



echt

thuis

• heerlijk

het fijnste

lekker

Bewaarmagazine van **Talis** over prettig wonen

In dit magazine leest u alles over de mogelijkheden om fijn te wonen als u ouder wordt.

Inhoud

Ervaringen aanpassingen in huis 4 - 5
“Talis heeft ons fantastisch geholpen”

Aanpassingen in huis nodig? 6 - 7
Vraag het aan Talis

Een plek voor en door bewoners 8 - 9
Ruimte voor ontmoeting

Verbinding in Aaron 10
We zijn op zoek naar gangmakers

Een kamer in huis verhuren 11
Kamers met aandacht

Eenzaamheid 12 - 13
Als eenzaamheid de kop opsteekt

Ontmoeten en actief blijven 14 - 15
Een groot aanbod aan activiteiten

Verhuizen in de buurt 16 - 17
“Alles nieuw, dat is toch heerlijk”

55+ en misschien verhuizen? 18 - 19
Een verhuiscoach helpt u op weg

Fijne plekken om te wonen 20 - 21
Gemeenschappelijk wonen, hoe werkt dat?

Fijn wonen als u ouder wordt 22 - 23
Ons aanbod

Dit magazine is een uitgave van woningcorporatie Talis. De tekst is met de grootst mogelijke zorg samengesteld. Aan de inhoud ervan kunnen geen rechten worden ontleend. Het papier van dit magazine is FSCgecertificeerd.

Samenstelling: Talis
Redactie: Cindy Cloin
Fotografie: Jeroen Appels (Van Assendelft), Bert Beelen, Paul Berkers, Goedele Monnens, William Moore, Annet Schiphauwer, Otto Snoek, Gerard Verschooten
Vormgeving: Gloedinnovate, Nijmegen
Druk: Drukkerij De Kleijn, Wijchen



Voorwoord

Gewoon lekker thuis

Ouder worden doen we allemaal, elke dag. Veel mensen genieten er ook van. Een fijn thuis, waar je je prettig en geborgen voelt, draagt hier aan bij. Als je de krant open slaat, lijkt het soms alsof ouder worden alleen maar met gebreken komt. En natuurlijk komen er ook zorgen als je ouder wordt. Maar het ouder worden biedt ook veel mogelijkheden. Er is vaak ook wat meer tijd om dingen te doen die u leuk vindt. Voor uzelf, maar wellicht ook voor een ander. De buren een handje helpen, omkijken naar elkaar.

In Enschede, waar ik vandaan kom, noemen we dat noaberschap. Mijn ouders, die begin 80 zijn, wonen nog in hun vertrouwde buurt. Als zoon vind ik het heel fijn dat ze goed contact hebben met hun buren. Ik geloof dat het merendeel van de mensen het beste gedijt als ze gewoon in hun eigen huis, in hun eigen buurt met hun vertrouwde netwerk wonen. Woningen hoeven ook niet volledig aangepast of levensloopgeschikt te zijn. Zo wonen mijn ouders in een woning met een trap. Maar ondanks dat ze minder goed te been worden, houdt dat traplopen hun vitaal. En met een uurtje thuiszorg in de week kunnen ze prima zelfstandig wonen.

Als er dan zorgen komen, dan zijn er verschillende organisaties die hierin ondersteuning kunnen bieden. Een huisarts, een zorgpartij, een welzijnsorganisatie of door het gebruik van hulpmiddelen. Als woningcorporatie hebben we hier ook een rol in. We bieden huurwoningen die geschikt zijn voor jong en oud. Bij ziekte of op hoge leeftijd zijn soms ook aanpassingen in de woning of woonomgeving nodig. Als Talis kunnen we hierbij ondersteunen met aanpassingen, zoals een extra trapleuning of een beugel in de douche. In dit magazine leest u hier meer over.

Natuurlijk bieden wij ook de mogelijkheid om te verhuizen naar een appartement als mensen dit willen. Daarmee komen er woningen vrij voor jongeren die lang op een huis moeten wachten. Het is fijn als dit kan naar een plek in de vertrouwde omgeving. Daarom bouwen wij graag voor de buurt, zoals we dat doen in Alba in Wijchen. Maar we hebben ook appartementen op plekken met veel voorzieningen die in de buurt zijn.

Bij een deel van de woongebouwen zijn er ontmoetingsruimtes. Maar ook als die er niet zijn, zijn er vaak plekken in de buurt voor ontmoeting en gezelligheid. Zo kunnen mensen zelfstandig blijven wonen in een prettige, vertrouwde omgeving, zoals ik dat ook bij mijn ouders zie. En maken we samen dat ouder worden de gewoonste zaak van de wereld is en blijft.

Ronald Leushuis, bestuurder Talis



6/7



10



11



20/21





**“Talis heeft
ons fantastisch
geholpen”**

*“Je weet toch niet van tevoren wat
er gaat gebeuren in je leven.”*

Voor kleine aanpassingen in huis kunt u Talis benaderen. De technisch beheerder kijkt dan wat er mogelijk is en kan de klus vaak snel uitvoeren. Het eerste uur kost u niets, alleen de materiaalkosten. Het echtpaar Ellis Tournay (78) en Diederik Rouw (81) is er maar wat blij mee.

Een ongewone indeling

Een mooie maisonnette op de negende verdieping van een wooncomplex in Hatert. “Mijn man viel in 1999 als een blok voor het uitzicht en de woning”, vertelt Ellis. Op de benedenverdieping zijn de slaapkamers, de badkamer en het toilet en op de bovenverdieping de woonkamer en de keuken. Een wat ongewone indeling dus. Ellis: “We waren in de vijftig toen we hiernaartoe verhuisden, dus dan ben je niet bezig met hoe het ooit moet als je minder mobiel wordt. Je weet toch niet van tevoren wat er gaat gebeuren in je leven.”

