



in deze nieuwsbrief:

1. verslag themabijeenkomst 16 feb 2024
2. interview met Marion Mulder
3. verslag LVGO jaarvergadering
4. oproepen
5. werkconferentie Lang Leven Thuis

1. verslag themabijeenkomst 16 feb 2024

door Eva Mulder.

Alles wat u wilt regelen rond uw levenseinde

De sfeer onder de 27 aanwezigen is levendig en ontspannen. De interesse voor de lezing is groot, het gaat ons allemaal persoonlijk aan. Er worden relevante vragen gesteld.

1. Opening

Marijke Verdult opent de bijeenkomst en heet de toehoorders van verschillende woongroepen welkom. Deze middag is georganiseerd vanwege veel belangstelling voor het onderwerp.

2. Voorstellen OWA50+

Aleid van Papenrecht vertelt kort over het ontstaan (in 2007) en het doel van OWA50+. Dit is:

- a. Belangenbehartiging ouderenwoongroepen in Amsterdam.
- b. Bekendheid geven aan het bestaan van de vele woongroepen.
- c. Deelname aan verschillende overleggen, o.a. het Huurders Netwerk Amsterdam, De LVGO en het Lezend Netwerk vd gemeente Amsterdam.

De uitstekende catering is verzorgd door Janine de Vries en Margot Kaldenbach.

3. Presentatie door Louise Jobse van de NVVE

- Waarom en wanneer nadenken over het levenseinde?

Wacht hier niet mee! Denk erover na voordat er crisis

komt. Dan heb je iets om op terug te vallen, als er wel crisis ontstaat.



- Website NVVE

De punten die hieronder genoemd worden, staan uitgebreider op de website van de NVVE www.nvve.nl

- Zes vormen van levenseinde

1. De natuur haar gang laten gaan.
2. Bewust stoppen met eten en drinken.

Hier is een sterke wil voor nodig én begeleiding door een arts en tzt 24 uren zorg.

3. Goede zelfdoding.

Middelen hiervoor zijn in Nederland niet verkrijgbaar, dit is ook een heel moeilijke methode.

4. Behandeling niet aangaan of stoppen.

Het gaat om jouw kwaliteit van leven.

5. Palliatieve sedatie.

Dit is normaal medisch handelen, dat wordt ingezet bij een levensverwachting van maximaal 2 weken.

Het verlicht pijn en ongemak in de stervensfase en zorgt voor een natuurlijk dood.

6. Euthanasie.

Hulp van een arts én een Scen arts (Steun en Consultatie bij Euthanasie) is nodig. Het moet een vrijwillig en weloverwogen verzoek zijn van een wilsbekwaam persoon bij uitzichtloos en ondraaglijk lijden. Voor euthanasie hoeft je niet terminaal te zijn, het kan ook aangevraagd worden bij een stapeling van klachten van zowel fysieke als psychische problemen die de kwaliteit van leven flink aantast.

Euthanasie bij dementie

is mogelijk mits niet al te ver gevorderd. Hierbij geldt de schriftelijke wilsverklaring welke is opgesteld toen de dementie nog helder van geest was.

Zie de NVVE-brochure over "Keuzes rond het einde van uw leven".



- Wilsverklaring

De NVVE heeft hier formulieren voor en kan helpen bij het opstellen.

Er zijn 3 soorten wilsverklaringen: Bespreek dit met je arts en licht naasten in over je wilsverklaring.

1. Behandelverbod: Dit is een recht.
2. Euthanasieverzoek: Dit is géén recht, een arts kan weigeren.
3. Volmacht: kan gegeven worden aan familieleden, maar ook aan een zelfgekozen persoon.



- Voltooid leven

Nu kun je géén euthanasie krijgen, tenzij je een medische kwaal hebt.

Er is nieuwe wetgeving in de maak waarbij je óók bij voltooid leven een weloverwogen euthanasieverzoek mag doen.

- Levenstestament

De NVVE kan hierbij hulp bieden. Stel dit op voor financiële zaken. Je kunt iemand machtigen voor je bankrekening. Op www.notaris.nl kun je een checklist vinden.

2. Op bezoek bij Marion Mulder in de Akropolistoren op het Zeeburgereiland.

door Joke van Lith

Marion woont sinds 6,5 jaar, vanaf het begin, in deze woongemeenschap. De Akropolistoren is gebouwd in opdracht van verhuurder De Alliantie. Marion is in de beginjaren actief geweest als voorzitter en heeft vele contacten opgebouwd.

Het bijzondere van deze woongemeenschap is dat er, na veelvuldig overleg met De Alliantie, een Samenwerkingsovereenkomst (SOK) is afgesloten. Hierin wordt o.a. overeengekomen, dat de Coöperatieve Vereniging De Akropolistoren een aantal beheertaken van De Alliantie overneemt. Beheertaken op technisch gebied, taken rond Sociaal Beheer en Leefbaarheid en rond het entreebeleid.



