

Woningaanpassingen en de invloeden op het langer zelfstandig thuis wonen

Bachelorproject

Niels Annema
s2519658

Inhoud

Samenvatting.....	3
Inleiding.....	4
Theoretisch kader.....	6
Methodologie.....	9
Resultaten	11
Conclusie	15
Literatuurlijst.....	17
Bijlage 1 - Interviewguide.....	19
Bijlage 2 – Transcript interview.....	21
Bijlage 3 – Code tree.....	30

Samenvatting

Nederland is aan het vergrijzen en de woningmarkt moet met de bevolking mee veranderen. Ouderen willen zo lang mogelijk in hun woning blijven wonen, maar door ouderdomsgebreken zal de woning wel aangepast moeten worden om deze levensloopbestendig te maken. Er is nog weinig bekend over het effect van het aanpassen van de eigen woning op de woonkwaliteit en waardering van de woning voor ouderen. Dit onderzoek tracht meer inzicht te krijgen in de beleving van ouderen over deze woningaanpassingen. Aspecten die hierin meewegen zijn de waarde die mensen hechten aan de woning, de sociale norm, de directe omgeving en de fysieke staat van de ouderen. Door middel van kwalitatief onderzoek is gekeken naar de achterliggende redenen van ouderen om hun eigen woning aan te passen. Hieruit kwam naar voren dat de grootste obstakels in de woning de drempels, verhogingen en kleine ruimtes waren. Dit werd door ouderen opgelost door het gebruik van voornamelijk kleine woningaanpassingen en enkele grote verbouwingen. De meest gekozen oplossing was het verhuizen van de leefomgeving naar de benedenverdieping. Mensen behouden hun eigen woningen voornamelijk doordat ze er lange tijd wonen, een sterke sociale band hebben met de omgeving en ruimte willen behouden voor eventuele logees. Ouderen hechten veel waarde aan hun woonomgeving en ervaren het niet problematisch wanneer de mobiliteit achteruit gaat door het gebruik van deze woningaanpassingen. Naar aanleiding van dit onderzoek kan men concluderen dat woningaanpassingen een positief effect kunnen hebben op het langer zelfstandig thuis wonen van ouderen. Het is vanuit beleidsoogpunt nuttig om preventieve woningaanpassingen te stimuleren en ouderen te informeren naar de waarde hiervan, aangezien dit de zorgkosten kan verminderen en de woonkwaliteit van ouderen kan verbeteren.

Inleiding

Nederland is aan het vergrijzen en de woningmarkt staat voor een aantal uitdagingen om deze vergrijzing op te vangen. Mensen worden gemiddeld steeds ouder door een verbeterde kwaliteit van de zorg. Er wordt voor de toekomst echter wel verwacht dat de kosten van deze zorg door de vergrijzing steeds moeilijker betaalbaar blijven (Jang et al., 2013). Daarom is het vanuit beleidsoogpunt nuttig om na te denken over alternatieven voor de stijgende zorgkosten. Hierdoor kan het rendabel zijn om te kijken naar de mogelijkheden voor het stimuleren van langer zelfstandig thuis wonen (Abramsson & Andersson, 2016).

Er is daarnaast een ontwikkeling gaande dat er alsmaar minder plaatsen beschikbaar zijn in verzorgingstehuizen. Dit heeft verschillende oorzaken, onder andere door de wens van ouderen om langer zelfstandig in hun woning te blijven wonen. Er zijn voor ouderen in dat geval twee opties beschikbaar, verhuizen naar een geschikte woning, of het verbouwen van de eigen woning (Iersel et al., 2010).

Het blijven wonen in de eigen woning kan een positief effect hebben op ouderen. Deze eigen woningen hebben voor ouderen betekenis en ze hechten hier waarde aan. Het zelfstandig thuis wonen wordt door ouderen geassocieerd met gevoelens als waardigheid en onafhankelijkheid. Hierdoor prefereren mensen het blijven wonen in de eigen woning, ook bij hogere leeftijd (Ekstam et al., 2016). Ouderen blijven het liefste wonen waar ze het grootste deel van hun leven hebben gewoond. Er wordt veel waarde toegeschreven aan de rol van zelfstandig thuis wonen op de kwaliteit van leven (Nakhodaezadeh et al., 2017).

Aan de andere kant is het zelfstandig thuis blijven wonen ook een reden tot zorg. Ouderen hebben veelal de wens om in hun eigen woning te blijven, maar dit is door de gebreken die ouderdom met zich meebrengt niet altijd even goed mogelijk. Een woning kan gevaarlijk worden wanneer de mobiliteit van ouderen achteruit gaat. Vooral kleine ruimtes, drempels en trappen kunnen moeilijkheden vormen op hogere leeftijd (Afifi et al., 2015). De woning moet in dat geval aangepast worden aan de veranderende situatie. Om de kwaliteit van leven hoog te houden, moeten obstakels in de woning worden weggenomen. Een groot aspect van de onveiligheid omtrent de woonsituatie van ouderen is het gevaar van vallen. Het vallen in de eigen woning is het voornaamste probleem bij het ontstaan van verwondingen bij ouderen. Van het totaal aantal vallen komt de helft voor binnen de thuissituatie (Meucci et al., 2016). Het vallen van ouderen zorgt daarnaast voor een groot deel van de zorgkosten. Het is daarom belangrijk te kijken naar aanpassingen die deze onveiligheid weg kunnen nemen (Jang et al., 2013).

Ondanks de mogelijke problemen en gevaren kiezen veel ouderen er vervolgens voor om in het huis te blijven wonen. Deze huizen betekenen veel voor ouderen en hier zijn veel herinneringen en gevoelens aan verbonden. Mensen accepteren de lagere woonkwaliteit omdat ze de waarde aan de woning hoger waarderen. Dit is een mogelijke verklaring voor het kleine aantal verhuizingen bij ouderen (de Jong et al., 2012). Het is voor ouderen daardoor van belang dat ze op tijd een geschikte woning hebben of hun eigen woning geschikt hebben gemaakt door middel van aanpassingen. Er is in de wetenschappelijke literatuur echter geen eenduidig antwoord te vinden op de vraag hoe een geschikte woning het beste gerealiseerd kan worden. Het is echter wel belangrijk dat onderzocht wordt hoe ouderen reageren op het aanpassen van de eigen woning. Onderzoek van Ekstam et al. (2016) laat namelijk zien dat een aanpassing aan de woning voor ouderen ingrijpende gevolgen kan hebben. Het aangezicht van de woning wordt aangepast, ouderen moeten hun leven aanpassen en de aanpassingen leren gebruiken. Het is hiervoor belangrijk dat ouderen inspraak hebben op de veranderingen die

plaatsvinden. Ze willen controle over de situatie omdat er anders een negatieve lading ontstaat rondom de verbouwing en er juist betekenis van de plaats verloren gaat (Ekstam et al., 2016).

Onderzoeksvraagstuk

Het vraagstuk wat centraal staat in dit onderzoek is de relatie tussen de waardering van de eigen woning en het verbouwen van de eigen woning om langer zelfstandig thuis te blijven wonen. Dit omdat de keuze om langer in de huidige woning te blijven wonen gepaard gaat met een sterk gevoel van plaatsgebondenheid. De afweging tussen emotie en de ratio is interessant om hier te onderzoeken, aangezien ouderen bewust moeten gaan nadenken over de te ondernemen stappen (Lien et al, 2015). Er is nog maar weinig bekend over de beleving van ouderen in hun eigen woning in relatie tot het aanpassen van deze woning. Dit onderzoek tracht een duidelijker inzicht te schepen in de waarde die ouderen hechten aan een woning waar ze het grootste deel van hun leven hebben gewoond. Daarnaast is het relevant om te kijken wat er aan de woning aangepast moet worden om de woning ook op latere leeftijd bewoonbaar te houden.

De onderzoeksvraag die centraal staat in dit onderzoek is:

“Hoe denken ouderen in Noord-Nederland over de bijdrage van het verbouwen van de eigen woning aan het langer zelfstandig thuis blijven wonen en welke rol speelt de plaatsbetekenis hierbij?”

- 1. Hoe ervaren ouderen hun eigen woning en welke betekenis kennen zij eraan toe?*
- 2. In hoeverre maken ouderen de overweging tussen verbouwen of verhuizen?*
- 3. Waar in de woning ondervinden ouderen obstakels en op welke manieren zijn deze weg te nemen?*
- 4. In hoeverre zijn ouderen zich bewust van het moeten anticiperen op mobiliteitsproblemen?*
- 5. Wat is de rol van de sociale omgeving in de beslissing om te verbouwen?*

Structuur

Er zal eerst een theoretisch kader volgen waarbij er wordt uitgeweid op de bestaande wetenschappelijke literatuur. Dit zal gebeuren aan de hand van het conceptueel model, wat als leidraad gevolgd is om uit te leggen welke aspecten meespelen in de keuze om de eigen woning te verbouwen. Daarna wordt uitgelegd waarom er is gekozen voor een kwalitatief onderzoek, hoe de participanten zijn verworven en hoe de dataverzameling tijdens het onderzoek is verlopen.

Vervolgens zullen de resultaten besproken worden. Hierin wordt uitgelegd wat er in de interviews naar voren is gekomen en wordt besproken hoe dit is terug te koppelen naar de wetenschappelijke literatuur. In de conclusie wordt het onderzoeksvraagstuk behandeld en worden de hoofd- en deelvragen uiteindelijk besproken en aan de hand van de resultaten beantwoord.

Theoretisch kader

Ouderen kiezen er steeds vaker voor om zelfstandig in hun eigen huis te blijven wonen. Ouderen geven de voorkeur aan 'ageing in place'. Op hogere leeftijd prefereren mensen over het algemeen een langer verblijf in hun eigen woning. Redenen waarom ouderen in hun eigen huis oud willen worden, zijn algehele tevredenheid over de buurt en het bestaande netwerk wat de ouderen hebben en niet weer ergens anders willen opbouwen. Indien het huis te groot is gebleken voor de ouderen zelf wordt dat juist gezien als voordeel, aangezien de kinderen en familie er dan kunnen logeren wanneer ze dat willen, of wanneer dit noodzakelijk is in verband met gezondheidsproblemen bij de oudere. Mede hierdoor besluiten de meeste ouderen, mochten ze willen migreren, binnen de huidige woonplaats te verhuizen (Kramer & Pfaffenbach, 2015).

