgebouwd"

Extra kamer

"Marjan heeft een extra kamer waar zij rustig aan haar boek kan schrijven."

Logeerkamer

"De kinderen van Ming kunnen blijven slapen in de logeerkamer van het complex"

"Harrie vindt de gezamenlijk werkplaats fantastisch, hij doet hier allerlei klusjes voor zijn burens"

Werkplaats / atelier

"Bart woont zelf in een kleine studio. Hij is dan ook vaak te vinden in de collectieve ruimtes van het gebouw."

Privé - collectief

Schaduwplekken

"Arie en Ad maken graag een ommetje. Dit is in de zomer ook mogelijk doordat ze uit kunnen rusten in de schaduw."

Beloopbare omgeving

"Richard loopt het liefst. De route naar de winkel is goed te doen omdat ze onderweg even kan uitrusten op een bankje."

Ontmoeten

"Lieve en Wendelien organiseren deze maand de buurtborrel. Ze nodigen ook altijd mensen uit de buurt uit."

Ontmoeten

"Clarence drinkt vaak even een espressootje in de ontmoetingsruimte naast de entreehal als hij de krant uit de brievenbus haalt."

Voorzieningen

"Masha loopt zelf elke week naar de dokter om een prik halen"

Nabijheid openbaar vervoer

"Henk en Gerard pakken elke zondag de bus naar het concertgebouw"

Fysieke toegankelijkheid

"Irhan zit in een rolstoel. Sinds er een lift is gebouwd in zijn wooncomplex kan hij weer zelf naar de winkel."

Flexibiliteit in de woning

"Frida heeft een annex aan de woonkamer die ze kan afsluiten als haar zoon komt logeren."

"De galerij van Frida en Irhan is gelijk hun buitenruimte. Een paar keer per week komen ze elkaar hier tegen of drinken zij iets."

Buitenruimte