

## Top 10 seniorvriendelijke woonomgeving

Bron – Beter Oud - <https://www.beteroud.nl>  
// 01/05/2019

Langer thuis blijven wonen door ouderen vraagt aanpassingen in de woonomgeving. Want ook in een aangepaste woning is het niet fijn om alleen achter de geraniums te zitten. Ouderen willen dat er voorzieningen in de buurt zijn (denk aan AAA: Albert Heijn of Aldi, Arts en Apotheek), dat het veilig is, dat er vervoer en wandelmogelijkheden zijn en dat er ontmoetingsplekken zijn.

Dit artikel is eerder verschenen in het tijdschrift stedenbouw en architectuur.

### 1. Voorzieningen

Voorzieningen, zoals winkels, huisartsenpraktijk, maar ook simpele dingen als de brievenbus moeten goed bereikbaar zijn, op loopafstand (maximaal 500 meter), en gemakkelijk te bereiken met het openbaar vervoer of via haal- en brengdiensten. Zo'n dienst is de door het Nationaal Ouderenfonds geïnitieerde BoodschappenPlusBus.



### 2. Speciale looproutes

Speciale looproutes die de route van een wooncomplex naar de winkel aangeven zodat ook iemand die wat vergeetachtig wordt of waarvan de oriëntatie achteruit gaat, de weg kan blijven vinden. Bijvoorbeeld bij het Odensehuis in Amsterdam en in de wijk Ommoord in Rotterdam waar blauwe vergeetme-nietjes op de stoep de route aangeven.



### 3. Overzichtelijke openbare ruimte

Ouderen zijn gebaat bij een overzichtelijke indeling van de openbare ruimte; ruime trottoirs zonder obstakels of losliggende tegels, goede verlichting, veilige oversteekplaatsen. En stoplichten die niet zo snel op rood springen! 'Shared spaces' zijn onder ouderen niet populair. Door verminderde snelheid, visus of gehoor worden het onneembare hindernissen.



## 4. Openbare toiletten

Onder de inzendingen voor de prijsvraag WHO CARES van de Rijksbouwmeester waren er enkele die aandacht vroegen voor meer openbare toiletten zodat ook mensen die frequent naar het toilet moeten er zonder problemen op uit kunnen trekken. En dat zijn niet alleen ouderen. Zo zijn er Michi-Noeki's, geïnspireerd op Japanse pleisterplaatsen Michi-No-Eki: informele en laagdrempelige plekken waar je naar de wc kunt, een kopje koffie kunt drinken, informatie vindt, met vragen terecht kunt en waar een luisterend oor wordt geboden.

## 5. Bankjes en tafels

Goed geplaatste bankjes op 100 à 125 meter afstand langs veelgebruikte looproutes, bij parken of speelplekken maken het mogelijk even te rusten maar stimuleren ook toevallige ontmoetingen. Bij ouderenwooncomplex Akropolis in Amsterdam zijn de picknicktafels langs het kanaal een geliefde ontmoetingsplek geworden.

## 6. Gemeenschappelijke tuin

Een buurtmoestuin, gemeenschappelijke kruidentuin of generatietuin kan een prettige plek zijn waar jong en oud elkaar ontmoeten. Op veel plekken waar openbaar groen slechts een functie als decor heeft, zorgt de transformatie naar een

buurttuin ervoor dat de ruimte actief wordt gebruikt en stimuleert ouderen om actief bezig te zijn.

## 7. Buurtvoorziening

Ouderen noemen als belangrijke voorziening in de buurt een ontmoetingsplek als een buurtkamer, buurthuis of bibliotheek waar ouderen terecht kunnen met vragen, waar ze te woord worden gestaan, waar ze folders kunnen halen en formulieren kunnen inleveren.

## 8. Toegankelijk openbaar vervoer

Toegankelijk openbaar vervoer met beschutte haltes en aangepast vervoer voor mensen die minder mobiel zijn. Een snel groeiend project is ANWB AutoMaatje. Vrijwilligers vervoeren hun minder mobiele plaatsgenoten tegen een geringe onkostenvergoeding. Doordat de ANWB al haar kennis, software, begeleiding, training en materiaal gratis beschikbaar stelt, kunnen gemeenten snel en zonder grote investeringen deze vervoerservice opzetten.

## 9. Verblijfsruimte met uitzicht op straat

Fysieke en sociale veiligheid is een belangrijk punt voor ouderen. Door op de begane grond verblijfsruimtes met uitzicht op straat te realiseren, hebben gebruikers van de openbare ruimte het gevoel dat er 'meegekeken' wordt vanuit het gebouw. Dit vergroot het veiligheidsgevoel.

## 10. Beweegtuinen

Beweegtuinen zijn parkjes ingericht met allerlei laagdrempelige fitnessstoestellen. Ook kunnen ze langs een wandelroute worden gerealiseerd. Ouderen kunnen er zelf of onder begeleiding oefeningen doen en elkaar ontmoeten.