Uit onderzoek van Lien et al. (2015) komt naar voren dat ouderen in grote lijnen drie opties hebben om de woonsituatie in hun eigen woning te verbeteren bij beperkingen in de mobiliteit. Dit kan bereikt worden door een actieve of passieve houding ten opzichte van de problemen. De eerste optie voor ouderen is het aanpassen van de dagelijkse routine, bijvoorbeeld door minder activiteiten te ondernemen. Door hun routine te veranderen en op een andere manier gebruik te maken van hun woning kunnen ze blijven wonen in een onveranderd huis. Een tweede mogelijkheid is de hulp inroepen van meer ondersteuning. Dit kan op verscheidene manieren als thuiszorg, mantelzorg of met behulp van e-health (Lien et al., 2015). De externe partijen die de woningen van ouderen binnen moeten komen, bijvoorbeeld de thuiszorg, worden door ouderen echter niet altijd positief ervaren. Ze komen de levens van de ouderen binnen en dit kan ervaren worden als zijnde storend. Ouderen hechten veel waarde aan hun privacy en zelfstandigheid, twee factoren die door de aanwezigheid van externe partijen worden aangetast (Hodson et al., 2016).

De derde keuze is het aanpassen van de eigen woning om het verlies in mobiliteit te compenseren, het onderwerp wat in dit onderzoek ook behandeld wordt. Deze optie wordt door ouderen echter minder vaak preventief gekozen, maar juist wanneer het aanpassen van de woning noodzakelijk wordt door fysieke of mentale problemen die gepaard gaan met ouderdom (Lien et al., 2015)

Place attachment

De rol van het behoud van de eigen woning wordt verder onderzocht in het artikel van de Jong et al. (2012). In dit onderzoek wordt het begrip 'staying put' onderzocht. De meerderheid van de ouderen zou er voor kiezen om te blijven wonen waar ze nu wonen. Ze beschrijven dit als zijnde een keuze, meer dan een beperking. Er wordt in het onderzoek ook gesteld dat ouderen zoveel waarde hechten aan hun woonplaats dat ze sneller akkoord gaan met eventuele problemen die ze ondervinden met hun woning, een mogelijke verklaring voor het beperkte aantal verhuizingen bij ouderen. Onderzoek van Kramer en Pfaffenbach (2015) bevestigt een sterke emotionele band met de woning en de directe leefomgeving van mensen in de leeftijdscategorie van 50 tot en met 60 jaar, de toekomstige ouderen.

Verhuizen of verbouwen

Hieruit valt te concluderen dat het voor ouderen zeker van waarde is om langer zelfstandig thuis te blijven wonen. Het is hierdoor nuttig te kijken naar het preventief verbouwen van de eigen woning, om deze geschikt te maken voor ouderdom, in plaats van te verhuizen naar een zorginstelling.

Mensen worden steeds ouder en hierdoor is er een stijging in het aantal mensen dat een leeftijd bereikt waarop veel mobiliteitsproblemen ontstaan. Dit vormt een uitdaging voor de woningmarkt, waar de komende jaren voldoende gebruiksvriendelijke woningen aangeboden moeten worden. (Abramsson & Andersson, 2016).

Hierdoor is het waardevol om te kijken naar de achterliggende motieven om de woning aan te passen en de mogelijkheden die het verbouwen van de eigen woning biedt.

Sociale normen

Lager et al. (2016) concluderen in hun onderzoek naar het preventief aanpassen van de woning dat sociale normen ook meespelen in de keuze van ouderen om de woning aan te passen. Ouderen ondervinden het moeten aanpassen van de woning als zijnde stigmatiserend. Ouderen kunnen een woningaanpassing ervaren als het moment dat men moet toegeven dat ze rekeningen moeten houden met ouderdom. Het is confronterend om na te moeten denken over aanpassingen aan de woning, aangezien dat impliceert dat men toegeeft dat ouderdom gebreken met zich meebrengt. Verder stellen ze dat er nog veel gedaan kan worden om een positieve draai te geven aan het aanpassen van de eigen woning. Woningaanpassingen hebben nu namelijk nog een negatieve lading die weggenomen kan worden (Lager et al., 2016).

Gezondheid van ouderen

Oswald et al. (2007) constateerden dat mensen die zelfstandig in toegankelijke huizen wonen over het algemeen gelukkiger zijn en minder last hebben van symptomen van depressie. Een gevoel van zelfstandigheid over de woonsituatie geeft ouderen een bepaalde voldoening. Niet alleen de objectieve drempels, maar juist de beleving van de ouderen speelt een grote rol in het gezond ouder worden in de eigen woning. Andere conclusies die getrokken konden worden uit het onderzoek van Oswald et al. (2007) waren dat niet het aantal barrières, maar juist de omvang van de mobiliteitsproblemen meeweegt in het welzijn van ouderen. Het zijn de grote mobiliteitsproblemen die bepalend zijn in de tevredenheid over de woonsituatie. Een woning is voor ouderen niet iets waar slechts negatief tegenaan gekeken kan worden in verband met bijvoorbeeld gevaar voor vallen. Zelfstandig wonen kan juist een positief effect hebben op de gezondheid van ouderen (Oswald et al., 2007)

Een slecht toegankelijke woning kan problemen vormen voor het welzijn van ouderen. Vooral de ongelukken als vallen, of juist de angst daarvoor, zorgen ervoor dat ouderen niet meer volledig kunnen of willen functioneren. Deze onzekerheid heeft sterke negatieve implicaties voor het gevoel van zelfstandigheid en eigenwaarde. Dit kan uiteindelijk resulteren in gevoelens van depressie (Heywood, 2005). Het wordt voor de ouderen gevoeld als een keuze tussen constant vragen om hulp bij verscheidene bezigheden, of minder actief worden en bepaalde inspanningen helemaal niet meer uit te voeren. Aanpassingen aan de woning hebben belangrijke implicaties voor de levens van ouderen. Een aanpassing kan de pijn wegnemen die ouderen voorheen hadden met het bewegen in eigen woning. Daarnaast worden ongelukken voorkomen kan de angst om te vallen weggenomen worden, met als gevolg dat ouderen actiever kunnen blijven en een verkleinde kans hebben op depressie (Heywood, 2004).

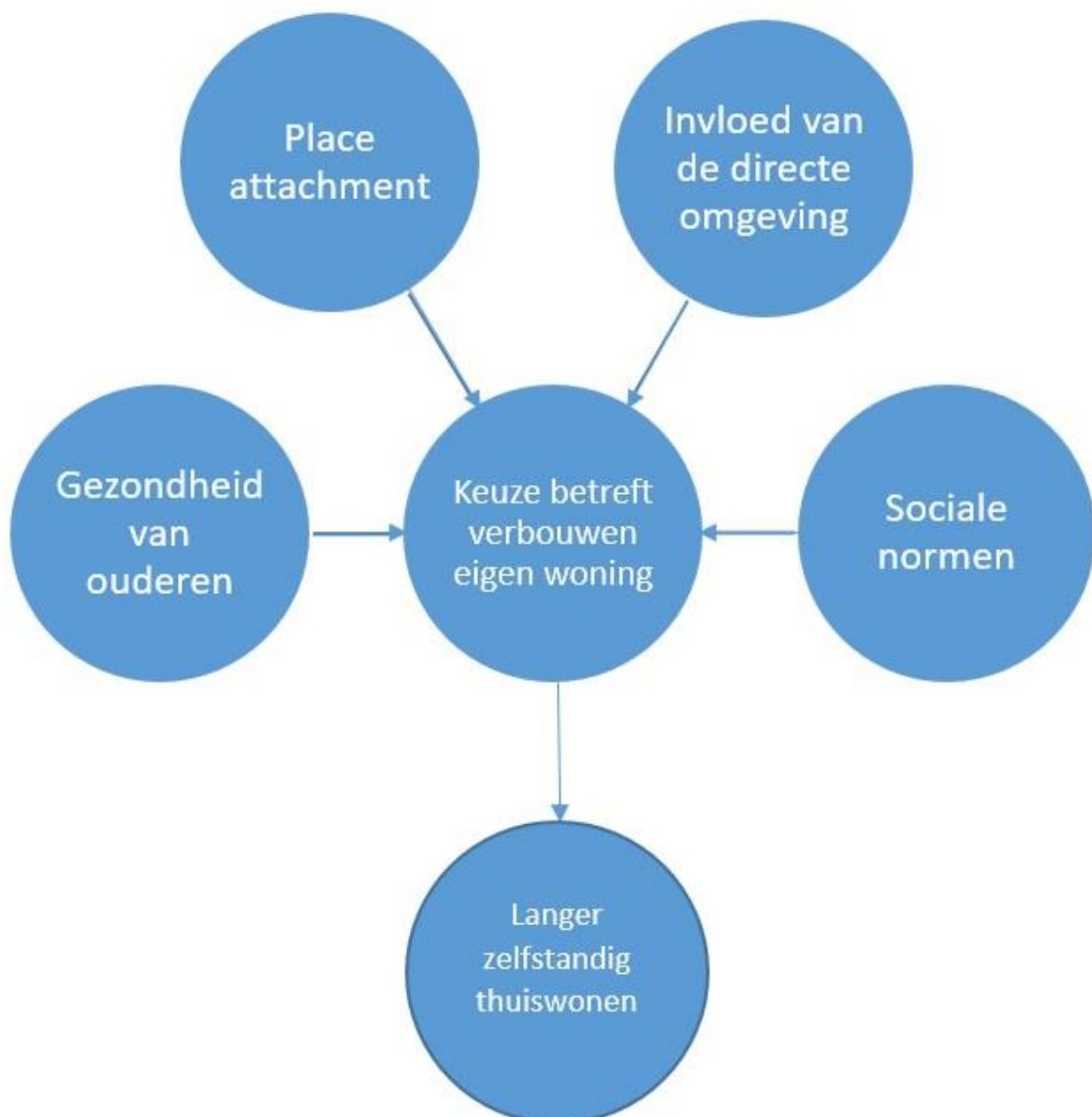
Invloed van de directe omgeving

De sociale omgeving van ouderen speelt volgens Aplin et al. (2015) een kleinere rol in het besluitvormingsproces om de woning te verbouwen. Aan de andere kant zijn de familieleden en burens een sterke stimulans voor woningaanpassingen. Vooral de mensen in de directe omgeving die helpen in het zorgen voor de oudere hebben veel invloed, aangezien deze mensen ook gebruik zullen maken van deze aanpassingen en hierdoor vaak profijt hebben (Aplin et al., 2015). Mantelzorgers en partners van mensen met een fysieke of mentale beperking ondervinden veel stress van het verzorgen van de oudere wanneer de woning niet adequaat is aangepast. Er bestaat een constante angst voor

ongevallen bij de oudere. Door het aanpassen van de woning worden ook deze mensen ontlast (Hodson et al., 2015).