Ellis kreeg onlangs een nieuwe knie en binnenkort volgt ook de andere knie. Haar man Diederik heeft dementie. Ellis: “Dat is ingewikkeld en vraagt veel van ons. Hij kan eigenlijk niet alleen blijven, ik moet altijd bij hem zijn. Een paar weken geleden zat ik hier en toen viel hij opeens van de trap. Ik schrok me toch! Ik heb 112 gebeld en hij moest naar het ziekenhuis. Uiteindelijk viel het gelukkig mee. Maar het zet je wel aan het denken: hoe moet dat nou met die trap? Wat als het nog een keer gebeurt?”

Traplift

De gemeente werd ingeschakeld en er kwam iemand om te bekijken of er een traplift kon komen. “Maar omdat we allebei de trap nog op en af kunnen, gaat dat niet door.” Teleurgesteld besloot Ellis verder te informeren. Hun zoon regelde en monteerde alvast een muurbeugel voor in de badkamer.

Vervolgens had Ellis contact met Talis.

“Dat was fantastisch, wat een vakmensen. Er werd meteen actie ondernomen, dat hadden we eerder moeten doen. We hebben nu een extra verticale trapeuning, zodat je je aan twee kanten vast kunt houden. En we hebben beugels in de badkamer en het toilet aangeschaft. Talis heeft het beste voor met onze veiligheid.”

Daarnaast kijkt Ellis of het lukt om op eigen kosten een traplift te laten installeren.

“Desnoods tweedehands, dat maakt natuurlijk niet uit.”

Ze hebben nagedacht over verhuizen, eventueel in hetzelfde gebouw waar ook gelijkvloerse appartementen zijn. Maar Ellis durft het niet meer aan. “Dan weet mijn man de weg niet meer te vinden. Daarbij zou ik zo’n verhuizing ook niet aan kunnen, er moet zo veel gebeuren. Dus we proberen het hier zo goed mogelijk aan te passen en hopen dat we het nog tijdje volhouden zo.”



Aanpassingen in huis nodig? Vraag het aan Talis

Soms is het nodig om uw woning aan te passen, zodat u er comfortabeler kunt blijven wonen. Talis kan daarbij helpen.

Een verhoogd toilet, een wandbeugel, een extra trapleuning of een oplossing om de drempel over te kunnen met een rollator. Het zijn aanpassingen die regelmatig worden aangevraagd bij Talis. Soms door bewoners zelf, soms ook door hun kinderen die zich wat zorgen maken. “Wij komen altijd bij iemand thuis kijken, want we leveren maatwerk”, vertelt onderhoudsmedewerker Eddy Hopman van Talis.

Er zijn mogelijkheden om voorzieningen aan te vragen via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo). In de praktijk komen de aanpassingen vaak voor eigen rekening van de huurder. Eddy: “We kijken eerst of het mogelijk is om de aanpassing te doen. Zo kunnen we niet in alle gevallen het hoogteverschil bij een drempel oplossen.” Maar als het wel kan, levert Talis de nodige spullen. Ook komt de monteur het eerste uur gratis langs om de voorziening aan te brengen. “Soms kom je schrijnende situaties tegen, dus het is heel fijn dat we mensen zo kunnen helpen om fijner te blijven wonen.”

Meer weten?

Het project Bewust Wonen in Nijmegen wil eraan bijdragen dat ouderen langer zelfstandig thuis kunnen blijven wonen, door hen bewuster na te laten denken over hun woontoeekomst. U vindt meer informatie op www.langerthuisnijmegen.nl. Voor meer informatie over bewust wonen in Wijchen kunt u kijken op: www.meervoormekaar.nl/woonondersteuning/.

“We kijken eerst of het mogelijk is om de aanpassing te doen.”

Zoekt u een hulp of een hulpmiddel voor in huis?

De Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo) helpt u om zo lang mogelijk zelfstandig thuis te wonen. Daarnaast helpen wij u ook graag. Bekijk hieronder de mogelijkheden.

U kunt ook contact met Talis opnemen voor meer informatie. Wilt u al meteen een aanvraag voor een aanpassing doen? Dat kan digitaal via het reparatieformulier op de website van Talis.

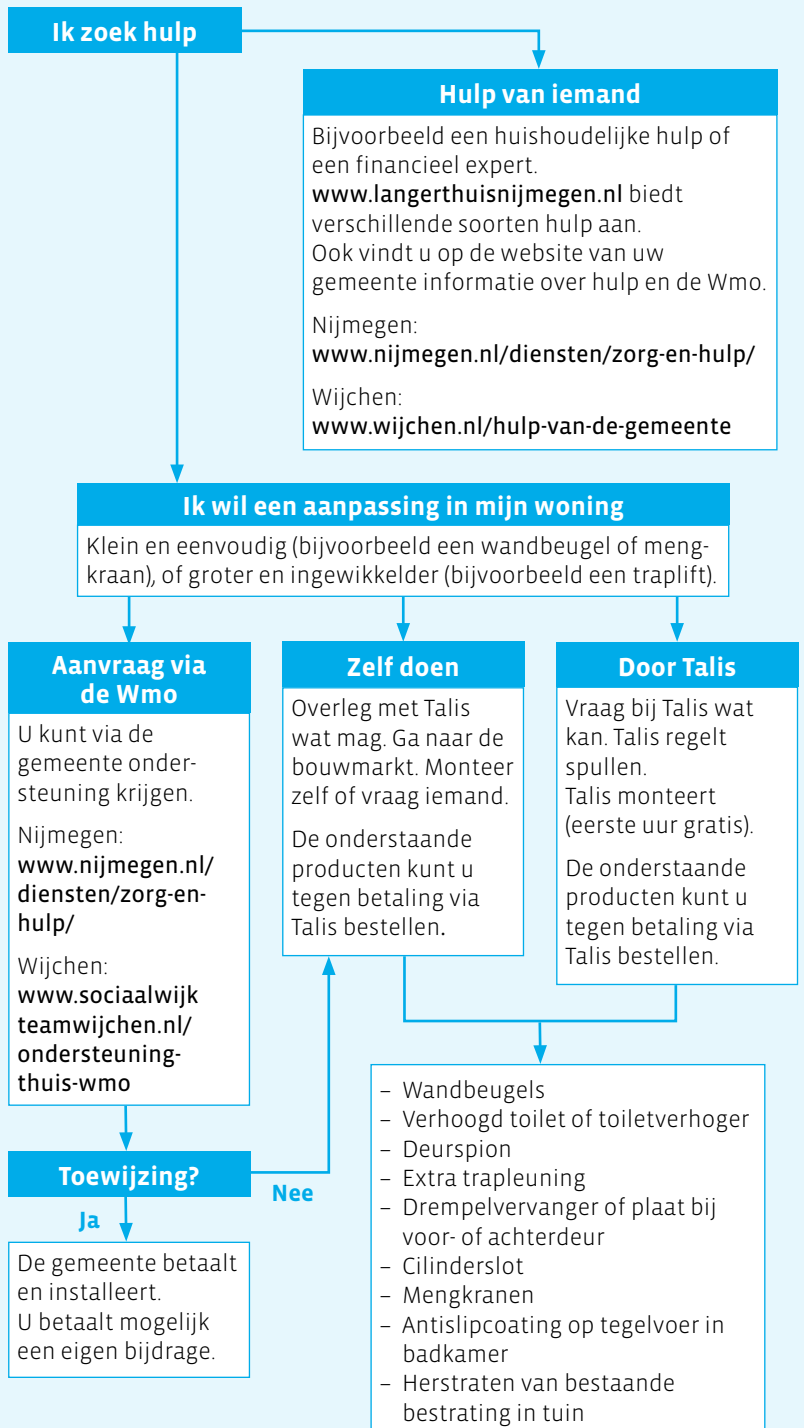
Als u een woningaanpassing vraagt die de Wmo wel vergoedt, zoals een traplift of een elektrische deuropener, kunt u rechtstreeks contact opnemen met uw gemeente.

