

De belofte van het slimme huis

Over toegankelijke thuiszorgtechnologie in de regio

Inleiding

Technologie is niet meer uit ons dagelijks leven weg te denken. Ook in de zorg is de afgelopen jaren veel veranderd door technologische toepassingen, zoals het elektronisch patiëntendossier. Vooral in de zorg thuis krijgt technologie steeds meer aandacht, niet in de laatste plaats omdat veel ouderen langer thuis wonen. Zo woont nog 75 procent van alle 85- tot 90-jarigen in Nederland tegenwoordig zelfstandig, en bij de 90- tot 95-jarigen nog 60 procent.¹ Naar verwachting zal dit aantal de komende jaren verder toenemen. Niet alleen vanwege de voorkeur voor langer thuis wonen van ouderen zelf, maar ook doordat overheidsbeleid al jaren inzet op het verlenen van zorg buiten de zorginstelling. Ondertussen kampt de zorgsector met groeiende tekorten aan zorgpersoneel en oplopende zorgkosten, waardoor het steeds lastiger wordt om aan de vraag naar (thuis)zorg te voldoen. In deze context wordt vaak veelbelovend over zorgtechnologie gesproken. Zo zouden toepassingen als zorgrobots zorgtaken over kunnen nemen, leiden tot besparingen op personeel en kosten, en tegelijkertijd de kwaliteit van leven vergroten.

Maar voor we zover zijn is er nog veel te verbeteren wat betreft technologie in de zorg thuis. In het rapport *Technologie in de zorg thuis. Nog een wereld te winnen* (2013)², concludeert het NIVEL dat er nog onvoldoende onderzoek wordt gedaan naar de bruikbaarheid en effectiviteit van technologie in de zorg thuis. Een van de grootste uitdagingen is volgens hen om te zorgen dat de ontwikkelde technologie aansluit bij de belevingswereld van cliënten en hulpverleners. Niet per toeval vinden veel initiatieven en innovaties op dit thema plaats in regio's aan de randen van ons land. Hier is het aantal ouderen het grootst en het tekort aan zorgpersoneel het meest nijpend. De uitdagingen waar krimpregio's zoals Zeeuws Vlaanderen, Noordoost-Groningen en de Achterhoek nu en in de toekomst voor staan, maakt de zoektocht naar de mogelijkheden van technologie in de zorg voor hen het meest pregnant. In dit artikel lichten we drie 'slimme huizen' uit waar op lokaal niveau wordt gewerkt aan de toepassing van technologie in de zorg thuis. Het verbeteren van de aansluiting tussen de wereld van technologische ontwikkelingen en die van cliënten staan hierbij centraal. Wat kunnen we leren van deze initiatieven? En in hoeverre zijn zij bruikbaar op andere plekken in Nederland?

De vraag van bewoners centraal

In de Zeeuwse plaatsen Terneuzen, Goes en Zonnemaire is sinds een aantal jaar een speciale huiskamer ingericht waar bewoners en ervaringsdeskundigen, bedrijven en kennis- en zorginstellingen elkaar ontmoeten en samenwerken aan het verbeteren van de (lokale) zorg. Deze huiskamers zijn onderdeel van het grotere project De Zeeuwse Huiskamer, een initiatief dat verschillende partijen samenbrengt en ondersteunt in het zoeken naar oplossingen voor (toekomstige) behoeften in de zorg, het wonen en welzijn.

¹ Campen, C. van, S. Kooiker en A. de Boer (2016). 'Zorgen: Hoe gaan we als samenleving zorgen voor de groeiende groep ouderen?' In: A. van den Broek et al. De toekomst tegemoet. Leren, werken, zorgen, samenleven en consumeren in het Nederland van later. Sociaal en Cultureel Rapport 2016 (p. 108- 140). Den Haag: Sociaal en Cultureel Planbureau.

² Peeters, J. et al (2013) Technologie in de zorg thuis. Nog een wereld te winnen. NIVEL, Utrecht.



Een oudere dame kijkt uit haar raam in Kerkrade (foto Irene Bronsvooort).