De Akropolistoren heeft een entreecommissie, die gesprekken voert met geïnteresseerden en besluit of de geïnteresseerden passen bij de doelen van de Akropolistoren. Als de entreecommissie akkoord gaat met de kandidaat-bewoner controleert de verhuurder de inkomsten van de kandidaat-bewoner (wetgeving sociale en middensegment huur). Ook zorgt zij ervoor, dat een leeggekomen appartement, goed wordt overgedragen aan de nieuwe bewoner.

De technische commissie, die het beheer en onderhoud van het gebouw verzorgt bestaat uit bewoners en werkt geheel zelfstandig.

Voor alle commissies geldt dat er gebruik kan worden gemaakt van de vele deskundigheden van bewoners.

De Alliantie vergoedt de door verschillende commissies overgenomen werkzaamheden.

De woontoren telt 103 bewoners, heeft 15 etages, elke woning heeft 3 kamers. In de top ligt de torenkamer met vanaf het balkon prachtig uitzicht over het water. Hier vinden allerlei activiteiten, bijeenkomsten en ontmoetingen plaats. Marion heeft haar familiefeestje daar kunnen houden.

De woongemeenschap is zeer divers op alle gebieden en tussen de 55 en 94 jaar, waarvan Saar Boerlage, voortrekker van het eerste uur van het project, de oudste is.

Alle nieuwkomers krijgen de vraag voorgelegd wat zij kunnen bijdragen aan de woongemeenschap. Dit kan van alles zijn, lid zijn van een commissie, burenhulp verlenen etc. Er wordt uitdrukkelijk vermeld dat er geen mantelzorg wordt verleend. Er is wel een Werkgroep Burenhulp Plus, die bewoners kan ondersteunen bij het vinden van gepaste zorg (buiten de toren).

Naast de technische en entreecommissie is er een communicatiecommissie (site, nieuwsbrief), de torenkamercommissie (beheer gemeenschappelijke ruimte) en de commissie voor sociaal beheer en leefbaarheid.

Er zijn een aantal werkgroepen, die allerlei zaken bedenken en regelen welke het samen wonen leuker en beter maken.

meedoen met OWA50+

Nieuwsbrief ontvangen?

laat het ons weten:

OWA50plus@gmail.com



De coöperatieve vereniging heeft een bestuur waarvan de leden voor 2 jaar (met mogelijkheid van één herbenoeming) gekozen worden. Het bestuur heeft rechtstreeks contact met De Alliantie én met de commissies. Er zijn Statuten, een Huishoudelijk Reglement, én er zijn Huisregels.

Jaarlijks is er een Algemene Ledenvergadering, georganiseerd door het bestuur.

Daarnaast heeft de woongemeenschap een Ledenraad met een externe voorzitter. Deze raad komt 1x per 3 maanden bij elkaar. Voorafgaand aan de vergaderingen van de Ledenraad hebben de bewoners van elke etage een etage-overleg. Tijdens dit etage-overleg kan alles aan bod komen, waarvan bewoners denken dat het goed is voor bestuur en bewoners. Elke etage heeft een ledenraadslid; de leden worden door loting aangewezen en blijven 2 jaar lid. Iedere bewoner komt op deze manier eens aan de beurt om lid van de ledenraad te zijn.

Het belangrijkste doel van de woongemeenschap is dat ieder op een prettige manier kan wonen én oud worden, dit vraagt wel om een open houding naar elkaar toe, met bereidheid om contact te maken. Marion vertelt enthousiast hoeveel zij geleerd heeft van het leven en werken in de woongemeenschap. ~~En daar niet alleen. In de buurt zijn veel jonge mensen en er vinden ook daar allerlei activiteiten plaats.~~ De buurt geeft haar een dorpsgevoel waar iedereen elkaar groet.

Op de begane grond is een Buurtkamer, beheerd door een welzijnsorganisatie, waarin o.a. koffieochtenden zijn en op woensdagavond een betaalbare maaltijd genuttigd kan worden.

Alom een mooie inblik in een grote levendige woongemeenschap.

3. verslag LVGO jaarvergadering en 40 jaar jubileumfeest

door Margot Kaldenbach.



Woensdag 20 maart was de Jaarvergadering van de LVGO in Utrecht, welke deze keer werd gecombineerd met de viering van het 40-jarig bestaan van de Landelijke Vereniging Groepswoon van Ouderen.

Op deze drukbezochte bijeenkomst waren vanuit

Amsterdam afgevaardigden van een viertal woongemeenschappen aanwezig. OWA50+ was er natuurlijk ook bij.

Naast de gebruikelijke onderdelen, waarbij het Financiële en Secretariële Jaarverslag werden besproken en goedgekeurd, én er aandacht werd besteed



aan een nieuw beleidsplan voor de komende jaren, waren er ook verkiezingen voor nieuwe bestuursleden.

