



Toelichting burgerinitiatief voor de Wesenthorst

Het voorstel van Senioren Belang Ulft (inmiddels een burgerinitiatief) voor de herbestemming van de Wesenthorst

Kom terug naar school, maar nu om te wonen of gezonder te leven!

Wie ben ik

Geboren in Haaksbergen in 1943, als oudste van 10 kinderen
Volgde HBO opleiding meet- en regeltechniek
Heeft bestuurlijke ervaring als voorzitter Woningcorporatie, bestuur Waterschap, voorzitter CDA, voorzitter VVV
Sinds 1979 woonachtig in Ulft
Nu voorzitter Senioren Belang Ulft
Medeoprichter en voorzitter Stichting FreeWheel

Onderwerpen:

1. Beschrijving Wesenthorst
3. Woonwensen van senioren
4. Deel Wesenthorst als wooncentrum
5. De actuele leefsituatie van ouderen
6. De vaak slechte leefstijl van senioren
7. Het volgen van een gezonde leefstijl
7. Deel Wesenthorst als vitaliteitscentrum
8. De volgende voorzieningen zijn nodig
9. Bezit, beheer en betaalbaarheid
10. Verdere acties van het burgerinitiatief

Beschrijving Wesenthorst

Perceel grootte 13.940 m²

Bruto vloeroppervlak bebouwing 10.378 m²

Begane grond is 4.930 m², waarvan 640 m² aan gymlokalen;

240 m² aan douches en kleedlokalen; 850 m² aan aula en restaurant; 1.600 m² aan praktijklokalen en 10 leslokalen van 60 m²

De 1^{ste} etage telt 2140 m² waarvan 19 leslokalen van elk ca 60 m²

De 2^{de} etage telt 1.200 m² waarvan 11 leslokalen van elk ca 60 m²

Gebouwd in 1985, verbouwd en uitgebreid in 1993 en 1999.

Verkeerd in een goede technische staat

Ligt dicht bij het (winkel)centrum van Ulft

Woonwensen van senioren

1. Veel senioren wonen nog in grote woningen. Vooral alleenstaande en wat oudere senioren willen graag doorstromen naar een betaalbare, compactere woning die minder onderhoud vergt en energie kost. Het liefst samen met andere ouderen en op korte afstand van winkels en andere voor ouderen belangrijke voorzieningen.
2. De weinige woningen en appartementen voor senioren, die nu worden gebouwd zijn koopwoningen met prijzen rond de € 400.000 of huren rond of boven de € 750 per maand. Dit is voor een grote groep senioren veel te duur en daarom blijven ze zo lang mogelijk in hun te grote en eigenlijk niet meer bij hun passende woning wonen.

Deel Wesenthorst als wooncentrum

1. Bouw de 40 leslokalen om tot betaalbare appartementen geschikt voor bewoning door senioren en starters op de woningmarkt.
2. Deze appartementen kunnen worden gekocht of gehuurd. Belangrijk daarbij is dat er wordt voorkomen dat deze appartementen mee gaan doen in de enorme prijsstijgingen van dit moment.
3. Senioren kunnen hier in clusters samen wonen. Ze kunnen dan elkaar helpen bij ziekte of andere problemen. Eventueel zou dit zelfs als woongroep kunnen, die nog meer naar elkaar omzien en gezamenlijke voorzieningen delen zoals bv samen een aantal elektrische deel auto's.
4. Een deel van deze appartementen is bestemd voor starters. Dit zijn meestal jongeren. Omdat deze meestal een ander dagritme hebben dan ouderen moet daarmee rekening worden gehouden. Maar er zijn ook projecten bekend waar jongeren en ouderen elkaar juist kunnen helpen door samen te wonen.

De actuele situatie van ouderen in Ulft en naaste omgeving:

1. Deze groep telde in 2000 4400 gepensioneerden tussen de 65 en 80 jaar en 1400 boven de 80 jaar.
2. Gepensioneerden beschikken samen over veel kennis en ervaring.
3. Hun gezondheid en vitaliteit is aanvankelijk meestal nog goed.
4. Zijn vaak nog actief als lid of bestuurder van een vereniging of stichting en velen verrichten ander vrijwilligerswerk of zijn mantelzorger. Maar ook doen sommigen amper nog mee in de samenleving.
5. Mannen hebben gemiddeld na hun pensionering nog 19 jaar te leven en vrouwen nog 21 jaar.
6. Gemiddeld krijgen zowel mannen als vrouwen op hun 77^{ste} merkbare problemen met hun gezondheid.
7. Senioren met een lager inkomen krijgen gemiddeld al 7 jaar eerder deze problemen en ze leven 3 jaar korter dan gemiddeld. Zij met een hoog inkomen krijgen pas met 83 deze problemen en leven 3 jaar langer dan gemiddeld. **De oorzaak is het verschil in leefstijl.**

De vaak slechte leefstijl van gepensioneerden

1. 65% voldoet niet aan de minimale beweegnorm.
2. Van de 65 tot 75 jarigen heeft 63% overgewicht en 18% obesitas.
3. Van de 65 tot 75 jarigen voelt 40% zich geregeld eenzaam en 7% zelfs zeer eenzaam.
4. Van de 75 tot 85 jarigen is dat al 50% en boven de 85 zelfs 60%.
5. Ander oorzaken zijn voortdurende geldzorgen, verslaving aan alcohol of sigaretten, een niet meer passende woonsituatie, verveling en geen levensdoel meer hebben.