Ongeveer vijf jaar geleden bedacht initiatiefnemer Petra de Braal het idee voor de Zeeuwse Huiskamer. Zij merkte dat er nog een grote kloof bestaat tussen de bedenkers van innovaties en technologische toepassingen en ontwerpen en de leefwereld van de doelgroep. De Braal miste een uitwisseling van kennis en ervaringen tussen die werelden. Om de dialoog te stimuleren, richtte ze de eerste Zeeuwse Huiskamer in, waar bewoners en cliënten, bedrijven, gemeentes en studenten elkaar kunnen ontmoeten. Inmiddels fungeren steeds meer hele dorpen of zelfs gemeenten als 'huiskamer'. Zo is in 's-Heer Hendrikskinderen en Rilland het hele dorp betrokken bij de Zeeuwse Huiskamer. Daar zijn de bewoners het onderwerp van onderzoek. De naam 'Zeeuwse Huiskamer' refereert aan de fysieke locaties die als huiskamers zijn ingericht, een steeds belangrijkere plek voor het verlenen van zorg en het gebruik van zorgtechnologie in de toekomst. In een aantal huiskamers kunnen bewoners proeflogeren om kennis te maken met nieuwe oplossingen. "Maar de Zeeuwse Huiskamer is bovenal een methode, een manier van werken, waarbij je de vraag en het leven van mensen centraal stelt", vertelt De Braal, die niet per toeval als antropoloog is opgeleid. "In de Huiskamers kunnen ouderen bijvoorbeeld vertellen tegen welke problemen ze in hun dagelijks leven aanlopen en wat ze zouden willen. Alle partijen die bezig zijn met de transitie naar langer thuis wonen kunnen leren van die verhalen."

In 2017 werd een projectweek georganiseerd, waarbij studenten verpleegkunde en techniek-studenten samenwerkten aan (technische) oplossingen dichtbij mensen en konden ervaren hoe verschillend hun perspectieven op vraagstukken zijn. Op deze manier hebben ze voor ouderen voor wie de vele knoppen op hun magnetron te ingewikkeld zijn, een versimpeld dashboard bedacht met maar drie knoppen. Op deze manier kunnen zij makkelijker zelf hun maaltijd opwarmen.

Technologie is voor de Zeeuwse Huiskamer eerder een middel dan een doel. "Van belang is dat niet de techniek maar de mensen en hun leefwereld als uitgangspunt wordt genomen", stelt De Braal. "Sommige techneuten, maar

ook beleidsmakers, hebben nog nooit met de doelgroep van hun producten, diensten of beleid gepraat. Bovendien spreken ze vaak een andere taal. Als ouderen vertellen over dagelijkse obstakels in hun leven vallen verpleegkundigen andere dingen op dan techniekstudenten. Om een goed product of dienst te ontwikkelen die aansluit bij de vraag zijn beide perspectieven dus nodig.” Het langer thuis wonen is een centraal thema bij de Zeeuwse Huiskamer, maar er wordt ook aandacht besteed aan andere thema's zoals kanker, dementie en eenzaamheid. De Braal begrijpt dat veel gemeenten en zorginstellingen technologie zien als een manier om kosten aan zorgpersoneel te beperken, maar benadrukt dat het niet haar motivatie is. “Autonomie is ontzettend belangrijk voor mensen en daar kan technologie een belangrijke rol in spelen. Maar het kan en mag de zorg van mensen niet vervangen, maar moet die juist ondersteunen.” Wel kan een methode als de Zeeuwse Huiskamer volgens De Braal bijdragen aan de zoektocht naar hoe technologie een andere manier van leven in de regio kan faciliteren. Dat geldt in het bijzonder voor de Zeeuwse regio's, waar veel ouderen vaak afgelegen wonen, hun kinderen niet altijd in de buurt wonen en het ziekenhuis soms niet makkelijk bereikbaar is. “Daarom kan je juist hier met kleine aanpassingen voor meer veiligheid en woongemak zorgen.”