De directe persoonlijke omgeving heeft slechts weinig invloed op de uiteindelijke beslissing om de woning aan te passen. De tevredenheid over de buurt is echter wel een belangrijke factor in de keuze tussen verhuizen en blijven. Ouderen willen minder snel verhuizen wanneer ze de buurt een prettige omgeving vinden. Uit het onderzoek van Kramer en Pfaffenbach (2015) blijken een rustige omgeving, nabijheid van winkels en voorzieningen en een mooie omgeving de belangrijkste factoren die een prettige buurt definiëren.

Conceptueel model



Figuur 1: Conceptueel model. Aan de hand van het theoretisch kader komt naar voren dat de vier aspecten gezondheid, place attachment, invloed van de directe omgeving en de sociale normen invloed hebben op de keuze om de eigen woning aan te passen. Het aanpassen van de eigen woning kan vervolgens een positief effect hebben op het langer zelfstandig thuis kunnen wonen.

Methodologie

Methode

In dit onderzoek is gekozen voor kwalitatief onderzoek. De waarde die ouderen hechten aan hun woning kan het beste onderzocht worden aan de hand van interviews, aangezien er bij de interviews dieper ingegaan kan worden op de achterliggende emoties die meespelen in de beslissing die is gemaakt met betrekking tot het aanpassen van de woning (Longhurst, 2010). Het is een onderwerp waarbij een kwalitatieve verdieping meer inzicht biedt in de redenen die ouderen hebben voor de keuze om de woning aan te passen.

Dataverzameling

Om participanten te werven zijn zo veel mogelijk contacten ingeschakeld die in de zorg werken of door hun werk veel contact hadden met ouderen. In eerste instantie is er gezocht naar ouderen die grote woningaanpassingen hebben gedaan, waarbij gedacht is aan verbouwingen als een traplift. Deze doelgroep was te specifiek, waardoor het lastig was om deze ouderen te vinden. Vervolgens is er gezocht naar een bredere doelgroep en is ook gezocht naar ouderen die kleinere woningaanpassingen hebben gedaan en ouderen die hier al sterke ideeën over hebben. Met behulp van het sneeuwbaaleffect is vervolgens gezocht naar andere participanten. In Borger is een praatgroep gehouden met zes bewoners van de wijk. Verder zijn er nog drie losse interviews gehouden. De interviews vonden plaats bij de participanten thuis, in eerste instantie bij de ouderen aan de keukentafel. In de loop van het interview werd het gesprek verplaatst door het huis, waarbij de participanten ter plekke konden vertellen over de aanpassingen aan de woning. De interviews varieerden van 40 minuten tot anderhalf uur bij de praatgroep in Borger.

Analyse

De interviews zijn vervolgens getranscribeerd in Word en gecodeerd aan de hand van inductieve codes die voortkwamen uit het theoretisch kader. Daarna is er gekeken naar verbindende elementen tussen de interviews en hieruit kwamen deductieve codes.

Ethische kwesties

De participanten zijn vooraf geïnformeerd over het onderzoek en de verwerking daarvan. Er is vooraf toestemming gevraagd aan de ouderen om het gesprek op te nemen. Hierbij is aangegeven dat de interviews anoniem verwerkt zullen worden en dat er vertrouwelijk met de gegevens zal worden omgegaan. Daarnaast is uitgelegd dat de ouderen ten aller tijde het interview konden pauzeren mocht dat nodig zijn en ze geen vragen hoefde te beantwoorden als ze dat niet wilden.

Reflectie

De participanten leken enigszins op elkaar, aangezien alle ouderen in een dorp wonen met redelijk vergelijkbare voorzieningen. In tabel 1 zijn de overeenkomsten te zien tussen de gegevens van de participanten. De dorpen hadden naar volgens deze participanten een goede bereikbaarheid met andere gebieden waardoor ze naar eigen zeggen niets misten qua beschikbare voorzieningen. Daarnaast waren de participanten hoog opgeleid en gaven de ouderen aan dat ze allemaal de beschikking hadden tot voldoende financiële middelen om de aanpassingen te betalen. Hierdoor is een groot deel van de ouderen in Noord-Nederland niet meegenomen in dit onderzoek. Dit is deels het gevolg van het werken met een sneeuwbaaleffect, waardoor het niet is gelukt om ouderen te vinden in stedelijke gebieden die aanpassingen aan hun woning hebben gedaan.

Deelnemer	Leeftijd	Woonplaats	Type woning	Woontuur in woning	Aanpassing
Mevrouw J.	70	Hardegarijp	Vrijstaand	42 jaar	Verhuisd naar benedenverdieping, drempels weg
Mevrouw en de heer G.	84	Hardegarijp	Twee-onder-een kap	41 jaar	Traplift, drempels weg, schansen bij verhogingen
Mevrouw W.	81	Ruinen	Twee-onder-een-kap	Twee weken, daarvoor 61 jaar	Drempels weg
De heer en mevrouw L.	74 en 75	Borger	Vrijstaand	20 jaar	Nog geen, plan voor wonen benedenverdieping
De heer van O.	81	Borger	Vrijstaand	18 jaar	Verhuisd naar benedenverdieping, gelijkvloers gemaakt
De heer en mevrouw V.	70 en 78	Borger	Vrijstaand	12 jaar	Verhuisd naar benedenverdieping, gelijkvloers gemaakt

Tabel 1: Gegevens van de participanten.

Resultaten

Woning bezit

De ouderen woonden lange tijd in hun huidige woning, in de meeste gevallen zelfs sinds de woning gebouwd is. Het waren in alle gevallen koopwoningen. Eén oudere was echter net twee weken verhuisd naar haar nieuwe woning, maar had daarvoor 61 jaar aan de overkant van de straat gewoond. Het werd voor haar noodzakelijk te verhuizen aangezien haar man last kreeg van dementie en niet meer in het oude huis kon wonen. De ouderen vonden het door de omstandigheden belangrijk om in een bekende en vertrouwde omgeving te blijven. Ze konden verhuizen naar de overkant van de straat en hebben vervolgens daar de woning aangepast en bewoonbaar gemaakt voor iemand met dusdanige mobiliteitsproblemen. De participant zei hierover:

“Ik denk 61 jaar. Kijk en dan moet je niet nog een andere plek doen. Dus toen zijn we hier terecht gekomen en hij zit nou dicht bij zijn eigen huis nog. Ik hoop niet zo, binnenkort dat hij weg is maar tot nu toe heeft hij nog een eigen woning.” (Mevrouw W.)

De participant was blij met een woning in dezelfde omgeving als waar ze voorheen hebben gewoond. Het was voor deze mensen niet meer mogelijk om naar een compleet nieuwe omgeving te verhuizen en daar een nieuw sociaal netwerk op te bouwen.

Plaatsbinding

Ouderen hechten waarde aan hun woning en de bekende buurt als ze er langere tijd wonen. Voor de andere ouderen geldt hetzelfde, de woningen waren voornamelijk gekocht in de tijd dat ze nog kinderen thuis hadden wonen. In de loop der jaren zijn de kinderen uit huis gegaan, maar zijn de ouderen er blijven wonen. De buurt voelt vertrouwd aan en de buren woonden er veelal vergelijkbare tijd als de participanten. Zo stelde één oudere:

“Ja, toch wel. Ja hoor. Want de buren aan die kant die wonen hier net zolang als ik hier woon, moet je nagaan. De buren aan de andere kant die, ja ietsje minder lang, maar lang genoeg om heel goed te kennen. Zoals ik zei er wordt heel weinig verhuisd in deze straat met deze huizen, het bevalt gewoon.” (Mevrouw J.)

Mensen in de onderzochte buurten kennen elkaar hierdoor erg goed. Het zijn bekende gezichten en dit voelt voor ouderen vertrouwd aan.

Woning waardering

De participanten waren tevreden over hun huidige woningen, ondanks dat ouderen aangaven dat activiteiten in en om huis lastiger worden naarmate je ouder wordt. Aspecten die in het bijzonder gewaardeerd werden waren de tuin en de grootte van de woning. Ouderen hechten grote waarde aan hun tuin. Bij enkele participanten moest de tuin plaatsmaken voor bijvoorbeeld een makkelijker begaanbaar pad of het vervangen van de tuin door grind, omdat de tuin in verband met gezondheidsproblemen niet meer onderhouden kon worden. Dit werd door de ouderen als zijnde jammer ervaren. In één interview gaf een participant aan:

“Achter had ik dus zoals je ziet gras, en er tuin geweest. Veel meer hier ook nog naast de garage. Dit was allemaal hartstikke mooi, maar dat is allemaal opgeofferd aan het terras dat je dus met een rolstoel ruimte hebt om je hier dus te bewegen.” (Mevrouw J.)

Hier gaf de participant aan dat ze de tuin mooi vond en het jammer vond dat de tuin moest plaatsmaken voor het terras. Echter, door de noodzaak van de gezondheidsproblemen erkende de

participant wel dat er offers gemaakt moesten worden. Het verlies van de tuin impliceert voor de ouderen een afname van de zelfstandigheid en vrijheid. Voor de ouderen die nog wel een tuin hadden was het werken in de tuin namelijk een grote hobby. Eén participant was langere tijd verlamd aan één been, maar had alsnog veel plezier in het onderhouden van de tuin. Dit ging niet altijd even makkelijk, maar het was zijn hobby en haalde er veel voldoening uit dat de tuin er goed bij lag. In het interview gaf hij aan:

“Ja om te zeggen dat de tuin te groot voor ons is ben ik het niet mee eens. Volgens mij ligt de tuin er nog aardig goed bij. Ik was er net nog om de laatste loodjes te leggen.” (Meneer G.)

Deze quote geeft aan dat de participant het oneens is met de sociale norm. Hij ervaart hier een sociale norm dat een oudere met een beperking geen grote tuin kunnen onderhouden. Hier is hij het niet mee eens, aangezien het werken in de tuin een grote hobby van hem is.

Een andere positieve dimensie die door ouderen werd genoemd was de grootte van de huidige woning. Het werd voor ouderen weliswaar lastiger om het huishouden zelfstandig te volbrengen, maar hier halen ze wel voldoening uit. Voor de grotere huishoudelijke taken werd wel hulp ingeschakeld voor circa twee tot vier uur in de week. De participanten waren trots op deze zelfredzaamheid. Zoals een participant zei:

“We moeten zelf ons huishouden doen, we hebben eens in de twee weken hulp voor twee en een half uur, dat is alles eigenlijk. (...) We zijn self-supporting. (Mevrouw G.)

De aanwezigheid van de huishoudelijke hulp werd hier door de ouderen niet veel genoemd en werd gebagatelliseerd. Ze spraken voornamelijk met trots over hun zelfstandigheid. In Oswald et al. (2007) werd dit ook gevonden. Een gevoel van zelfstandigheid geeft ouderen voldoening.