Meer informatie over de Wmo staat op de website van de gemeente Nijmegen en de gemeente Wijchen.

Comfortabel wonen

Talis heeft een divers aanbod aan huurwoningen in Nijmegen en Wijchen. Ook voor wie wat minder goed ter been is of zorg nodig heeft. Enkele mogelijkheden: gelijkvloers, rollator toegankelijk, scootmobielstalling, zorg- en welzijnsdiensten in het gebouw.

Op onze website talis.nl/comfortabelwonen vindt u meer informatie over comfortabel wonen, of u kunt de brochure aanvragen.



Wilt een aanpassing doen via Talis?

Neem dan contact met ons op of kijk op www.talis.nl.



Ruimte voor ontmoeting

“Dat lukt hier heel goed, het is erg gezellig. De ontmoetingsruimte is klein, maar fijn.”

Terwijl de koffie staat te pruttelen zetten bewoonsters Annie Konings (76) en Leydi Heijse (80) de koekjes klaar. Ze doen dat allebei in hun ‘eigen’ ontmoetingsruimte. Annie in ‘t Voorin in Wijchen, Leydi in De Blikvanger in de Rentmeesterhof.

“Het is een hartstikke mooie plek”, vertelt Leydi, terwijl ze rondkijkt in De Blikvanger. De gezamenlijke ontmoetingsruimte op de derde verdieping van het wooncomplex is ruim van opzet. Er is een bibliotheek, een

bar en een keuken, een biljarttafel en een ruimte om te vergaderen of een filmavond te organiseren. Het is vooral een plek voor bewoners, en mensen uit de buurt zijn ook welkom.

Gezellig

Leydi woont al sinds 1997 in de Rentmeesterhof. “Ik was gescheiden en werkte nog. Ik vond het veel te veel werk om mijn woning met grote tuin te onderhouden. Ik besloot naar een seniorencomplex te verhuizen terwijl ik nog best jong was. Ik heb er nooit spijt van gehad.”





Annie woont nu vijftien jaar in 't Voorin in Wijchen. Ook zij kwam alleen te staan en wilde liever niet al te groot wonen. En ze wilde graag andere mensen ontmoeten. “Dat lukt hier heel goed, het is erg gezellig. De ontmoetingsruimte is klein, maar fijn. We drinken hier samen koffie en voor activiteiten gaan we naar wijkcentrum 't Achterom. Dat is hier tegenover.” De ontmoetingsruimte in 't Voorin is al zo'n dertig jaar hetzelfde. Momenteel vindt er onderhoud plaats in 't Voorin en als dat achter de rug is, wordt ook de ontmoetingsruimte mooi opgeknapt.

Inzet

Wijkbeheerder Ivo Rutten komt graag even langs bij Annie en de andere bewoners in 't Voorin. “Er wonen hier gezellige en positieve mensen die er graag samen wat van maken. Dat is ook fijn voor Talis, je kunt makkelijk even wat dingen bespreken met elkaar.”

Vroeger beheerde Talis veel van de ontmoetingsruimtes. Ook zorgaanbieders zoals ZZG zorggroep en LuciVer hebben dit gedaan. Tegenwoordig ligt dit initiatief vooral bij bewoners zelf.

Daarmee zijn deze bewoners voor Talis van groot belang. Ze organiseren zelf de koffiemomenten, een bingo of een kaartmiddag. Ook wordt er samengewerkt met andere partijen, waarbij Talis soms een verbindende rol speelt. Daarnaast werken we samen met andere partijen, waarbij Talis soms een verbindende rol speelt. Bindkracht10 is zo'n partij. Zo maakt Bindkracht10 samen met ROC-studenten soep voor onze bewoners in de Blikvanger.

Leuke vriendschappen

Leydi is heel actief als vrijwilliger. Een modeshow, een optreden van het zangkoor, een filmavond: ze organiseert het allemaal zonder budget. “Het geld komt deels uit de foaienpot, dus daar betalen de bewoners zelf voor”, legt zij uit. Volgend jaar stopt ze met haar jarenlange vrijwillige inzet. Leydi: “Dan ga ik van de rust genieten. Maar ik heb hier leuke vriendschappen opgedaan en blijf ook zeker mee doen met de activiteiten. Het is fijn om samen iets te doen.”

