

Als er geen zorg voorhanden is... dan doen we het toch zelf?

Hulp in eigen dorp of buurt makkelijk te organiseren

Kunnen we met de dubbele vergrijzing straks nog op zorg rekenen? Hoe zien onze dorpen en woningen er in de toekomst uit, als we de zorg meenemen in realisatie ervan? En is zelf zorg organiseren haalbaar? Op 3 november zochten we het uit in de inspiratiesessie 'Als er geen zorg voorhanden is... dan doen we het toch lekker zelf?'

Sprekers Jesse David Marinus van het Fries Sociaal Planbureau, Asa Scholma van het Makerscollectief, Jan Smelik van Nederland Zorgt voor Elkaar en adviseur ruimtelijke ontwikkeling Marco Hormann informeerden en inspireerden. De Uitkijkers organiseerde de sessie binnen het thema zorg & samenleving in samenwerking met VPRO Tegenlicht Meet Up, die hetzelfde thema in de documentaire ['Samen grijs worden' belicht.](#)

Een Friese senior vertelt in die documentaire, waarvan we fragmenten toonden op donderdag 3 november, dat hij 'geen oude knar' is. Hij hoopt zo lang mogelijk met zijn vrouw in zijn vrijstaande huis met tuin te kunnen blijven wonen. De wens is herkenbaar voor veel ouderen en past ook bij het overheidsdevies: zo lang mogelijk zelfstandig wonen. De woorden van de man maken ook impliciet duidelijk dat vitale ouderen liefst niet denken aan het scenario waarin zelfstandig wonen plots niet meer gaat. Iedereen wil oud worden, maar niemand wil het zijn.

Dubbele vergrijzing

Intussen is bijna een kwart van de Friezen ouder dan 65 en het aantal ouderen zal de komende jaren verder toenemen, vertelt onderzoeker Jesse David Marinus van het Fries Sociaal Planbureau. Niet alleen toont hij met enthousiasme cijfers en grafieken over demografische ontwikkelingen, ook inkomen, wonen, sociaal netwerk, gezondheid, eenzaamheid en mantelzorg komen aan bod. Belangrijkste tendenzen zijn de toename van babyboomers (67-81 jaar), de toename van generatie X (52-66 jaar) en de 'dubbele vergrijzing': meer ouderen die gemiddeld ook ouder worden. De groep jongeren neemt intussen in grootte af, ziedaar een tekort aan zorgpersoneel dat tot 2040 alleen maar toeneemt.

De oudere is niet langer iemand die achter de spreekwoordelijke geraniums zit, zo weet Marinus. Maar dé Friese oudere bestaat niet. Senioren zijn in te delen in vier groepen die onderling sterk verschillen: de overlevers, de zelfredzamen, de tevredenen en de sociaal welgestelden. Ze zijn verschillend op het gebied van onder andere sociale netwerk, mate van digitalisering, levenskwaliteit, geestelijke en lichamelijke gezondheid en het beroep op zorg.

Rek uit netwerk?

Gevraagd naar het grootste probleem dat Marinus als onderzoeker ziet, laat hij weten dat ouderen in de overgang van verzorgingsstaat via de participatiesamenleving naar de doe-democratie in de knel kunnen raken. „***De zelfredzaamheid die gevraagd wordt betekent dat de informele sociale netwerken nog belangrijker zijn.*** Maar wat gebeurt er als de rek uit dat informele netwerk van familie, vrienden en burens is? Als iemand bijvoorbeeld geen zoon of dochter in de buurt heeft die langs komt om te koken?”

Samen oplossen

Het is een kwestie waar Jan Smelik van Austerlitz Zorgt en Nederland Zorgt Voor Elkaar wel een antwoord op heeft. Hij heeft in zijn dorp Austerlitz in de gemeente Zeist in 2013 een succesvolle coöperatie van inwoners opgezet die steun, hulp en zorg biedt aan de inwoners. Hierdoor kunnen ouderen zo veel mogelijk zelfstandig in het dorp blijven wonen. En dat is cruciaal voor het welzijn, zo weet de basisarts en adviseur in de zorg, waarbij hij een schrijnend voorbeeld aanhaalt van een man die twee maanden nadat hij naar een instelling elders verhuisde, overleed.

Het 'geheim' is het inzetten van de zogenaamde Zilveren Generatie (redelijk vitale ouderen tussen de 65-80 jaar). Zij helpen nog oudere dorpsgenoten door hen bijvoorbeeld ergens naartoe te rijden, boodschappen te doen en samen te eten. „10% van de 2200 inwoners doet mee, aan mensen hebben we absoluut geen gebrek. Je moet het alleen organiseren. Een paar mensen moeten er in het begin de schouders onder zetten.” Intussen is deze coöperatie niet de enige in Nederland, en bestaan er minstens 1500 soortgelijke initiatieven, verenigd in het netwerk Nederland Zorgt voor Elkaar.

Vragen

Jan ziet de vergrijzing niet alleen maar als een probleem. „Vroeger werden mensen niet ouder dan 60. Het is vooral ook een zegen dat we zo oud worden.” De volgende sprekers, het Makerscollectief kunst & zorg van Asa Scholma, Jedidja Smalbil en Femke Seele benaderen het thema ouderen en zorg ook niet als probleem. De kunstenaars zoeken naar alternatieve manieren van kijken naar dementie. Verwacht wordt dat in 2040 21.000 Friezen te kampen hebben met deze ziekte. In onder andere verpleeghuis 't Blauwbörgje in Groningen gingen ze met verzorgers en mantelzorgers in gesprek. Wat deze 'vrije ideeënplek' precies oplevert, is een vraag die leeft. „Wij zoeken niet zozeer naar antwoorden of maken een concreet kunstwerk. We willen patronen lostrekken”, vertelt Scholma, die ook teamcoach is bij zorginstelling Dignis in Groningen, maar stellen vragen als: wat is zorg, wat is wonen, en wie zorgt eigenlijk voor wie?”

Wonen met een plus

De bezoekers van de inspiratiesessie hebben vooral behoefte aan concrete ideeën, over nieuwe woonvormen met name, zoals de moderne hofjes die in de documentaire aan bod komen. Spreker Marco Hormann van Bureau Weusthuis en Partners gaat in op de vraag hoe zorgdragen voor elkaar binnen nieuwe woonconcepten mogelijk is, zoals in het concept 'Wonen met een plus' dat onder andere in het Groningse Loppersum is gerealiseerd. „Het is wonen voor kwetsbare mensen, waar ze kunnen ontmoeten, maar ook ondersteuning, diensten en zorg waar nodig.” Inwoners en maatschappelijke organisaties dachten mee over de invulling. ***Zulke woningen zijn betaalbaar voor de kleine beurs en het concept is schaalbaar, betoogt Hormann. „En moeten dat ook zijn voor de toekomst.”***

Zelf oplossen

Hormann wordt door overheden ingeschakeld om dit soort processen te begeleiden. Projecten als deze vragen een lange adem en samenwerking vanaf het prilste begin tussen onder andere wooncorporaties, architecten, zorgaanbieders en gemeentes. Jan Smelik adviseert ouderen intussen vooral zelf eigenaarschap te nemen. ***„De sleutel ligt in het dorp, de buurt en de wijk. Ga het samen oplossen. Wacht niet op de overheid, want dat duurt te lang.”***

De komende tijd gaan we verder op verkenning binnen het thema zorg & samenleving.
Met als doel een samenleving waarin iedereen mee kan doen! **Denk, inspireer en
praat je mee?**