Bijzonder was het afscheid van de voorzitter Gabriëlle Verbeek. Gabriëlle heeft tijdens de maximale bestuursstermijn van 2 x 4 jaar, een geweldige bijdrage geleverd aan de vernieuwing en verandering van de vereniging.

Onder haar voorzitterschap heeft zij, samen

met andere bestuursleden, de LVGO tot een bloeiende en actieve vereniging gemaakt, die aan veel bestaande woongemeenschappen én aan nieuwe initiatiefgroepen ondersteuning en inspiratie biedt. Maar de LVGO werkt ook hard aan het onder de aandacht brengen van het belang van woongemeenschappen van ouderen en het scheppen van betere randvoorwaarden, via allerlei vormen van belangenbehartiging bij de zgn. stakeholders op landelijk niveau.

Er was dan ook een groot applaus voor de scheidende voorzitter, die de voorzittershamer overdroeg aan Hermien Miltenburg.

Ter gelegenheid van het 40-jarig bestaan van de LVGO was er, naast een vrolijk muzikaal intermezzo, een interessant middagprogramma, waarbij ingegaan werd op de Toekomst van het Gemeenschappelijk Wonen.

Via een inleiding gingen Milou Joosten, (senior-adviseur van het Atelier Rijksbouwmeester) en Aletta Winsemius (senior-adviseur bij de Raad van de Volksgezondheid en samenleving), samen in op allerlei kansen en obstakels voor bestaande en nieuwe bewonerscollectieven.



Via een interactief gedeelte werden obstakels geïnventariseerd waar woon- en initiatiefgroepen tegen aan lopen in het contact met overheden en corporaties. Deze zullen onder de aandacht gebracht worden bij de Rijksbouwmeester.

De middag werd afgesloten met een feestelijke High tea.

Wil je meer weten over de LVGO:

Bezoek de website <https://www.lvgo.nl/>.

Lees het blad Wijzer Wonen en de maandelijkse Nieuwsbrief.

Word lid: als individu of als wooncollectief.

Bezoek de interessante themadagen.

4. oproepen

Hieronder een paar oproepen die we vanuit OWA50+ willen doen:

1. Waar zijn alle woongroepen (leden?)

Het valt ons op, tijdens de themamiddagen die we organiseren, dat we heel veel dezelfde mensen zien van ook vaak bekende woongroepen. Daar zijn we natuurlijk héél blij mee want het is belangrijk om een vaste achterban te hebben, maar we zouden de vele leden van de woongroepen die we nooit zien



ook graag eens ontmoeten.

Hierop ons verzoek, meld je eens aan, kom eens luisteren naar interessante thema's en ontmoet leuke, gezellige en betrokken mensen tijdens de pauze en de borrel (thee) achteraf, deze is echt reuze gezellig en vaak informatief.

2. Versterking OWA50+

We zijn heel blij te mogen melden dat we versterking hebben gekregen van 2 zéér competente dames, Marion Mulder en Eva Mulder. (nee geen familie) Het is goed dat OWA50+ meerdere woongroepen vertegenwoordigt, welkom dames.

Maar nu de oproep, zijn er nog meer mensen (mannen hopelijk) die onze kerngroep willen komen versterken? Voor sommige OWA50+ leden wordt het tijd om eens iets anders te gaan doen.



Meld je aan, al is het maar voor een deeltaak, kom eens mee vergaderen en zie waar we het met elkaar over hebben, waarom het zo belangrijk is dat we de vinger aan de pols houden bij de politiek en woningbouwverenigingen. En besluit daarna of je ook iets voor Woongroepen van Ouderen in Amsterdam wil betekenen.

3: Dan als laatste, zijn er nog belangrijke thema's die je graag besproken wilt hebben tijdens onze themamiddagen? Geef het door via ons e-mailadres.

Voor alle oproepen geldt: Mail naar OWA50plus@gmail.com geef door wat je graag wilt doen of wilt weten. Zet je naam, woongroep, e-mail en telefoonnummer erbij dan kunnen we contact met je opnemen.

Groet van Marijke Verdult, Woongroep "De Doorzetters"



5.werkconferentie Lang Leven Thuis

UITNODIGING WERKCONFERENTIE
2E HUWELIJKSMARKT LANG LEVEN THUISFLATS AMSTERDAM

Amsterdam 10 april 2024 van 14:00 - 17:00 UUR
Bestuurlijke parallelsessie van 14:00 -15.30 uur

Locatie: Stayokay Amsterdam Oost
Timorplein 21, 1094 CC Amsterdam

Dagvoorzitter: Pieter Hilhorst met deelname van wethouder Scholtes
Inspiratie, praktische handvatten, verbintenissen en het goede gesprek.

Programma onderdelen



Op 1 april wordt het definitieve programma bekend gemaakt.