Annie gaat nog wel even door in 't Voorin. “Vanmiddag komen hier vrouwen met een buitenlandse achtergrond om huiswerk te maken voor hun taalles. Ik vind het heel leuk dat daar plek voor is. Ook zij horen er gewoon helemaal bij.”

Verbinding in Aaron

*“Er kan veel,
we zijn op zoek
naar gangmakers.”*

**Bij Aaron, een appartementen-
gebouw van Talis in de Waalsprong,
wonen verschillende mensen in
hetzelfde gebouw. De bewoners
gaan op zoek naar gezamenlijke
interesses en activiteiten.**

Huurders van Talis, cliënten van ZZG zorggroep en bewoners van woongroep Majstro voor jongeren met een meervoudige beperking, wonen sinds anderhalf jaar samen in Aaron. Het is de bedoeling dat zij elkaar beter leren kennen en elkaar ook eens kunnen helpen.

Buurtverbinder Martine Gaal (in dienst van Talis en ZZG zorggroep) levert daar een bijdrage aan.

Regelmatig zijn er optredens, muziek of theater, waar alle bewoners welkom zijn. “Samen lachen en genieten, met een glaasje advocaat erbij”, zegt Martine. In de mooie huiskamer is ruimte voor allerlei activiteiten. Er is al een naaclub en een borrelavond. “Er kan veel, we zijn op zoek naar gangmakers die het leuk vinden om dingen op te zetten. En natuurlijk helpen we de bewoners daar een handje bij als het nodig is.”

Vraag- en aanbodbord

In Aaron hangt een vraag- en aanbodbord. Als iemand een concrete vraag heeft aan de andere bewoners, kan diegene zijn of haar vraag stellen via het bord. Iemand zoekt bijvoorbeeld een maatje of iemand die een keer wil helpen om boodschappen te doen. Misschien ook iets voor in uw wooncomplex?



Kamers met aandacht

Een kamer verhuren aan een jongere die nét even een tussenstapje nodig heeft om zelfstandig te kunnen wonen. Het kan zomaar een win-win situatie opleveren.

Het kan best stil zijn in huis als u alleen woont of als de kinderen uit huis zijn. En misschien voelt uw woning ook wel erg groot, maar wilt u er toch graag blijven wonen. Talis werkt mee aan ‘Kamers met aandacht’, een initiatief waarbij iemand een kamer in huis verhuurt aan een jongere die net even wat extra aandacht nodig heeft.

Financiële ruimte

“Het delen van een woning kan voor beide partijen iets moois brengen”, zegt Eline Kooi, beleidsadviseur wonen en zorg bij Talis. Mensen die een kamer willen verhuren, vinden het vaak prettig dat er nog iemand in huis woont en het geeft wat meer financiële ruimte. Want de jongere betaalt uiteraard huur voor de kamer. Eline: “Daarnaast draagt u bij aan een steunend netwerk voor deze jongere.”

Aandacht voor elkaar

Een slaapkamer van redelijk formaat (minstens 12 vierkante meter) is voldoende, de overige woonruimte, zoals de badkamer en de keuken, wordt in principe gedeeld. De coördinator overlegt op welke wijze de huurder en verhuurder willen samenwonen. Vinden zij het gezellig om af en toe samen te eten of sporten? Helpt de verhuurder de jongere graag met de administratie? En wat kan de jongere voor de verhuurder betekenen? Denk bijvoorbeeld aan een klusje in huis, boodschappen doen of de hond uitlaten. Goed contact is heel belangrijk en daarom wordt veel tijd gestoken in een goede ‘match’. De coördinator ondersteunt de verhuurder als dit nodig is. De jongere ontvangt daarnaast begeleiding van een instantie bij het leren zelfstandig wonen.

‘Kamers met aandacht’ vraagt vooraf toestemming bij Talis. De verhuurder en de jongere worden geen fiscale partners, waardoor de huur- en zorgtoeslag hetzelfde blijven. Door de tijdelijke huurcontracten bepaalt de verhuurder of iemand na de verhuurperiode kan blijven. De verhuurperiode is in elk geval een jaar. Meer weten? Kijk op [kamersmetaandacht.nl](https://www.kamersmetaandacht.nl).

Als eenzaamheid de kop opsteekt



*“Je moet wel zelf
actie ondernemen.”*

Eenzaamheid komt regelmatig voor, onder jong en oud. Wat is eenzaamheid en wat kunt u ertegen doen? Hierover vertelt Jeannette Rijks, pionier in de aanpak van eenzaamheid.

Hoewel eenzaamheid tegenwoordig steeds meer aandacht krijgt, is het niet iets dat alleen in onze moderne samenleving speelt. Af en toe alleen zijn (of soms zelfs wat langer) kan best fijn zijn. Jeannette: “Maar soms heeft iemand het gevoel: wat duren de dagen toch lang, ik mis iemand waarmee ik kan praten of iets leuks kan doen. Dan kan er best sprake zijn van eenzaamheid.”

Grote veranderingen

Eenzaamheid overkomt mensen van alle leeftijden. Bij belangrijke veranderingen in het leven kunnen gevoelens van eenzaamheid de kop opsteken. Bijvoorbeeld als iemand gaat studeren, met pensioen gaat of gaat verhuizen. Maar u kunt zich ook eenzaam voelen als uw partner is overleden of als u door ziekte of het ouder worden uw hobby's niet meer kunt uitoefenen.

Zelf ontdekken

Bij zo'n grote verandering blijkt het best ingewikkeld te zijn om nieuwe contacten op te doen of oude contacten te onderhouden. “Soms denken mensen dat ze depressieve klachten hebben, terwijl ze in feite eenzaam zijn”, zegt Jeannette.

Eenzaamheid betekent een gebrek aan verbondenheid. Een tekort aan mensen die bij iemand passen in een bepaalde fase van het leven. En dat heeft grote invloed op de ontwikkeling van iemands brein. “Wie eenzaam is, durft niet meer zo makkelijk buiten de eigen kring nieuwe contacten te zoeken. Je kunt wel gaan duo-fietsen of naar een koffieochtend met mensen uit het wooncomplex. Dat is fijn en het zorgt even voor afleiding, maar het lost de eenzaamheid niet op”, zegt Jeannette. Daarvoor is

meer nodig. “Iemand moet zelf ontdekken: waar ben ik naar op zoek in het contact met anderen, wat vind ik belangrijk? En hoe ga ik dat zelf aanpakken?”