Een ander voordeel wat de ouderen ondervonden van een grote woning was de aanwezigheid van logeerkamers. De resterende, ongebruikte ruimte wordt als nuttig ervaren, aangezien de ouderen ervaren dat de kinderen ver weg wonen. De participanten gaven aan dat de kinderen er ook voordeel in zagen dat er logeerkamers waren in het geval de ouderen gezondheidsproblemen ondervinden. Dit was bijvoorbeeld het geval bij een vrouw die haar man heeft verloren aan dementie. Hier kwamen de kinderen regelmatig langs om te zorgen voor haar man, ook om haar te ontlasten waardoor ze alsnog haar hobby's kon beoefenen. In het interview zei ze over de hulp van familie en de burens:

“Dus zodoende ben ik toch wel, nou door de tijd geholpen. En dat is hartstikke mooi. Dat is dus het netwerk wat je om je heen hebt en de familie die je om je heen hebt en de burens. Dus dat vond ik ja, nou daar ben ik heel dankbaar voor, daar ben ik heel blij om. Ik hoop ook dat het zo blijft, dan denk ik je wordt hier met zijn allen een klein beetje oud in de straat. Dan moet je wel op elkaar passen, op deze manier.” (Mevrouw J.)

Het was voor deze participant dus belangrijk dat de kinderen in haar woning konden logeren. Deze quote geeft aan dat ze de gekregen hulp enorm waardeert en dat het haar helpt in het proces om in haar eigen woning oud te worden. Dit is in lijn met de literatuur, aangezien onderzoek van Kramer en Pfaffenbach (2015) ook concludeerde dat ouderen voordeel zien in een grote woning in verband met de mogelijkheid tot het logeren van familieleden.

Woningaanpassingen

Uit de interviews kwam naar voren dat de grootste obstakels de drempels, verhogingen, trappen en kleine ruimtes waren. Dit werd door ouderen op verschillende manieren verholpen. Ouderen kozen voornamelijk voor het verplaatsen van de leefomgeving naar de benedenverdieping. Dit kon zonder

aanbouw als er genoeg ruimte was en anders werd er een aanbouw gedaan aan de woning. Doordat alles op de benedenverdieping is geplaatst was er geen noodzaak meer voor ouderen om de trap op en af te gaan. Na deze aanpassing kwamen de ouderen nauwelijks meer boven en deze ruimte werd enkel nog gebruikt als logeerkamer. Een participant zei in het interview bijvoorbeeld:

“Ik kom eigenlijk niet meer boven, ik moet gewoon af en toe. Nou ja ik kom er natuurlijk nog wel, ik heb nog mijn administratie boven. Maar daar zit ik niet alle dagen bij. Ja ik heb er eigenlijk niks meer te zoeken.” (Mevrouw J.)

Daarnaast was er nog één participant die een traplift heeft geïnstalleerd. Dit kwam voornamelijk voort uit een eerdere beslissing om dakkapellen te installeren om de bovenverdieping groter te maken. Naast de grote beslissingen als het verplaatsen naar de benedenverdieping of het installeren van de traplift hadden alle ouderen verder nog kleinere aanpassingen gedaan. Zo hadden alle participanten de drempels weggenomen en de kamers gelijkvloers gemaakt. Door middel van schansen konden de meeste verhogingen begaanbaar worden gemaakt.

Waarom wel/niet

Het aanpassen van de eigen woning is iets waar ouderen zeker over nadenken. Alle ouderen hadden er voor de beperking in mobiliteit over nagedacht en waren zich bewust van de noodzaak om de woning aan te passen. Het duurt voor de ouderen echter wel even voordat deze aanpassing ook daadwerkelijk wordt gerealiseerd. De mensen die nog geen aanpassing hadden gedaan, maar daar al wel over hadden nagedacht zeiden hierover:

“Ja de plannen liggen al klaar, we weten precies wat we daar willen. Tsjja, we zijn daar nu nog niet zo mee bezig, dat zien we tegen die tijd wel weer.” (De heer L.)

Uit deze quote valt te concluderen dat de participanten al hebben nagedacht over het langer zelfstandig thuis wonen en hoe ze dit aan willen pakken. De verbouwing zelf is echter veel werk en er is nog geen noodzaak aanwezig om dit aan te pakken. Door het gebrek aan noodzaak zien deze participanten geen reden om preventief hun eigen woning aan te passen.

Ook de mensen die de aanpassing al wel hadden gedaan hadden dat niet preventief gedaan. Het was na een plotselinge verandering in de gezondheidssituatie dat mensen overgingen tot actie. Het werd ineens noodzakelijk om de eigen woning aan te passen. Dit werd dan in vrij korte tijd gedaan. Met hulp van specialisten werden er snel plannen gemaakt die binnen enkele weken tot maanden klaar waren.

Deze aanpassingen bleken voor de ouderen een enorme opluchting. Door de aanwezigheid van fysieke of mentale problemen maken ouderen zich zorgen over de partner, die in een onveilige situatie verkeert. De aanpassing neemt deze onveiligheid weg en ouderen waren er weer gerust op.

“Voor mijzelf natuurlijk ook, want het is een stukje rustiger. Je hebt dan geen zorgen meer van hoe komt het en ja van de trap vallen op hoge leeftijd is ook geen pretje he.” (Mevrouw J.)

Beïnvloeden beslissing

De familie bleek erg meedenkend met de ouderen. De ouderen hadden enkel positieve verhalen over de betrokkenheid van de directe omgeving. Ze werden zeer gestimuleerd om langer zelfstandig thuis te wonen. Voor de kinderen was het daarnaast fijn omdat dit de plek is waar ze zijn opgegroeid. Zo speelt niet alleen de emotionele band van de ouderen mee met de beslissing om te verbouwen, maar ook die van de kinderen.

Niet alleen de kinderen, maar ook de buren spelen een rol in de besluitvorming om ergens te blijven wonen. De ouderen waren erg tevreden over hun buren. Er was wel verschillende mate van contact in de buurten. Zo zagen de mensen uit Borger elkaar bijna elke dag en was er een sterk gevoel van saamhorigheid. Mensen stonden voor elkaar klaar en hielpen elkaar met zaken als het huishouden. Eén van de buren was bijvoorbeeld hovenier geweest. Hij onderhoudt nu de tuinen van de ouderen die niet meer goed in staat zijn om dat zelf te doen. Vaak wonen de buren er ook al geruime tijd, waardoor het voor de participanten ondenkbaar is geworden om uit de bekende sociale omgeving te verhuizen.

Conclusie

Het verbouwen van de eigen woning is een complex vraagstuk waar veel aspecten bij komen kijken (Heywood, 2005). Ouderen geven steeds vaker de voorkeur aan langer zelfstandig thuis wonen. Door een hoge waardering van de eigen woning en het bestaande sociale netwerk willen veel ouderen in hun eigen huis blijven wonen (Kramer & Pfaffenbach, 2015). Het aanpassen van de eigen woning kan een positief effect hebben op de waardering van ouderen voor de eigen woning en daardoor op het langer zelfstandig thuis wonen. Woningaanpassingen verbeteren de zelfstandigheid van ouderen, verkleint de kans op ongelukken en kan daardoor de gezondheid van ouderen verbeteren (Oswald et al., (2007).

Ouderen ervaren hun plaats zeer positief, in het onderzoek gaven de ouderen aan dat ze zeer tevreden waren met hun huidige woonlocatie. De ouderen wonen al langere tijd in de huidige woning en hechten veel waarde aan de buurt, de omgeving en het eigen huis. Deze plaats bevat voor ouderen hun hele leven, hier hebben ze hun sociale contacten, de voorzieningen waren goed en de algehele woontevredenheid was goed.

Ouderen maken niet zozeer de keuze tussen verbouwen en verhuizen. Enkele ouderen hebben weliswaar nagedacht over een verhuizing, ofwel in een verzorgingstehuis, ofwel naar een andere kleinere woning, maar dit was niet van lange duur. Ouderen wisten uit zichzelf dat ze in hun eigen woning wouden blijven wonen. Ze zeiden hier wel bij dat ze zich bewust waren van het feit dat het soms niet meer mogelijk zal zijn en dat een verzorgingstehuis onvermijdelijk zou blijken, mocht de gezondheid dermate ver achteruit gaan. Toch gaven de ouderen aan dat ze, zolang ze gezond en mobiel genoeg blijven, in hun eigen woning wilden blijven.

De grootste obstakels in de woning bleken de kleine ruimtes, trappen en verhogingen. Zodra mensen minder mobiel worden, blijkt het lastig om in deze gebieden te bewegen. Het gevaar op vallen wordt te groot. Dit werd voornamelijk opgelost door het gebruik van meerdere kleine aanpassingen aan de woning als het installeren van schansen bij de drempels en binnenshuis de drempels weg te nemen. Ook het installeren van handgrepen aan de muren hielp ouderen enorm. Hierdoor was het niet meer nodig om de woning compleet te verbouwen. Toch werden er enkele grotere aanpassingen gedaan als het installeren van een traplift of het compleet verplaatsen van de woonomgeving naar de benedenverdieping. Ouderen die hun woning nog niet hadden aangepast hadden wel een volledig plan klaarliggen om naar de benedenverdieping te verhuizen mocht dat nodig zijn. Deze aanpassingen werden pas toegepast nadat het nodig bleek te zijn in verband met ziekte van één van de partners. Zo moest er in korte tijd veel gerealiseerd worden, maar dat is in alle gevallen wel gebeurd. De ouderen vonden de aanpassingen niet zo ingrijpend, in tegenstelling tot wat er in de literatuur is gevonden. Ouderen werden goed geholpen, ook als ze minder goed voorbereid waren op een aanpassing. Er was veel inspraak in het proces van het aanpassen van de woning en alles werd snel verbouwd. Na de verbouwing was er voor de ouderen en naasten een enorme opluchting. De problemen qua mobiliteit waren direct een stuk minder en het was veel veiliger in de woning.

Zoals gezegd werd er door de ouderen pas ingegrepen als de noodzaak bestond door fysieke of mentale beperkingen. Ouderen die hun woning hebben aangepast hadden daar niet zozeer over nagedacht, het moest simpelweg gebeuren door de omstandigheden. Aan de andere kant hadden de ouderen die hun woning nog niet hebben aangepast wel goed nagedacht over de toekomstige aanpassing, al zouden ze dit wel pas realiseren wanneer ze dermate achteruit zouden gaan dat het ook nodig was, dus van preventieve maatregelen kan daar niet gesproken worden.