De aanpak van de Zeeuwse Huiskamer is aangeslagen. Ook in andere regio's is interesse geuit voor het inrichten van soortgelijke huiskamers. Het project heeft inmiddels zelfs in Engeland navolging gekregen, waar het onder de naam 'Room for Life' in 2016 in de kustplaats Folkestone van start is gegaan. De Braal is overtuigd dat het concept van de Zeeuwse Huiskamer ook van nut kan zijn op andere plekken en ook buiten de zorg een belangrijke rol kan spelen om beleidsmakers en bewoners elkaar beter te laten begrijpen. Zo heeft de Zeeuwse Huiskamer in Zeeland op verschillende manieren bijgedragen aan het vergroten van de betrokkenheid van bewoners bij hun buurt en het welzijn van hun medebewoners.

Oud zijn aan den lijve ondervinden

De Zeeuwse huiskamer is niet het enige initiatief dat zorgtechnologie en langer thuis wonen met elkaar verbindt. Op allerlei plaatsen in Nederland zijn 'slimme huizen', 'zorghuizen' of 'huizen van morgen' ingericht waar bewoners kennis kunnen maken met technologische hulpmiddelen en studenten en zorgprofessionals van kunnen leren. Zo staan in Woerden vier modelwoningen van het project Technologie Thuis Nu!, heeft Amersfoort sinds kort een LivingLab voor zorgtechnologie en staat 'Het Slimste Huis' in Alkmaar (klik [hier](#) voor een overzicht van alle slimme huizen, door het Kenniscentrum Wonen-Zorg). Het gaat om minimaal 23 verschillende projecten in Nederland met min of meer dezelfde missie: zorgvragers en -aanbieders bekend maken met de mogelijkheden van (zorg)technologie voor het bevorderen van een fijne en veilige woonomgeving.

In het noorden van Nederland is het ZorgTechnologiehuis of ZorgThuis in Winschoten een bekende locatie, geïnitieerd door twee docenten van roc Noorderpoort. Hier leren studenten over de mogelijkheden van domotica (slimme technologie in de woning) en e-health (digitale zorg) en maken deze bekend onder ouderen en andere bewoners. “We zijn eigenlijk een hulpmiddelenhuis”, vertelt Hetty Borra, docent aan Noorderpoort Campus Winschoten en voorlichter in het ZorgThuis. “We hebben hier allerlei hulpmiddelen, van een aangepaste *tablet* tot een medicijn dispenser en een grijpstok.” Een aantal keren per week geeft Noorderpoort rondleidingen en voorlichting in het ZorgThuis aan vmbo-leerlingen, mbo- en hbo-studenten, medewerkers van zorgorganisaties, inwoners en andere geïnteresseerden. Woningcorporatie Acantus stelde het pand beschikbaar en veel bedrijven uit de regio hebben bijgedragen door hulpmiddelen in bruikleen te geven en investeringen te doen.

Studenten hebben een centrale rol in het ZorgThuis. Zij hielpen mee met de inrichting van de woningen en voeren er praktijkopdrachten uit. Het doel voor studenten is om hen kennis te laten maken met de 'nieuwe' hulpmiddelen en

wat die kunnen betekenen in het langer zelfstandig blijven wonen van ouderen en jongeren met een beperking. Ook kunnen studenten zelf ervaren hoe het is om oud te zijn, bijvoorbeeld door een verouderingspak aan te trekken. Hetty Borra: “Als ouderen lang doen over betalen bij de kassa, worden anderen vaak al snel ongeduldig. Met een slechtzien-bril op en handschoenen aan, ervaren studenten aan den lijve hoe moeilijk het is om kleingeld uit je portemonnee te halen als je weinig gevoel meer in je vingers hebt en slecht kunt zien.”



Studenten ervaren hoe het is om oud te zijn in het ZorgThuis in Winschoten (foto ZorgThuis Winschoten).