Als iemand al langer eenzaam is, is daar hulp bij nodig. Omdat het dan niet lukt om zelf uit de negatieve spiraal te komen.

In de buurt

Ook als iemand al lang ergens woont, kan eenzaamheid de kop opsteken. “De buurt is misschien veranderd, omdat er nieuwe mensen zijn komen wonen. Of iemand kan bijvoorbeeld niet meer mee met de wandelclub, omdat hij of zij tegenwoordig een rollator nodig heeft”, geeft Jeannette als voorbeeld. Het is fijn als er plekken zijn waar ontmoeting kan plaatsvinden. “Het is belangrijk om je ook open te stellen voor nieuwe dingen, nieuwe activiteiten. Contacten in de buurt kunnen heel waardevol zijn.”

Als iemand gaat verhuizen naar een nieuw wooncomplex waar veel andere ouderen wonen, komen de gezellige contacten niet vanzelf. “Het is heerlijk om samen in de moestuin te werken of een koffieochtend te organiseren. Maar je moet wel actie ondernemen. Dan kan er zeker wat moois ontstaan.”

Een oplossing?

Zelfs binnen een groep mensen kun je je flink eenzaam voelen. “Als mensen niet bij je passen, dan kan het juist het tegenovergestelde effect hebben”, zegt Jeannette. Voor de een is zingen in een koor een gouden greep, terwijl het voor de ander niets doet. Het is in elk geval belangrijk om nieuwe wegen in te durven slaan. “En als het niet op eigen houtje lukt: schakel dan hulp in. Eenzaamheid is namelijk op te lossen.”

Meer weten over eenzaamheid en hoe dat op te lossen?

Kijk eens op www.eenzaamheid.info.

Als vrijwilliger meedoen in de buurt

Rudy van der Star (46) woont in de Rentmeesterhof waar ook veel senioren wonen. Hij besloot zich als vrijwilliger in te zetten bij het wooncomplex. “Ik vind het leuk om andere mensen te helpen. Het is eigenlijk iets vanzelfsprekends. Ik hoef niet na te denken of ik iemand kan of wil helpen: ik help gewoon waar ik helpen kan. Ik kom oorspronkelijk uit Indonesië en daar is dat onderdeel van de cultuur, je krijgt het van huis uit mee.”

Zo is Rudy elke zondagochtend bij het koffie-uurtje voor de bewoners om koffie te schenken en een praatje te maken. Doordeweeks maakt Rudy lange dagen voor zijn werk. Toch zet hij zich graag een paar uur per week in. Inmiddels is Rudy lid van het kernteam van vrijwilligers en is hij medeorganisator van een nieuwe activiteit: de wandelavond. “Wat we graag willen, is dat er niet alleen senioren maar ook jongere bewoners meedoen. Want het is heel fijn als je je burens wat beter leert kennen. Dat gun ik iedereen.”



Lekker thuis en actief bezig blijven



Met de leeftijd heeft u (misschien) meer tijd om andere activiteiten te doen. U kunt u zich verdiepen in een hobby of een cursus of gaan sporten en bewegen. Misschien vindt u het leuk om nieuwe mensen te ontmoeten. Als u wilt, is er voor u een groot aanbod aan activiteiten. Leuk om eens een uit te proberen.

In Nijmegen en Wijchen is er erg veel te doen. Voor iedereen is er wel iets te bedenken dat past. De organisaties *Sterker sociaal werk* in Nijmegen en *MeerVoormekaar* in Wijchen organiseren activiteiten, en ze brengen in kaart wat er allemaal mogelijk is. Daarnaast begeleiden zij ouderen die zelf de weg minder goed weten te vinden.

Dat kan gaan om activiteiten of ontmoeten in de buurt, en om praktische hulp in en om het huis, speciale ondersteuning voor ouderen en veilig wonen. Zo is er een boodschappenhulp, een maaltijdservice of de mogelijkheid voor een gezelschapsmaatje. Of denk bijvoorbeeld aan mantelzorgondersteuning en ondersteuning bij zelfstandig wonen met dementie.

De mogelijkheden zijn zeer uitgebreid. Een kleine greep uit het aanbod vindt u hierna.

- **Ontmoet buurtgenoten bij Goede Dag**

Bij *Goede Dag* is er altijd iets te doen voor ouderen in Nijmegen: van koffie drinken en ontmoeting tot bewegen, creatieve activiteiten, Soepie Doen, samen koken en nog veel meer. *Goede Dag* is een gezamenlijk aanbod van verschillende organisaties die in de wijk of stad actief zijn. U kunt terecht bij verschillende wijkcentra in de stad.

Kijk op www.langerthuisnijmegen.nl/langer-meedoen/goede-dag-nijmegen voor meer informatie en de locaties.



• Een goed gesprek

Bij het ouder worden kunt u te maken krijgen met ziekte, verlies en beperkingen. Deze ervaringen roepen vaak vragen op en maken emoties los als verdriet, boosheid of angst. Hierover praten kan helpen! Samen met anderen praten over levens-thema's kan in verschillende gespreks-groepen in zowel Nijmegen als Wijchen. In Wijchen kan dit via welzijnsorganisatie *MeerVoormekaar*. In Nijmegen bieden vrijwilligers van het Centrum voor Ontmoeting in Levensvragen (COiL, onderdeel van *Sterker sociaal werk*) een luisterend oor of zij tekenen samen met u uw levensverhaal. U kunt één-op-één in gesprek, maar u kunt ook deelnemen aan een gespreksgroep. Hier gaat u met meer mensen aan de hand van thema's in gesprek.