Het volgen van een gezonde leefstijl

1. Beweeg 6 dagen per week voor de rest van je leven.
Doe dit matig intensief en liefst een uur achter elkaar. Gevarieerde oefeningen zijn beter dan uitsluitend wandelen, fietsen of zwemmen.
2. Doe daarbij regelmatig krachttraining.
Is nodig voor behoud sterke botten en spiermassa
3. Eet en drink matig en gezond.
Stop onmiddellijk met roken en drink liefst geen alcohol. Matig het gebruik van suikerhoudend voedsel en eet niet te zout.
4. Geef minder geld uit dan er binnenkomt
5. Zorg voor een goede relatie met partner, familie en burens.
6. Zorg voor een voldoende groot sociaal netwerk en/of maak deel uit van een hechte gemeenschap
7. Blijf je talenten gebruiken en onderneem geregeld iets nieuws.
8. Zorg voor een doel in je leven en blijf een bijdrage leveren aan de gemeenschap.
9. Hou maximaal 1 maal per week een "bourgondische dag".
Af en toe wat minder gezond eten en drinken kan geen kwaad.

Deel Wesenthorst als vitaliteitscentrum

De jaarlijkse uitgaven aan ziektekosten bedragen nu meer als 100 miljard. Door een langdurige optimaal gezonde leefstijl worden gemiddeld 70% van de ouderdomskwalen voorkomen en 50% van de ernstige ziektes.

Bij een niet optimaal gezonde leefstijl is dit natuurlijk minder, maar ook dan levert een gemiddeld wat betere leefstijl een geweldige besparing op aan ziektekosten.

Hoe gezonder de leefstijl, hoe korter de periode wordt waarin mensen hulp nodig hebben. Dit levert de gemeente een flinke besparing op aan de WMO-uitgaven en andere zorgkosten.

Gezonde en vitale burgers zijn gemiddeld ook gelukkige burgers.

Senioren, vooral die met een wat lager inkomen, hebben vaak hulp en ondersteuning nodig om hun leefstijl langdurig gezonder te maken.

De Wesenthorst biedt uitstekend mogelijkheden om te worden omgebouwd tot een centrum waarin senioren en andere burgers optimale en laagdrempelige ondersteuning kunnen vinden voor het kunnen volgen van een gezonde leefstijl !

De volgende voorzieningen zijn nodig

1. De aula wordt deels een dagelijks open inloopcentrum voor het kunnen ontmoeten van andere inwoners.
2. Een deel wordt gebruikt als restaurant en andere delen om te biljarten en voor gezelschapsspellen en denksporten.
3. De voormalige praktijklokalen en kantoorruimtes worden benut als atelier, hobby werkplaatsen, les- en vergaderlokalen en een zalen voor grote bijeenkomsten.
4. Een deel komt ook beschikbaar voor de Leonardo Club voor hun innovatieve activiteiten. Deze club staat open voor allerlei "uitvinders" uit de hele Achterhoek.
5. Belangrijk ook is een klein testcentrum voor conditie, spierkracht, evenwicht, reactievermogen en wat gezondheidsmetingen.
6. De sportzalen blijven gehandhaafd en zijn dagelijks beschikbaar om zoveel mogelijk inwoners voldoende te laten bewegen.

Bezit, financiering en betaalbaarheid

Van het wooncentrum:

De huren moeten rond de €500 blijven en de koopsom beneden de €250.000 voor doorstromers en beneden de €200.000 voor starters. Een aantal grotere appartementen mogen wat duurder zijn. Bezit huurwoningen door Wonion of een nog op te richten stichting of woon coöperatie. Beheer van de koopappartementen kan door een bewoners coöperatie of door een vereniging van eigenaren.

Van het vitaliteitscentrum:

Uitgangspunt dient te zijn dat de exploitatie lasten zo laag mogelijk kunnen blijven en liefst zonder een structurele subsidie van de gemeente. Voor de verwerving, de verbouwing en de inrichting moet zoveel mogelijk gebruik worden gemaakt van de bijdragen uit allerlei fondsen. Het deels laten verbouwen door vrijwilligers kan een belangrijke besparing geven. Als Wonion of de gemeente toch eigenaar van dit maatschappelijke vastgoed willen blijven, dan dreigt dat ze met een kostendekkende huur gaan werken. Ook als ze een deel van het gebouw willen verkopen, dan kan dan het best als er nog niet is verbouwd want anders kunnen er problemen komen met de regels rond staatssteun. Het is heel belangrijk dat er in een zo vroeg mogelijk stadium hierover goed wordt nagedacht.

Verdere acties van het burgerinitiatief:

Aansluiting zoeken bij andere initiatieven in het land verenigd in de **Landelijke Samenwerking Actieve Bewoners (LSA bewoners)**

Starten **publieksacties** voor betrekken van veel meer inwoners bij het Wooncentrum en/of Vitaliteitscentrum

Vinden van een uitdagende naam

Belangstellenden kunnen zich aanmelden via

wesenthorst.initiatief@gmail.com