De directe omgeving had zoals vanuit de literatuur werd verwacht een kleine rol in het beslissingsproces rondom het verbouwen van de woning. Er werd wel geluisterd naar aanwijzingen

over de plaatsing van de woningaanpassing, maar voor de rest was de directe omgeving niet betrokken bij de besluitvorming. Toch speelt de directe omgeving indirect een grote rol. Voor de ouderen was het behouden van een grote woning bijvoorbeeld van belang zodat de familie die van veraf moesten komen bij hun konden logeren. Ook de buurt werd gezien als zijnde belangrijk, mensen willen niet uit hun vertrouwde omgeving verhuizen. De participanten waren positief over de omgang in de buurt en hadden precies genoeg contact met de burens, iets wat als prettig werd ervaren. Ouderen zijn sterk gebonden aan de woning en de buurt waar ze langere tijd wonen en dit speelt wel degelijk een rol in de keuze van ouderen om te verbouwen.

Discussie en vervolgonderzoek

Dit onderzoek heeft gekeken naar de bijdrage van het verbouwen van de eigen woning aan het zelfstandig langer thuis blijven wonen voor ouderen in Noord-Nederland. Echter is er in dit onderzoek de aandacht uitgegaan naar ouderen in rurale gebieden. Hierdoor mist een groot deel van ouderen in Noord-Nederland in de onderzochte regio. Ook het type dorp en de achtergronden van de ouderen leken op elkaar. Dit maakt de verkregen informatie wel vergelijkbaar, wat een vertekend beeld kan geven. Het is voor een vervolgonderzoek interessant om te kijken naar de verschillen tussen ouderen in rurale en urbane gebieden op het gebied van woningaanpassingen, zodat er een representatiever beeld gegeven kan worden over het effect van woningaanpassingen op de woonkwaliteit van ouderen. Het zou voor een onderzoek op langere termijn mogelijk zijn om te kijken naar ouderen voor, tijdens en na de woningaanpassing om zo nog meer inzicht te krijgen in de achterliggende emoties en beweegredenen van ouderen. De woonwensen van ouderen hebben voor de nabije toekomst grote gevolgen voor de woningmarkt, aangezien er door de vergrijzingsgolf zo veel ouderen zijn. Het is voor de samenleving en de overheid dus belangrijk om de woonwensen van ouderen te onderzoeken en te kijken hoe ouderen langer zelfstandig thuis kunnen wonen. Zoals in dit onderzoek is gebleken kunnen woningaanpassingen een positief effect hebben op de woonkwaliteit van ouderen, waardoor ouderen langer zelfstandig thuis kunnen wonen. Hierdoor is het nuttig om woningaanpassingen te stimuleren en ouderen vroegtijdig te informeren naar het preventief aanpassen van de eigen woning.

Literatuurlijst

- Abramsson, M. & Andersson, E. (2016) Changing Preferences with Ageing – Housing Choices and Housing Plans of Older People. *Housing, Theory and Society*, 33:2, 217-241
- Afifi, M., Al-Hussein, M. & Bouferguene, A. (2015). Geriatric Bathroom Design to Minimize Risk of Falling for Older Adults—a Systematic Review. *European Geriatric Medicine*, 6(6), pp.598–603.
- Aplin, T., de Jonge, D. & Gustafsson, L. (2013). Understanding the Dimensions of Home That Impact on Home Modification Decision Making. *Australian Occupational Therapy Journal*, 60(2), pp.101–109.
- Aplin, T., Jonge, D. & Gustafsson, L. (2015). Understanding Home Modifications Impact on Clients and Their Family's Experience of Home: A Qualitative Study. *Australian Occupational Therapy Journal*, 62(2), pp.123–131.
- Ekstam, L., Fänge, A.M. and Carlsson, G. (2016). Negotiating Control: From Recognizing a Need to Making a Decision to Apply for a Housing Adaptation. *Journal of housing for the elderly*, 30(4), pp.345–359.
- Geist, C., & McManus, P. A. (2008). Geographical mobility over the life course: motivations and implications. *Population, Space And Place*, 14(4), 283-303
- Heywood, F. (2004). The Health Outcomes of Housing Adaptations. *Disability & Society*, 19(2), pp.129–143.
- Heywood, F. (2005). Adaptation: Altering the house to restore the home. *Housing Studies*, 20(4), 531-547.
- Hodson, T., Aplin, T. & Gustafsson, L. (2016). Understanding the Dimensions of Home for People Returning Home Post Stroke Rehabilitation. *British Journal of Occupational Therapy*, 79(7), pp.427–433.
- Iersel, J. van, Leidelmeijer, K. & Buys, A. (2010). Senioren op de woningmarkt: nieuwe generaties, andere eisen en wensen (Dutch). Den Haag: Ministerie van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieubeheer.
- Jang, M.S., Lee, Y.S. & Kim, J.T. (2014). Delineation of House Design Guidelines for Fall Prevention of Older People. *Journal of Population Ageing*, 7(3), pp.185–215.
- de Jong, P., Rouwendal, J., van Hattum, P. & Brouwer, A. (2012) Housing Preferences of an Ageing Population. *Network for Studies on Pensions, Ageing and Retirement*.
- Kramer, C. & Pfaffenbach, C. (2015) Should I stay or should I go? Housing preferences upon retirement in Germany. *J Hous and the Built Environment*, 31, 239-256
- Lager, D., Brouwer, A., de Kam, G., & Kibele, E. (2016) *Op tijd de drempel wegnemen? Ursi onderzoeksrapport 355*, Den Haag: Ministerie van Volkshuisvesting, Ruimtelijke Ordening en Milieubeheer.
- Lien, L.L., Steggell, C.D., & Iwarsson, S. (2015) Adaptive Strategies and Person-Environment Fit among Functionally Limited Older Adults Aging in Place: A Mixed Methods Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(9), pp.11954–11974.
- Longhurst, R. (2010) Semi-structured Interviews and Focus Groups. In Clifford, N., French, S. & Valentine, G. (Red.), *Key Methods in Geography* (pp. 103-115). London: Sage.

Marcheschi, E., Johansson, M., Laike, T., & Brunt D. (2016). Housing Design and People with Severe Mental Illness: An Observational Approach to the Investigation of Supported Housing Facilities. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57(1), pp.12–21.

Meucci, M.R., Gozalo, P., Dosa, D. & Allen, S.M. (2016). Variation in the Presence of Simple Home Modifications of Older Americans: Findings from the National Health and Aging Trends Study. *Journal-American geriatrics society*, 64(10), pp.2081–2087.

Nakhodaezadeh, M., Allahverdipour, H., Matlabi, H., Jafarabadi, M.A., & Dehkordi, F.R. (2017) Home Environment and Its Relation with Quality of Life of Older People. *Journal of Housing for the Elderly*, 1-14, pp.1–14.

Oswald, F., Wahl, H.-W., Schilling, O., Nygren, C., Fange, A., Sixsmith, A., Szeman, Z., Tomson, S. & Iwarsson, S. (2007). Relationships between Housing and Healthy Aging in Very Old Age. *Gerontologist*, 47(1), 96-107.

Bijlage 1 - Interviewguide

Beste meneer, mevrouw.

Bedankt voor uw interesse en het meewerken aan dit onderzoek. Dit interview heeft als doelstelling om te achterhalen wat het belang is van aanpassingen aan de woning om langer zelfstandig thuis te blijven wonen.

Uw antwoorden zullen anoniem worden verwerkt en zal alleen aan mijn scriptiebegeleider getoond worden. U heeft ten aller tijde de mogelijkheid om het interview te stoppen als u niet meer bereid bent om verdere vragen te beantwoorden. Dit gesprek zal worden opgenomen om het later te kunnen transcriberen en verwerken. Gaat u hier mee akkoord?

1. Wat is uw naam en leeftijd?
 - Wat zijn uw hobby's?
 - Wat doet u zoal in het dagelijks leven?
 - Kan u iets meer over uzelf vertellen?

2. Hoe lang woont u in uw huidige woning?
 - Is het een koop- of huurwoning?
 - Wat zijn de eigenschappen van de woning?

3. In wat voor type woningen woonde u voorheen in uw leven?
 - Was het daar prettig wonen?
 - Waarom juist daar?
 - Is het belangrijk voor u om in een specifiek soort woning te wonen?

4. Wat vindt u van de buurt?
 - Waarom bent u hier komen wonen?
 - Wat vindt u prettig aan de wijk?

5. Is het voor u belangrijk om juist in deze woning te blijven wonen?
 - Heeft u nagedacht om te verhuizen naar een verzorgingstehuis? Denkt u hier nog steeds over na?

6. Heeft u weleens nagedacht over aanpassingen aan uw woning voordat u beperkt werd in uw mobiliteit?
 - Hoe hebben uw beperkingen een rol gespeeld in deze beslissing?
 - Hoe voelde u zich toen u over deze aanpassingen moest nadenken?

7. Waar ondervindt u de meeste problemen in uw woning?
 - Waar voorziet u verdere problemen in de toekomst?

8. Welke aanpassingen heeft u gedaan in uw woning?
 - Waarom daar? Hebben deze aanpassingen geholpen? Kunt u laten zien hoe u deze gebruikt?

9. Heeft u bewust gekozen voor aanpassingen met het oog op langer zelfstandig thuis wonen?
 - Krijgt u verdere hulp aan huis?
 - Hoe vaak in de week komt familie langs?

10. Hoe bent u er emotioneel mee omgegaan toen u uw woning wilde/moest aanpassen aan uw omstandigheden?
→ Met welke gebreken moest u specifiek rekening houden?
11. Hoe heeft uw directe omgeving invloed gehad op deze beslissing?
12. Hoe heeft uw directe omgeving of familie gereageerd op deze beslissing?
→ Heeft het tot veel discussie geleid?
13. Denkt u dat u de rest van uw leven hier wil blijven wonen?
→ Denkt u ook dat dat gaat gebeuren?
→ Hoe graag zou u dat willen?

Bijlage 2 – Transcript interview

Interview 1

I: Oké, wat is uw naam en leeftijd?

R: Mijn naam is ... en ik ben 70 jaar.

I: Wat zijn uw hobby's?

R: Nou, ik heb vanmorgen gezwommen. En ik ben net naar Grote keten Noord-Holland geweest. Dus gefietst, gelopen. Ehm, lezen, tuinieren, nou genoeg te doen dacht ik zo.

I: Wat doet u zoal in het dagelijks leven?

R: In het dagelijks leven, 's morgens krant lezen, boodschappen doen. Als het kan in de tuin, als het moet. Als het kan en als het moet. Met wandelen probeer ik dus vrij regelmatig te doen. Zwemmen, zoals vanmorgen één keer in de week zwemmen. Ja, en de familie woont dichtbij en de kinderen veraf. Daar gaat ook heel veel tijd inzitten he.

I: En wilt u verder nog iets over uzelf vertellen?

R: Nou, ik wij wonen hier in dit huis.. wij zijn hier in 76 gekomen, al 42 jaar dus dat is al een heel eind. Eerste bewoners in dit huis. Ook geen idee om te gaan verhuizen want het woont hier prima.