• Op bezoek bij BUUR

BUUR is de gastvrije en gezellige huiskamer van Nijmegen. Een plek waar eten, drinken, een goede keuken, het buurtleven, wijk-activiteiten en zorg en welzijn samenkomen. Denk aan een bingo, een repaircafé, kledingruil, wandelen of een pubquiz. BUUR is een fijne plek voor mensen met én zonder hulpvraag. Iedereen die wil aansluiten met ideeën en activiteiten is van harte welkom. U kunt terecht bij een van onze locaties, in Nijmegen-West en in Brakkenstein.

Samenwerking tussen partijen

“Door samen te werken met maatschappelijke organisaties op het gebied van wonen, werken, welzijn en zorg kunnen we meerwaarde bieden voor de mensen”, vertelt Ronald Leushuis, bestuurder van Talis. Zo zit Talis sinds 2022 in hetzelfde pand als welzijns-organisatie *Bindkracht10* en sinds kort ook samen met *Directe Zorg Nijmegen* (DZN).

Het afgelopen jaar is de onderlinge samenwerking versterkt, onder meer door gezamenlijke werkgroepen. Die gingen over energiearmoede, schone leefomgeving, meedoen en ontmoeten. Het komende jaar wordt ook de verbinding met het WerkBedrijf versterkt. In Wijchen deelt Talis een kantoor met *MeerVoormekaar* bij 't Mozaïek.

Al deze organisaties dragen er samen aan bij dat mensen een dak boven het hoofd hebben, volwaardig kunnen meedoen aan de samenleving, zorg kunnen ontvangen in buurten en wijken. Alles voor een prettig leven.

Meer informatie over allerlei diensten?

Kijk voor Nijmegen op www.langerthuisnijmegen.nl en voor Wijchen op www.meervoormekaar.nl/ouder-wordsen.

U kunt ook contact opnemen met de medewerkers van *MeerVoormekaar*, *Sterker* of *Bindkracht10*.

www.meervoormekaar.nl 024 641 84 59

www.sterker.nl 088 - 00 171 21

www.wegwijzero24.nl

www.bindkracht10.nl

BUUR is een fijne plek voor mensen met én zonder hulpvraag.

Verhuizen naar een appartement in een wooncomplex voor senioren of toch liever in haar eengezinswoning blijven? Deze keuze was een lastige voor Leonie Basten (60) uit Wijchen. “In mijn huis met tuin kan een gezinnetje wonen, terwijl ik straks heerlijk in alle rust op mijn balkon van de zon kan genieten.”

Talis bouwt regelmatig nieuwe woongebouwen die in het bijzonder geschikt zijn voor senioren. Zo ook Alba, met 27 appartementen in Wijchen. Oudere bewoners uit de buurt, krijgen hier voorrang. Op deze manier komt de doorstroming op gang: senioren kunnen in hun eigen buurt blijven wonen, en jongeren kunnen dan in de wijk terecht.

“Ik voel me helemaal niet oud”, vertelt Leonie. “Ik werk en ik sta midden in het leven. Omdat ik zestig jaar ben geworden, kwam ik echter in aanmerking voor Alba. Dat is bij mij om de hoek, net zo dicht bij het centrum van Wijchen. En in een gebouw waar je leuk contact kunt hebben met andere bewoners.”

Rust

Haar eengezinswoning een paar straten verderop heeft drie slaapkamers en een vrij grote tuin. Dat betekent schoonmaken, tuinieren en alles onderhouden. “Ik was al jaren mantelzorger voor mijn ouders. Sinds mijn vader twee jaar geleden plotseling overleed, ben ik nog mantelzorger voor mijn moeder. Het is pittig geweest. En dat is het nog steeds. Dan is het fijn om kleiner te wonen op een plek waar alles nieuw is. Het geeft je wat meer rust als je ’s avonds thuis bent.”

Bij het appartementencomplex Alba in Valendries in Wijchen krijgen 60-plussers uit de eigen buurt voorrang bij de toewijzing van een woning. Zo krijgen zij de mogelijkheid om in hun vertrouwde woonomgeving te verhuizen naar een woning die geschikt is voor senioren. Zo komt de doorstroming op gang.

Woningnood

Daar komt bij: haar jongste zoon zou dolgraag in een eengezinswoning zoals die van zijn moeder willen wonen. “Maar het is heel lastig om een huisje te vinden, vanwege de woningnood. Dat trok mij ook wel een beetje over de streep om te verhuizen: ik kan hier jonge mensen die een gezinnetje willen stichten heel blij mee maken.”

Hoewel ze opziet tegen de verhuizing, leeft ze wel toe naar het moment dat ze in haar appartement met de balkondeuren open een kopje koffie kan drinken met een boek erbij. “Ik heb op Pinterest al inspiratie opgedaan voor de kleuren op de muren en een gezellige inrichting van het balkon. Ik begin er echt naar uit te kijken.”



A woman with blonde hair, wearing a white top and a beige skirt, stands in the foreground of a construction site. She is smiling and pointing her right hand towards a building under construction. The building is surrounded by extensive scaffolding. In the background, a man in a light-colored shirt and khaki pants is looking at his phone. The ground is dirt and there are some construction materials scattered around.

‘Alles nieuw, dat is toch heerlijk?’

*“Ik kan hier jonge mensen
die een gezinnetje willen stichten
heel blij mee maken.”*

Gemeenschappelijk wonen, hoe werkt dat?



Talis heeft de droom van verschillende woongemeenschappen mee helpen verwezenlijken.

In Nijmegen en Wijchen zijn verschillende woongemeenschappen. Fijne plekken om te wonen waar vaak mensen van meerdere generaties met elkaar samenleven.

Ook als u wat ouder wordt, wilt u het liefst nog lang actief blijven en er een sociaal leven op nahouden. Uw wilt zelfstandig wonen, maar betrokken blijven bij wat er in uw woonomgeving speelt. Als het nodig is, kunt u misschien een helpende hand bieden of ontvangen.

In een woongemeenschap woont u zelfstandig met behoud van privacy, alleen of met partner of eventuele kinderen. In en rond het gebouw zijn er ruimtes en voorzieningen die u met andere bewoners

deelt. Bijvoorbeeld een tuin, een wasruimte, een logeerkamer of een deelauto. Dit geeft volop kansen om elkaar te ontmoeten en elkaar beter te leren kennen.

