

Anders Kijkers

In de Liv inn staat niet de zorg centraal, maar zijn bewoners vooral zelf aan zet

REGIO Aan de Vaartweg in Hilversum ligt de 'Live inn'. De eerste van Nederland en nog steeds de enige in de regio 't Gooi en de Vechtstreek. In deze woonvorm bepalen bewoners zelf hoe zij hun woonomgeving inrichten en zijn zij daar ook samen verantwoordelijk voor. En dat werkt volgens locatiemanager en 'Anders Kijker' Carola van den Berg. "De zorg is tot 40 procent afgenomen."

door Koojsje de Beer

"Ik was meteen onder de indruk van het concept achter de Live inn, een woonvorm waar bewoners zelf aan het roer staan. Als oud-verpleegkundige kende ik vooral verzorgingshuizen, waar de zorg leidend is en de mensen volgen. In de Live inn is de insteek tegenovergesteld: wij kijken naar wat de mensen zelf kunnen. De zorg is, naast onze nagelsalon, fysio, pedicure en kapper, een van de leveranciers die wij in huis hebben."

Oranje zones

Positieve Gezondheid met focus op wat mensen nog wel kunnen, is een belangrijke pijler van de Live inn. Daarom is er veel aandacht voor meedoen, mentaal welbevinden en kwaliteit van leven. Als Nederlandse variatie op de zogenoemde Blue Zones – plekken waar mensen langer en gezonder leven dan ergens anders op de wereld -, is de Liv inn ingericht als 'oranje zone', vertelt Van den Berg. Zij is sinds 2022 locatiemanager van het appartementencomplex in Hilversum en tegenwoordig ook betrokken bij nieuwe ontwikkelingen van het concept in Delft en Alkmaar.

Beweging

"Een bewoner geeft nu een cursus tai chi. Morgen gymt onze fysiotherapeut met bewoners en er is een sportmasseur in huis, een fijne combinatie van preventie en wellness. Vanzelfsprekend hebben wij een lift in het gebouw, maar de hoofdingang is via de trap. Ook als het gaat om voeding zorgen bewoners voor elkaar. Hier in de gemeenschappelijke ruimte, die wij 't Hart noemen, is een grote keuken waar de mensen samen koken." Fluisterend verklapt de locatiemanager dat de oven gewoon onder het aanrechtblad staat. "Even bukken of door de knieën is ook beweging."

Woonmodules

Naast de open keuken heeft de Liv inn een theater, een soos en een familiekamer. Voordat het verzorgingshuis De Boomberg werd omgebouwd naar de huidige



Anders Kijker Carola van den Berg is locatiemanager van de Liv inn Hilversum.

FOTO: © FOTO MICHÉ / BASTIAAN MICHÉ

woonvorm heeft woningcorporatie Habion tien jaar lang geëxperimenteerd met wat mensen nodig hebben om langer zelfstandig oud te kunnen worden.

Van den Berg: "Die kennis is gevat in vijftien woonmodules die we kunnen inzetten. Modules kunnen per complex verschillen. Hier in Hilversum hebben we een theater, in Alkmaar een cultuurhuis met bibliotheek."

Soms werkt iets ook niet. Zo bleek er weinig behoefte in Hilversum aan de module "Tot je dienst", een spreekuur met de locatiemanager. "Mensen schieten mij liever informeel aan in de wandelingen dan dat zij naar mijn kantoor komen. De ruimte waar eens mijn bureau stond, is nu een beautysalon."

Commissies

De voorzieningen zijn er, maar voor de invulling zijn bewoners zelf aan zet. De muziekcommissie is verantwoordelijk voor de liveoptredens die elke twee weken op zondagmiddag in de Liv inn gegeven worden en ook door de buurt goed worden bezocht. Verder is er een activiteitencommissie, een commissie Reuring en zijn er groepjes bewoners die zich hebben verenigd in de commissies Eten en Drinken en Event en Catering. De commissie Groene Vingers is verantwoordelijk voor de

verzorging van alle planten: binnen en in de gezamenlijke tuin buiten.

Gerard haakt even aan bij het gesprek. Hij houdt zich als commissielid bezig met de financiën. En net als de zorgmedewerker en andere mensen die even langslopen is ook deze bewoner enthousiast over de woonvorm. "Ik vind het fijn om nog zelf verantwoordelijk-

heid te dragen en dat niet alles voor mij geregeld wordt. Daarbij is de sfeer in het huis ongedwongen. Je kiest zelf waaraan je meedoet."

Positieve gezondheid

Bewoners aan het roer: in Hilversum werkt het. Zo was Van den Berg eerder vijf werkdagen per week in het complex aan de Vaartweg van alles aan het regelen. Nu is de locatiemanager alleen op donderdag aanwezig. "Bewoners doen ertoe en ik merk telkens weer dat dit de mensen energie geeft. Alleen daarom al geeft dit

werk mij persoonlijk ook veel voldoening. Mensen voelen zich minder eenzaam en doen weer mee. De zorg is bij ons tot 40 procent minder. Lichte zorg doen bewoners bijvoorbeeld ongemerkt voor elkaar. Wanneer iemand zelf niet meer het eten in de magnetron kan zetten, is er altijd wel een buurvrouw of -man die dat even doet. Daarvoor hebben wij geen

thuiszorgmedewerker nodig."

Doorleven

Het is overigens niet zo dat er alleen voor relatief gezonde ouderen plek is in de honderdvijftig appartementen van de Live inn, benadrukt Carola van den Berg. "De helft van onze bewoners maakt geen gebruik van zorg. De andere helft bestaat uit bewoners die lichte, middelzware en zware zorg nodig hebben. Verder wonen er ook studenten en jongeren met autisme in de Liv inn. De samenwerking tussen jong en oud heeft

ook een positieve invloed op het woonplezier."

Gemeengoed

Powerpointpresentaties geven over het concept doet de locatiemanager niet. "Dan neem ik liever bewoners mee die het verhaal vertellen. Ook zijn zorginstellingen altijd welkom om hier bijeenkomsten te organiseren, want een Liv inn moet je voelen en beleven. En we zijn er trots op dat het ROC langskomt met studenten om hen te laten zien hoe zorg anders kan. Mijn wens voor 2040 is dat dit concept gemeengoed is. Nu is het nog lastig pionieren in de systeemwereld van de zorg. Deelscootmobilen bijvoorbeeld? Onmogelijk met de huidige regels. Het zal mooi zijn als daarin wat zou veranderen."

Anders Kijkers: In deze serie artikelen vertellen inwoners en professionals, onze koplopers positieve gezondheid, over wat voor hen belangrijk is als het gaat om gezondheid, veerkracht en levenskunst. Gezondheid is meer dan je lichamelijk goed voelen. Gezondheid is ook contact hebben met anderen, jezelf verzorgen en een doel hebben in het leven. Kijk voor meer verhalen op: ggdgv.nl/positievegezondheid.

› Mensen voelen zich minder eenzaam en doen weer mee in de Hilversumse Liv inn