I: Dat was direct mijn volgende vraag, hoe lang woont u in de huidige woning. Want het is een koopwoning

R: Ja het is een koopwoning ja

I: Wat zijn de eigenschappen van het huis? Welke voorzieningen heeft het? Hoeveel kamers, weet u dat ongeveer?

R: Dit huis beneden dus woonkamer en keuken. En wat ik heel prettig vind een bijkeuken, dus de bijkeuken. Boven drie slaapkamers, vaste trap naar boven, dan ook een vaste trap naar de zolder en dat was een hele grote zolder en toen de kinderen nog thuis woonden en aan de middelbare school en de studie waren hebben we van de zolder nog twee kamers gemaakt, dus we hebben vijf slaapkamers boven. Dat is heel veel, maar.

I: En die bijkeuken, is die er later bijgekomen?

R: Nee, die bijkeuken zat er al in. Want we kwamen van een flat in Leeuwarden en daar had je dus geen bijkeuken. Alles moest je door de kamer vanuit de keuken via de kamer naar buiten brengen. Toen dacht ik van ja dit wil ik niet. Ik wil een bijkeuken. Ook niet vanuit van buiten de keuken instappen, maar via de bijkeuken. Kan je laarzen, schoenen, jassen, kan je alles daar uit doen.

I: Dat was ook alweer mijn volgende vraag, in wat voor type woningen heeft u voorheen gewoond?

R: We hebben vijf jaar op een flat in Bilgaard gewoond en daar zijn de eerste twee kinderen geboren. En ja je moet van een flat altijd naar beneden, met de kinderen ook en heel gedoe. We zeiden ook van we kijken om ons heen, we kijken waar een huis te koop is. We hebben in Leeuwarden gekeken, en rondom en we kwamen hier uit, in Hurdegaryp.

I: En heeft u specifiek gezocht naar zo'n type woning?

R: Eigenlijk wel. Zoals ik zei, de bijkeuken vond ik altijd heel prettig. En dit type huis heeft een opgetrokken pui. Dus je hebt boven ook mooie royale slaapkamers. Als je het type huis aan de overkant

neemt, die heeft geen opgetrokken pui, dus daar zijn de slaapkamers boven die zijn toch altijd door het dak veel kleiner. Datzelfde effect heb je dus als je de zolderkamer neemt he. Maar goed, dus dit type huis vonden wij wel heel mooi.

I: Heeft u voorheen wel eens in een dorp gewoond?

R: Nee, ik niet.

I: U heeft altijd in Leeuwarden gewoond?

R: Ik ben in Leeuwarden geboren eh.. geboren en getogen tot mijn 18^e, toen ben ik naar Amsterdam vertrokken voor mijn opleiding. Mijn man die is wel geboren op een dorp. Maar die heeft daar zijn opleiding die was bij het onderwijs heeft zijn opleiding in Dokkum dus was toch georiënteerd op de stad. Heeft later in Groningen gaan wonen ook. Maar goed hij is in een dorp geboren en ik in de stad.

I: En wat vind u van de buurt, wat vind u van Hardegarijp?

R: Nou Hardegarijp is ideaal want het ligt aan het spoor dus je kunt met de trein weggkomen. Met de bus, je kunt zo met de bus naar Leeuwarden. Doe ik niet vaak hoor, liever de trein. Maar nog liever op de fiets. Ja het is maar 12 kilometer, naja je weet er alles van. Giekerk Leeuwarden is ook hartstikke dichtbij.

I: Ja dat heb ik vaak gefietst.

R: Daarom. Jij dan via de canterlanden denk ik, of niet?

I: Klopt.

R: Ja he, nou en vanuit Hurdegaryp ga je via boelwijk, zomerweg en eh..

I: Dus dat vind u belangrijk dat er een goede verbinding is?

R: Vind ik wel

I: Ook met de stad, komt u daar nog redelijk vaak dan?

R: Ja ik kom wel vaak, kijk vanuit Hurdegaryp ben je toch heel veel op Leeuwarden georiënteerd. Burgum is toch ook wel een vrij groot dorp. Kun je ook redelijk veel, goed terecht wel. Maar ik mag ook wel graag naar Groningen gaan. Je stapt hier op de trein en je gaat naar Groningen.

I: Ja dat is ook makkelijk inderdaad.

R: Dus ja, maar het. Toen wij hier kwamen zoveel jaar terug toen werd er gezegd, Hurdegaryp is het witte boerendorp he. Hier wonen geen bouwvakkers, hier wonen allemaal mensen die dus werk in Leeuwarden hebben, Buitenpost of verder. En het is toen ook heel groots opgezet, heel weids. Je kent Hurdegaryp dus wel wat. Neem de rondweg alleen maar, die is hartstikke breed. Veel bomen, veel groen. En deze straat ook, heel veel groen, vind ik toch wel mooi. In de buurt waar jouw Beppe woont is het allemaal veel dichter bij elkaar.

I: Heeft u veel contact met de burenen?

R: Ja, hele goede burenen. Hartstikke goed, ze passen heel goed op mij. Ze zijn 10 jaar jonger dan dat ik ben, ongeveer, laten we het daar maar op houden. En hiernaast zijn ze dus iets ouder dan dat ik ben. Ook goed contact, maar verder in de straat ook goed ja dat gaat heel goed hier. Mensen blijven hier ook lang wonen en dat is ook een teken dat het goed gaat.

I: En is het dan voor u ook belangrijk om juist hier te blijven wonen?

R: Voor mij wel. Ja we hebben hier dus ruim 40 jaar gewoond, mijn man is hier dus overleden. We hebben de uitbouw voor hem toen gedaan en het is voor mij natuurlijk nu ook ideaal om hier te blijven. Naar een appartement, ik moet er niet aan denken. Nee, nee, hebben we gehad dat is in het grijze verleden is dat geweest, dat wil ik niet weer. Klein tuintje voor, achter groot terras dus ik vind het heel prettig om hier te blijven. Ook qua voorzieningen, je kan hier alles krijgen in het winkelcentrum. He, dat krijgt Giekerk nu ook he.

I: Ja klopt, daar zijn we wel blij mee.

R: Ja nou dat geloof ik ook wel.

I: Kunt u iets meer vertellen over de aanpassing die u heeft gedaan aan uw woning?

R: Dit is de foto zoals het was in 96. De achterburen, ja je kan er nu niks meer van zien, je ziet alleen maar het bovenste de kajuit, de dakkapel. Heel mooi een terras, je kon de zijdeur nog gebruiken van de garage. Maar in 2012 toen werd mijn man nou, de diagnose alzheimer werd gesteld. Een combinatie, twee soorten dementie bij elkaar plus een bloedziekte. En dat is een snel proces geweest, lichamenlijk liet hij het ook afweten, ging ook heel vlug achteruit. En toen, ja wat moet je dan? Toen kwam er iemand, ja dan denk je van dan moet je maar naar WMO, AWBZ he. Moet ik toch maar eens even gaan infomeren van hoe zit dat. Maar het bleek dat ons gezamenlijk inkomen te hoog was, we moesten alles zelf betalen. Goed, dan ga je knopen tellen, uiteindelijk lang gewerkt, lang gespaard dus er was wel wat om hier iets te realiseren. Nou toen werd er van verschillende kanten geadviseerd, als ik jullie was zou ik dus een badkamer en slaapkamer beneden realiseren. Nou dat hebben we toen gedaan. In 2013 is dat gerealiseerd.

I: Dat was het belangrijkste? Dat alles op de benedenverdieping was?

R: Ja want het traplopen ging niet meer hoor, het was niet meer vertrouwd. We sliepen dus boven, dat wel, maar het helpen, kijk dan kun je merken dat dan een kleine badkamer boven uit de jaren '70 toch te klein is om iemand goed te helpen. Dat ja, dat is nou één keer zo. Zodra de gebreken komen dan heb je meer ruimte nodig. En dat was er boven niet. Dus dan ga je zoeken, willen we dan verhuizen naar een appartement, dat werd toen geadviseerd. Ja je kunt wel ondersteuning krijgen als je gaat verhuizen naar een appartement, maar in verband met dementie kun je dat niet doen want je mist je burens waar je al zolang naast gewoond hebt, de bekende gezichten. Het bekende huis mis je. Dus nee, dat was voor mij geen optie en dat werd ook afgeraden. Als je het kunt doen, moet je blijven wonen op het plekje waar je bent.

I: Dus dat waren de grootste problemen in de woning destijds? De trap en kleine ruimtes?

R: De trap en de kleine ruimtes. En er werd toen ook wel gezegd van je kunt een traplift nemen. Nou, een traplift als je daar de reclames van ziet dan zie je allemaal fleurige jonge bejaarden zitten die dus zich nog heel goed mobiel heel goed zich nog kunnen redden. Maar dat was bij mijn man helemaal niet meer. Dat kon niet meer. Dan had ik erbij moeten staan om de traplift te bedienen zeg maar. En dat was gewoon een tussenfase geweest nou, overbodige actie. Dus dat was geen optie.

I: Dus toen heeft u de verbouwing gedaan?

R: En toen hebben we gewoon geïnformeerd ja hoe doen we dat en hoe pakken we dat aan. En een aannemer uit het dorp hebben we alles doorgesproken en die heeft dus wel vaker met dit bijltje gehakt, die had al vaker zo'n uitbouw gedaan. Ook in verband met ziekte van de mensen die in het huis wonen. Dus die zei ook ja het moet een bepaalde hoogte hebben, de deuren moeten een bepaalde

breedte hebben. Je moet een bepaalde ruimte in de badkamer hebben. Dus die had er wel verstand van ja. Ik dus niet, was voor mij helemaal nieuw. En dan denk je van nou prima, toe maar, kom maar. Verschillende opties zijn er wel geweest van hoe pak je het aan, hoe bouw je het. Bouw je het in de lengte? Op het laatst zeiden we, we doen het gewoon over de breedte. Slaapkamer is daar links, badkamer is in de hoek. En een doorloop van de bijkeuken naar de badkamer dus. Alles onder één dak.

I: En is dat nog een lastig proces geweest? Hoe is dat gegaan?