In een gezamenlijke ontmoetingsruimte kunnen bewoners samen koffie drinken, verjaardagen vieren en vergaderen. Of er worden yogalessen of creatieve workshops gegeven. De gemeenschappelijke ruimtes en voorzieningen zijn in eigen beheer. Het bestuur van de woongroep houdt het overzicht, en van alle bewoners wordt een actieve inbreng verwacht.

Dankzij de gezamenlijke activiteiten en de onderlinge betrokkenheid, ontstaat een band tussen de bewoners. Elk met zelfstandigheid en eigen regie in combinatie met de behoefte aan saamhorigheid.



Samen en toch apart in een huis

Talis heeft de droom van verschillende woongemeenschappen helpen verwezenlijken en we staan open voor nieuwe plannen.

Kenmerken van woongemeenschappen

- Zelfstandigheid: je bent langer in staat om de regie over je leven te voeren
- Contact: gezelligheid en aanspraak
- Steun: zowel van praktische als emotionele aard
- Zorg: je kunt met elkaar diensten en zorg inhuren
- Geborgenheid: je woont met gelijkgestemden om je heen
- Activiteiten: samen eten, sporten, zingen, culturele en andere uitstapjes

Voorbeeld: Eikpunt

Bewoners van Eikpunt in Lent voelen zich verbonden door vier pijlers: meergeneratiewonen, duurzaamheid, stilte en bezinning, en gemeenschapsvorming. Eikpunt heeft in totaal veertig huurwoningen en negen koopwoningen. Er wonen mensen van nul tot honderd jaar. Het streven is een vaste verhouding van leeftijdsgroepen.

In deze tijd lopen oudere mensen, zeker als ze alleen zijn, het risico om te vereenzamen. Tegelijkertijd raken ze steeds meer afhankelijk van de hulp van de samenleving, zoals wijkondersteuning en taxivervoer. Gemeenschapsvorming is ook een van de pijlers van Eikpunt. Daarom kan de zorg en ondersteuning van ouderen, gehandicapte mensen en kinderen meer door mensen in de wijk zelf gebeuren.

Andere woongemeenschappen waar Talis bij betrokken is, zijn Iewan, Villa Sterappel, Ecodorp Zuiderveld, Mindset Wonen, Majstro en Wooninitiatief Wijchen.

Meer informatie vindt u op de website van Talis. <https://www.talis.nl/ik-ben-op-zoek/sociale-huurwoning/bijzondere-woonvormen/>

Woningdelen kan een mogelijkheid zijn als u wat ouder wordt. Bijvoorbeeld als u graag samen met een vriend(in) of familielid een huis wilt delen. Het is gezelliger en u kunt wat voor elkaar betekenen. Daarnaast is het voordeliger om samen een huis te huren.

Talis splitst een grotere eengezinswoning in twee onzelfstandige woonruimtes. Zo kunnen bijvoorbeeld ook moeder en dochter samen een huis huren. Elke huurder krijgt een eigen slaap- en badkamer. Deze manier van wonen past goed bij mensen die het leuk vinden om samen gemeenschappelijke voorzieningen te delen, zoals de woonkamer, de keuken en de buitenruimte.

Waarom woningdelen?

Er is een groot tekort aan woningen en wonen dreigt voor veel mensen onbetaalbaar te worden. Talis heeft vrij veel grotere eengezinswoningen, terwijl er steeds meer alleenstaanden zijn. Door woningen te delen kunnen er meer mensen aan woonruimte worden geholpen.

Wilt u uw woning delen?

Woont u in een grote eengezinswoning en zou u de woning willen delen met bijvoorbeeld een familielid, vriend of vriendin. Neem dan contact met ons op voor de mogelijkheden.

Kijk voor meer informatie op [talis.nl/woningdelen](https://www.talis.nl/woningdelen) of neem telefonisch contact met ons op.



Een verhuiscoach helpt u op weg

“Het belangrijkste is dat mensen een fijne, geschikte woning hebben.”

Denkt u weleens aan verhuizen, maar twijfelt u nog? Ziet u op tegen het gedoe of weet u niet wat u precies zoekt? Een verhuiscoach voor 55-plussers kan u op weg helpen.

De kinderen zijn het huis uit, het onderhoud van de tuin wordt zwaarder of u wilt liever gelijkvloers wonen. Ook zou u misschien graag dichterbij allerlei voorzieningen wonen.

Maar om de stap naar een ander huis ook echt te maken, dat kan best lastig zijn. Marloes Derksen, verhuiscoach bij de provincie Gelderland, gaat met huurders in gesprek over hun twijfels en wensen. En helpt hen met een plan om de veranderde woonwens uit te laten komen. Een gesprek met een verhuiscoach is vrijblijvend en gratis, u bent tot niets verplicht.

Beste oplossing?

Senioren willen volgens Marloes wel verhuizen, maar meestal alleen in de buurt van hun huidige huis vanwege de sociale contacten. Marloes: “Het belangrijkste is dat mensen een fijne, geschikte woning hebben waar ze prettig wonen, ook als ze ouder worden. De oplossing is soms om de huidige woning aan te passen en soms is verhuizen de beste optie.”

Doorstroming

Het is fijn om een huis te hebben dat goed bij u past. Als senioren verhuizen, komen er sociale huurwoningen vrij waarin andere woningzoekenden terecht kunnen. Zo komt ook de doorstroming op gang. Marloes: “Hiermee los je het woningtekort niet op, maar meer mensen komen terecht in een passende woning. Je brengt de markt in beweging. In de woning die vrijkomt, kan een jong gezin wonen; in het appartement dat zij achterlaten, kan een stel wonen dat net gaat samenwonen.”

In gesprek?

Verhuiscoaches bieden ondersteuning op maat, maar hebben geen invloed op de beschikbare woningen of op voorrangsregelingen. Er is soms de mogelijkheid voor een verhuisvergoeding. Meer informatie vindt u op www.gelderland.nl/subsidies/verhuisvergoeding-huurwoning.