R: Nou, lastig in die zin dat je denkt van ja je kreeg geen ondersteuning van de gemeente. Wat ze dus wel zouden doen als je een traplift zou nemen, of als je dus verhuizen ging naar een appartement. Dan wilden ze wel meebetalen met verhuiskosten en inrichting. Nou ik weet het niet eens zo heel goed meer want het was voor ons gewoon geen optie omdat het, ik heb ook gewerkt en mijn man die heeft 40 jaar voor de klas gestaan dus ja we hadden een goed gezamenlijk inkomen en dan zeggen ze gewoon heel gauw van eh, jullie krijgen niks. Je regelt maar. Nou toen hebben we dat zelf dus geregeld. En nogmaals ja die aannemer was heel goed in aangeven van eigenlijk zou het zus moeten, eigenlijk zou het zo moeten. Niet deze opstelling hoor, zo overdwers achter in de tuin. Daar is onze dochter nog, die was met wereldreis bezig en die zat ergens in Nieuw-Zeeland en die al die verhalen en berichten die bereikten haar ook en toen zei ze waarom doen jullie het niet overdwers achter in de tuin? Dan kun je ook nog eens naar elkaar zwaaien zo. Het gordijn open doen en, in ieder geval. En toen was het heel gauw klaar, prima. We doen het overdwers, badkamer, slaapkamer. Ja en je offert dan wel een stuk van de tuin op. Want wat je hier op het terras ziet op deze foto dat is nu de badkamer. Ja het lijkt heel klein hoor op deze foto, maar het is een hele royale badkamer geworden. Nou ja en dat is in drie maand tijd is dat gerealiseerd. Moet je nagaan, dat is heel vlug gegaan. Vooral omdat je dus een aannemer timmerman hebt die dus verstand van zaken heeft. Die dit niet voor de eerste keer deed. Die dus, die wist hoe het moest en goed, zo is het gegaan.

I: En heeft dat destijds geholpen?

R: Hoe bedoel je?

I: Voor uw man, en voor uzelf.

R: Ja natuurlijk.

I: Was het een enorme opluchting, of hoe voelde u zich?

R: Nou eigenlijk wel, want we waren er wel aan toe dat hij niet meer de trap op hoefde. Als hij naar boven ging naar bed, er was toen ook nog geen buurtzorg of wijkzorg was er nog niet. Als hij naar boven ging nou, het was gewoon niet vertrouwd meer. Ja je had je handen er aan vol om hem toch een klein beetje wat zonder problemen hier in huis te houden. Buiten lopen ging ondertussen ook al met een rollator en met een stok. Het proces van steeds slechter worden van mijn man dat ging vlug, dus ik was wel blij dat het uiteindelijk hier allemaal stond, dat we hier beneden konden slapen. Ja daar was ik heel blij om.

I: En voor uzelf?

R: Voor mijzelf natuurlijk ook, want het is een stukje rustiger. Je hebt dan geen zorgen meer van hoe komt het en ja van de trap vallen op hoge leeftijd is ook geen pretje he.

I: En u wil hier zelf ook nog langer blijven wonen? Nog heel lang, of hoe ziet u dat voor zich?

R: Nog heel lang haha, ja natuurlijk wil ik hier heel lang blijven wonen want het huis is aangepast dus alles is op de begane grond. Mijn man die is in december 2015 overleden dus het is anderhalf jaar

ongeveer geleden. Toen was alles daar wat opgeruimd want uiteindelijk hadden we allemaal hulpmiddelen in huis gekregen. Een elektrische rolstoel, een elektrische douchestoel, een tillift of een stalift en al die apparatuur stond allemaal in de badkamer. Nou ideaal, hartstikke mooi, stond helemaal niet in de weg. Buurtzorg kwam, we hadden nog een ziekenhuisbed waar hij op het laatst op lag en het kon daar allemaal. Maar toen dat allemaal wegging ja, dan denk je eigenlijk het is te gek voor woorden, ik ga er zelf slapen. He want ik heb ook boven geslapen he want hij was gewoon ziek, dan sliep ik daar niet meer, sliep ik boven. Maar toen alles dus achter de rug was toen dacht ik van ja maar ik ga hier slapen, dit is mijn leefomgeving nu. En dat is hartstikke mooi. Je ziet daar een schuifdeur. Dat is van de slaapkamer naar het terras, het is ideaal. Dan heb je aan de zijkant ook nog een deur zo breed gemaakt dat ik dus met een rolstoel naar binnen kom. Als mijn man thuiskwam van de dagbesteding schoot ik mooi door die deur naar binnen. En de deur van de keuken is ook aangepast, is ook op breedte gebracht dat er heel makkelijk met een rolstoel doorheen kon. Alleen de deur naar de gang niet. Want dat hoefde niet meer. Dat was niet meer het terrein van mijn man, mijn man werd daar helemaal verzorgd en hier in de kamer. Dus naar boven hoefde hij niet meer dus boven zijn ook geen aanpassingen gekomen, hoeft ook niet. Maar het is een logeer boven, voor logees, heel mooi.

I: En nu kan u hier zelf nog heel lang in blijven wonen.

R: Dat is wel de bedoeling, heel graag zelfs.

I: Dus het huis is eigenlijk, voor u, levensloopbestendig gemaakt?

R: Ja. Ten eerste voor mijn man, maar nu hij er niet meer is, is het voor mij ideaal. Echt waar. Achter had ik dus zoals je ziet gras, en er tuin geweest. Veel meer hier ook nog naast de garage. Dit was allemaal hartstikke mooi, maar dat is allemaal opgeofferd aan het terras dat je dus met een rolstoel ruimte hebt om je hier dus te bewegen. Ja het is nu wel allemaal steen, maar goed ik denk oké prima. Ik weet ook niet wat er in de toekomst met mij gebeurt. Maar hier kan ik heel lang blijven wonen, ja. Het tuintje voor is ook prima te doen.

I: En voorziet u nog andere problemen in de toekomst of denkt u dat het met al deze aanpassingen dat het zo goed is veranderd..

R: Nou ik zou het zo eerst niet weten. Ik heb genoeg ruimte in de garage. He want daar zijn de fietsen nu natuurlijk weg gegaan. En er is genoeg ruimte in de garage om spullen op te ruimen. Nou ik zou het niet weten. Er is nog een afscheiding gekomen met een schuttingdeur. Dus ik kan hier echt nog tot zolang het mij gegeven is hier wonen. Heb ik verder, ik kan echt niet zeggen dat ik nog iets moet, nee, nu niet.

I: En dat zou u ook graag willen, hier blijven wonen?

R: Ja ja ja, zeker. Ik wel. En de kinderen vinden het ook prima. De jongste is hier geboren dus het is ook hun thuis ook. Ze komen hier gewoon nog heel graag thuis ook.

I: Een stukje plaatsgebondenheid wat ook meespeelt, omdat u hier zo lang woont?

R: Ja, toch wel. Ja hoor. Want de burens aan die kant die wonen hier net zolang als ik hier woon, moet je nagaan. De burens aan de andere kant die, ja ietsje minder lang, maar lang genoeg om heel goed te kennen. Zoals ik zei er wordt heel weinig verhuisd in deze straat met deze huizen, het bevalt gewoon. Ze zijn niet extreem groot, maar ook niet dat je zegt klein. Het is een mooie rechte kamer. Het is allemaal heel goed onderhouden. Dus ja. Nee ik ben hier heel blij mee dat het nu in ieder geval zo ver is dat ik niks meer hoeft te doen.

I: Hoe heeft de directe omgeving invloed gehad op uw beslissing om te gaan verbouwen? U zei al iets over uw dochter die meedacht over de verbouwing?

R: Ja dat was dus, dat was wel mooi. En dat was dus een hele goede tip, want die hebben we gewoon gebruikt.

I: Hoe hebben ze verder gereageerd? Was dat positief of negatief?

R: Nou de kinderen vonden het natuurlijk heel goed en die vonden het ook prima. Want die zijn in het begin, nee niet in het begin. De afgelopen, in die jaren dat mijn man dus thuis was en verzorgd werd zijn ze heel regelmatig thuis geweest. Genoeg ruimte boven voor logees, dat is ook natuurlijk hartstikke mooi. Je loopt elkaar niet in de weg. Ja de familie vond het ook prima en die zeiden ook van hartstikke goed want anders had hij naar een verpleeghuis gemoeten en dat wil ik niet.

I: Dat had u niet zien zitten?

R: Nee dat zag ik niet zitten. Ik denk als het enigszins kan dan is het heel mooi dat er een badkamer en een slaapkamer gerealiseerd wordt en met behulp van buurtzorg, die heeft hier heel regelmatig is die hier geweest. En met behulp van familie. Die hebben er voor gezorgd dat ik regelmatig nog naar volleybal kon. Oh ja, ik zit ook nog op volleybal, was ik helemaal vergeten. Ik mag ook graag naar de film gaan. Maar goed, dus op volleybal was er toch heel vaak familie hier die pasten op mijn man en die wachtten op de buurtzorg. Dus zodoende ben ik toch wel, nou door de tijd geholpen. En dat is hartstikke mooi. Dat is dus het netwerk wat je om je heen hebt en de familie die je om je heen hebt en de burens. Dus dat vond ik ja, nou daar ben ik heel dankbaar voor, daar ben ik heel blij om. Ik hoop ook dat het zo blijft, dan denk ik je wordt hier met zijn allen een klein beetje oud in de straat. Dan moet je wel op elkaar passen, op deze manier.

I: Leuk dat saamhorigheidsgevoel in de buurt.

R: Ja, vind ik toch wel heel mooi hoor. Want tegenover ons wonen jongelui en die zijn er nog niet zo lang, die wonen hier nu twee jaar denk ik. En daarvoor woonde iemand alleen en die had alles dicht laten groeien, daar had ik geen contact mee. Maar deze jongelui heel leuk, die hebben de hele tuin dus leeg gesloopt en we hebben nu zicht op elkaar. Maar goed daar trek ik me eigenlijk niet zo heel veel van aan. Ja je kan daar een leuke plant neerzetten. Je kan met raambekleding kan je wat doen, wat zij dus ook doen. Maar toen ik vorige week ging voor een week toen ben ik toch even naartoe gegaan. Ik zeg ik ben een week weg hoor. Dat je weet dat er dus hier en daar een lampje brandt 's avonds en 's nachts. Dus naja, zo toch even met elkaar omgaan, heel goed. Vind ik eigenlijk dat hoort zo. Maar ja, ik weet niet hoe het in andere straten gaat, in andere..

I: Ik kom zelf ook uit een dorp dus ik snap wel hoe u daar in staat. Dat vind u ook belangrijk dat u contact heeft met de burens?

R: Daar kun je niet zonder he, nee. Het hangt natuurlijk wel helemaal van jezelf af of je er een klein beetje open voor staat. En of je het wil, en of dat je denkt van laat ik mezelf maar redden. Maar zo langzamerhand denk ik wel je wordt met elkaar wat ouder en als er iets niet lukt, dan een kleine moeite om dat even te vragen van wil je dat even voor me doen, of wil je me even helpen of ja. Maar dat moet je wel willen, dat moet je ook kunnen.

I: U helpt andere mensen in de wijk ook?

R: Als het kan wel.

I: Kunt u daar een voorbeeld van noemen?

R: Hiernaast als er iets is, ja ze zijn natuurlijk nog wel zeer zelfredzaam. Eindje verderop in de straat woont een oudere dame en die heeft haar man denk ik twee drie jaar geleden verloren. Nou, dan denk ik het is een kleine moeite om daar af en toe even binnen te wippen. Gewoon even vragen van hoe gaat het. Daar moet je gewoon oog voor hebben, dat moet je zien. En als je dan vraagt van goh, kinderen, wonen ze dichtbij? Eén dochter woont wel heel dichtbij maar andere wat verder weg, andere kinderen. Buren, hmm, zet ik mijn vraagtekens wel eens bij. Zegt ze zelf ook wel. Dan denk ik van ja, daar ga ik dan ook gewoon regelmatig even naartoe, even vragen en even kijken. Ja je wordt wel een klein beetje eigenzinniger hoor als je wat ouder wordt. Je denkt heel gauw van ik red me wel. Waarvan een ander zegt van, komt het wel goed, weet je wel. Zo moet je een klein beetje oog houden voor elkaar in de straat. En dat probeer ik dus.

I: En hoe vaak komt uw familie langs?

R: Nou de familie die mij in de gelegenheid stelde om hier te komen die kwam toen he dat met volleybal en dat ik overdag eens weg kon naar de kinderen. Dan kwam de familie hier op de tijd dat mijn man thuiskwam van de dagbesteding en dat gebeurde heel regelmatig. Maar ik ben, ik voel me fit en ben gezond en toen ik dacht van nou ja nu kan ik zelf weer op stap, ik ben heel veel op stap. Dus ze komen hier ook wel langs natuurlijk maar ze treffen me ook wel eens niet thuis. Kinderen komen wel regelmatig thuis maar die moeten nu ook hun eigen leven opbouwen he. Ze wonen in Den Bosch, in Almere en er woont één in Utrecht. Dus dan denk ik ook al die afgelopen jaren hebben ze, zijn ze heel regelmatig thuis geweest. Maar nu is het hun beurt om thuis de weekenden toch het sociale leven thuis weer op orde te brengen. Dus natuurlijk zijn ze van harte welkom, vind ik hartstikke leuk, heel fijn. Maar ik ga daar nu ook heel regelmatig naartoe met de auto.

I: Is het voor u dan ook prettig dat u zoveel logeerkamers heeft, dat ze hier altijd terecht kunnen?

R: Dat is hartstikke mooi, ja. Ik heb beneden mijn spullen nu allemaal. Er is een zus van mij die woont in Soest, nou die woont als ze hier komt als ze blijft slapen. Die heeft hier dus een logeerkamer en de badkamer, het is allemaal voor haarzelf. Ze doet maar, dan denk ik van nou je doet maar net alsof het je eigen is, ik kom daar niet. Dat is echt ideaal.

I: Nou ben ik eigenlijk wel benieuwd naar alle aanpassingen in de woning, zou ik misschien even kunnen kijken?

R: Je wilt even kijken?

I: Als we daar even langs kunnen lopen.

R: Nou dan beginnen we hier, hier stond een deur met een raam ernaast. Toen zei de timmerman dat is eigenlijk heel onlogisch. Als je met een rolstoel hier de kamer ingaat, deur open, we slopen alles eruit als je het goed vindt. Ik zei prima, doe maar. Dus hier is gewoon een hele ruimte gekomen. Deze deur is breder gemaakt, dat was gewoon een smalle deur zoals je hem daar dus ziet, ik geloof iets van 90 centimeter. Nadat we dus deze uitbouw gekregen hebben is het hier wat aangepast voor mij dus ook. Ik wilde een aanrechtje hier dus hebben. Dit is dus echt van mij dit hier. Maar nou komt het, dit hier hield het op. Vanaf hier is het helemaal bijgebouwd. Dat is nogal behoorlijk wat erbij, best heel veel. Deze kasten waren ideaal voor alles wat mijn man nodig had en wat buurtzorg nodig had om mijn man te verzorgen. Dus dat was hartstikke mooi. Dan heb je hier de deur die gebruikt werd voor mijn man als hij binnen kwam van de dagbesteding. Dit is weer een deur, ook weer breed. Dus dit was zijn ingang, als hij binnen kwam ging hij gewoon door de achterdeur. Nou dan heb je hier de badkamer, die zie je denk ik nergens zo groot. Een wastafel die omhoog en omlaag kan, dus dat was we mochten geen kastjes er onder doen want dan kon je de wastafel niet meer omhoog. En het was heel mooi, want

eerst stond mijn man nog bij de wastafel, maar later werd dat dus met de rolstoel er voor en dan kon je de wastafel laten zakken. Dus het was ideaal. De douchestoel, eerst hadden we een douchestoel tegen de muur die hebben we gebruikt. Maar later was dat niet meer mogelijk, toen kwam er een elektrische douchestoel. Nou je ziet het, daar is een greep. Daar is een invalidentoilet, die ken je denk ik wel. En de wc is niet omlaag en omhoog, die zit gewoon vast. En dit is de slaapkamer, de opstelling is anders hoor. Het bed stond heel anders en het ziekenhuisbed stond zo. En dan heb je hier ook weer een greep. Maar dan stond dit er niet zo hoor, daar stond een kastje met weer spullen voor de buurtzorg en de zusters. Dus ik heb overal grepen en die laat ik mooi zitten, want wie weet wat ik in de toekomst nodig heb. Maar hier dus ook weer, schuifdeur. Met bed verschonen, ideaal.

I: Daar is allemaal wel goed over nagedacht?

R: Dat komt dus door die aannemer die dus zoiets wel vaker heeft gedaan.

I: Dat was ook wel nodig, dat er een expert was die meer wist, die dat vaker heeft gedaan?

R: Ik neem aan dat een andere aannemer dat ook wel weet, wat dat zijn gewoon voorschriften. Als je dus aanpassingen doet voor een huis waar later dus ook apparatuur nodig is dan weet je gewoon die is dan verplicht om bepaalde hoogtes, kijk eigenlijk had dit nog hoger gemoeten. Maar de achterburen maakten daar bezwaar tegen. Had eigenlijk nog 15 centimeter hoger gemoeten. Maar dit was, lager mocht niet. Kijk dat zijn dingen die weet ik dan weer niet. De achterburen moest ik er natuurlijk wel in kennen dat zij dus wel een vrij hoog iets achter hun tuin kregen. Dus ja, dit zijn de aanpassingen. Praktische vloer, tegels, de hele badkamer betegeld met praktische tegels. Dus zo hebben we dat gedaan toen.

I: Dus dat was wel het allerbelangrijkste, de deuren, dat alles gelijkvloers was, alles ruim genoeg?

R: Ruim genoeg, en zeker de badkamer. Want met het douchen van mijn man hadden ze dus op het laatst nodig een elektrische rolstoel, een elektrische douchestoel. Nou je wil niet weten hoe groot dat apparaat is. En met zijn tweeën hebben ze mijn man geholpen. Dat hebben ze zo vaak gezegd dat zien we niet overal, eigenlijk nergens.

I: En het is voor u later..

R: Ook ideaal!

I: Want u bent alleen nog maar op de..

R: Benedenverdieping

I: Heeft u boven nog iets staan?

R: Boven heb ik niks meer, boven is het gewoon een normaal huis waar iedereen boven een douche heeft en slaapkamers. Dat ziet er verder niet bijzonder uit, dat is heel gewoon.

I: U komt ook helemaal niet meer boven?

R: Ik kom eigenlijk niet meer boven, ik moet gewoon af en toe. Nou ja ik kom er natuurlijk nog wel, ik heb nog mijn administratie boven. Maar daar zit ik niet alle dagen bij. Ja ik heb er eigenlijk niks meer te zoeken. Opruimen, opruimen is het enige wat ik doe.

I: Mist u daar nog iets van? Mist u beneden nog iets, of heeft u alles wat u zou willen?

R: Ik kan me niet bedenken, kijk natuurlijk zo langzamerhand dit is kunststof, het houtwerk rondom de kozijnen ziet er nog prima uit dus dat laten we zo. Dat is het enige wat je dus zegt aan het huis veranderen. Maar dat hoeft verder niet, ziet er allemaal nog goed uit.

(...)

R: Maar je hebt het dus zelf gezien en het is ideaal en het zou toch gek zijn als ik wegging naar een appartement. Want ik stap hier zo de deur uit. Zelfs de bijkeuken en de doorloop is nu zo ruim dat ik 's winters mijn elektrische fiets binnen kan hebben, met het opladen en met de accu.

(...)

R: Ik moet erbij zeggen, je moet het kunnen betalen, dat is de hele kwestie. Woon je in een huurhuis doe je het sowieso dus niet. Eigen huis, ja, dan denk je dus is dat het waard? Is het de moeite waard? Is het huis het waard? Dit huis was het wel waard om het zo op te frissen. De aannemer zei ook vaak is het zo als er één begint komen er wel meer. Dat is hier dus niet gebeurd, in deze straat zijn er dus niet meer mensen geweest die dit idee kregen om dit ook te doen. Dan denk ik ook dat hangt ook van je financiën af. En wat je zelf wil. En ik wou het dus absoluut niet dat mijn man naar een verpleeghuis ging. Dus ja, dan is het even kijken, kan het dan? Het kon hier.

(...)

R: Maar weet je, mijn man en ik scheelden tien jaar he. Mijn man is tachtig jaar geworden. Ik was nog geen zeventig toen er hier gebouwd werd. Dan kun je dat aan als je dat doet. Van de WMO, die vrouw die hier toen van de gemeente kwam in 2013 die zat hier een kwartier te praten en toen dacht ik al van dit wordt niks. De gemeente zegt van betaal dit zelf allemaal maar, dat was heel duidelijk. Maar ze zei daarbij, de mensen moeten bedenken zodra ze zestig jaar geweest zijn, wat willen we? Willen we hier blijven wonen, gaan we verhuizen naar een appartement waar genoeg aangepast is? Of doen we dat in ons huis, doen we dat nu? Maar met zestig jaar dan ga je nog niet bedenken wat je wil, wat je met je huis wil.

Bijlage 3 – Code tree

Deductieve codes (op basis van de literatuur en interview guide)

Waardering buurt
Tevredenheid woning
Voorzieningen
Contact buren
Invloed familie
Woongeschiedenis
Eigenschappen woning
Obstakels
Aanpassingen woning
Gevolgen aanpassing
Reden aanpassing
Gezondheid
Langer zelfstandig thuis wonen
Vallen
Keuze verbouwen of verhuizen
Mobiliteit

Inductieve codes (op basis van de interviews)

Hulp overheidsinstanties
Professionele hulp
Preventieve woningaanpassing
Verbindingen
Logeren familie
Dagelijks leven
Geld
Tuin
Hulp familie/buren