Wilt u met een verhuiscoach in gesprek? Mail dan naar verhuiscoach@gelderland.nl of neem contact op met Talis.



De huurdersverenigingen zijn er voor u!

Huurdersverenigingen Accio en Omslag overleggen met en adviseren Talis over allerlei onderwerpen die voor u als (oudere) huurder belangrijk zijn. De huurdersvereniging bestaat uit enthousiaste huurders die staan voor prettig en veilig wonen. De toekomst van wonen hebben huurders zelf in de hand. Door mee te praten en mee te denken, bepalen zij zelf voor een deel hoe die toekomst eruitziet.

Denk daarbij aan de beschikbaarheid en de betaalbaarheid van woningen in Nijmegen en Wijchen. Maar Accio en Omslag houden zich ook bezig met verduurzaming en met de leefbaarheid in wijken en buurten, zoals de mogelijkheid om elkaar te ontmoeten. Er zijn regelmatig bijeenkomsten of meedenkavonden over de verschillende thema's.

Wilt u meer weten over de huurdersverenigingen en wat zij zoal doen? Kijk op: hv-accio.nl of hvomslag.com.

Mantelzorgurgentie regionaal geregeld

Wilt u in de buurt van iemand wonen voor wie u vaak zorgt? Dan is het goed om te weten dat mantelzorg in Nijmegen en Wijchen onder de urgentieregeling voor sociale huurwoningen valt.

Bij mantelzorg zorgt u voor iemand die langdurig ziek is of een beperking heeft. Het kan bijvoorbeeld gaan om uw partner, kind, vader of moeder, broer of zus. Als u veel mantelzorg verleent en u woont niet bij elkaar in de buurt, kunt u ervoor kiezen om dichterbij elkaar te gaan wonen.

De gemeente kan een mantelzorgurgentieverklaring verstrekken aan een woningzoekende die in de gemeente mantelzorg verleent of ontvangt. Daar zitten wel voorwaarden aan. Zo moet de mantelzorgrelatie minimaal een jaar in stand blijven en moet iemand minimaal tien uur per week besteden aan de mantelzorg.

Er waren al mogelijkheden voor urgentie, maar die waren per gemeente geregeld (of soms ook niet geregeld). Met ingang van 1 januari 2024 is deze regeling voor de hele regio Nijmegen hetzelfde. De aanvragen lopen niet langer via de gemeente, maar via een van de corporaties die bij Entree zijn aangesloten. De urgentiecommissie beoordeelt vervolgens de aanvraag en wijst toe of af. De urgentie geldt uiteraard alleen voor de gemeente waar de mantelzorg wordt verleend.

Fijn wonen als u ouder wordt: ons aanbod

Of u nu 60, 80 of 100 jaar bent, alleen u weet hoe u zich voelt en hoe u graag wilt wonen. Waar de een graag de ruimte heeft en dol is op tuinieren, wil de ander misschien toch wat kleiner wonen. Het kan ook zijn dat u om gezondheidsredenen wilt of moet verhuizen, bijvoorbeeld omdat u minder goed ter been bent en graag alles gelijkvloers wilt in huis. Zoveel mensen, zoveel redenen om ergens wel of niet te (blijven) wonen.

Omdat iedereen andere wensen heeft, biedt Talis verschillende soorten woningen aan. Een deel van onze woningen is speciaal geschikt voor senioren. De woningen hebben bijvoorbeeld een geschikte indeling voor senioren, of ze zijn levensloopgeschikt. Het kan ook dat het woongebouw bepaalde voorzieningen heeft, zoals een ontmoetingsruimte of de mogelijkheid zorg in te huren.

De meeste woningen die vrijkomen, bieden we aan via www.entree.nu. Iedereen die staat ingeschreven bij Entree kan hierop reageren.

De woningen met zorg bieden we aan via de zorg-aanbieder, zoals ZZG Zorggroep of Driestroom. Hiervoor heeft u een indicatie nodig.

Wat voor soort woningen hebben we?

- Gelijkvloerse woningen (zonder trappen)
- Levensloopgeschikte woningen, waar u ook met een (lichte) fysieke beperking goed kunt wonen
- Rolstoelwoningen
- Woningen met zorg- en welzijnsdiensten in het gebouw

Wilt u een overzicht van ons totale aanbod van comfortabele woningen in Nijmegen en Wijchen? Kijk dan op:

<https://www.talis.nl/ik-ben-huurder/wonen-en-zorg/comfortabel-wonen/>.

Woning ruilen

Naast het reageren op een andere woning is woningruil ook een optie. Op de website www.ruilmijnwoning.nl kunt u uw woning aanmelden. Ziet u een woning waar u interesse in heeft? Dan kunt u de reageren op de woning. Woningruilen kan ook met huurders in een ander deel van het land.



Hoe schrijft u zich in voor een andere huurwoning?

INSCHRIJVING ENTREE



REAGEREN OP WONING

REACTIETIJD



- ADW PENSIOEN ← INKOMENS GEGEVENS
- GBA ← UITTREKSEL GEMEENTELIJKE BASIS ADMINISTRATIE MET WOONHISTORIE
- CONTRACT ← HUUR/KOOPCONTRACT VORIGE WONING
- VERHUURDERSVERKLARING/ HYPOTHEEKVERKLARING ←

MEETTIJD WONINGEN



GELIJKVLOERS



LEVENSLIOP- GESCHIKT



W.M.O. INDICATIE NODIG

UITNODIGING BEZICHTIGING



MAG OOK VIA MAIL



AANLEVEREN DOCUMENTEN

ACCEPTATIE WONING



CONTROLE GEGEVENS DOOR TALIS



EVENTUEEL OVERNAME-GESPREK



HUURCONTRACT TEKENEN +OVERDRACHT SLEUTELS

Contact

T (024) 352 39 11
E welkom@talis.nl
I www.talis.nl
Postbus 628
6500 AP Nijmegen

Bezoekadres Nijmegen

Boekweitweg 6
6534 AC Nijmegen

Bezoekadres Wijchen

Balie Huis van de gemeente
Kasteellaan 27
6602 DB Wijchen