In het ZorgThuis zijn twee voorbeeldwoningen ingericht die dienen als casussen: er is een casus van een licht dementerende en er is een casus van een persoon met COPD. Daar staat onder andere een tillift. Zo kunnen zorg hulpverleners en mantelzorgers zien welke woningaanpassingen mogelijk en nodig zijn, afhankelijk van iemands persoonlijke situatie. Die laatste groep, mantelzorgers, staan dit jaar extra in de aandacht bij het ZorgThuis. “In Oost-Groningen is het heel gebruikelijk om voor je ouders te zorgen. Familie voelt zich vaak geen mantelzorger terwijl ze dat wel zijn.” Een belangrijk doel van ZorgThuis is dan ook om mantelzorgers over (technologische) hulpmiddelen te informeren. “Ze hoeven niet alles te weten, maar wij hopen dat ze op deze manier een aantal mogelijkheden zien en als ze dan iets tegenkomen dat ze weten: er is iets voor.” Het effectief bereiken van mantelzorgers blijft volgens Borra een uitdaging, omdat zij zich nauwelijks organiseren, in tegenstelling tot belangenorganisaties en zorginstanties. Er wordt daarom ook samengewerkt met de gemeente en welzijnswerk.

De positieve ervaringen met het ZorgThuis stemmen Borra optimistisch over de toekomst van zorgtechnologie. Ze merkt dat de nieuwe generatie ouderen meer open staat tegenover het gebruik van domotica en E-health dan de generatie voor hen. Daarnaast hebben steeds meer gemeenten aandacht voor het vraagstuk van langer thuis wonen. Zij stellen bijvoorbeeld seniorencoaches en -makelaars aan, om het (woon)welzijn van ouderen te waarborgen. Dankzij het ZorgThuis in Winschoten is Noorderpoort zich bewust geworden van het belang van zorgtechnologie. Zij is daarom met 24 partners van zorg- en welzijnsinstellingen, overheid, bedrijfsleven en onderwijs het project ZorgThuis gestart. Onlangs is in Stadskanaal een ZorgThuis geopend, in combinatie met een buurtcentrum en dagbesteding. ZorgThuis Winschoten gaat vanaf 2019 verder in de vorm van pop-up demonstratieruimtes en/of mobiele demonstratiemogelijkheden.

Een toevallige ontmoeting met technologie

De lokale focus van initiatieven zoals de Zeeuwse Huiskamer en het ZorgThuis dragen vaak bij aan hun succes, maar niet in elk dorp of stad is genoeg financieel draagvlak en organisatietalent om een dergelijk 'huis' op te zetten. GeneratieThuis heeft hier met hun project TOOS een slimme oplossing voor bedacht. TOOS staat voor Technologie bij Ouderen Om de hoek verkrijgbaar Slim. Het is een klein verplaatsbaar huisje met technologische hulpmiddelen, dat van locatie naar locatie reist om ouderen en professionals te informeren over de mogelijkheden van technologie thuis. Sociaal ondernemers Josephine Dries en Mieke Koot bedachten het idee van TOOS, en ontwikkelden het eerste huisje vooral vanuit hun eigen behoefte. "We zagen steeds meer demowoningen overal verschijnen. Inmiddels heeft bijna elke middelgrote gemeente een 'slim huis'", zegt Josephine Dries. "Maar dat kost veel geld en er is veel marketing voor nodig om mensen erheen te krijgen. Voor scholen en professionals werkt het goed, maar de doelgroep waarvoor veel toepassingen zijn bedoeld, krijg je heel moeilijk naar zo'n huis. TOOS staat op verschillende plekken in de gemeente, bijvoorbeeld in het verpleegtehuis of de bibliotheek. Zo wordt de ontmoeting met technologie toegankelijker en toevalliger." Het is dan ook goed voor te stellen dat TOOS in het bijzonder in krimpgebieden een uitkomst biedt, waar het gebrek aan openbaar vervoer of verre afstanden ouderen belemmeren een uitstapje te maken naar een demo-woning in een centrumgemeente.



Voorbeeld van TOOS (foto GeneratieThuis).

De huisjes van TOOS zijn 1,20 meter hoog en passen in een gewone auto. Achter het deurtje staat onder andere een robotstofzuiger, verlichting met afstandsbediening en een digitale deurspion. "Er zit een basis van slimme dingen in die je morgen in je huis kan toepassen en die bijdragen aan veilig en comfortabel wonen. We verkopen geen spullen, TOOS is er om je te wijzen op wat er is. Het is bedoeld om het gesprek op gang te brengen. Veel ouderen denken te moeilijk over technologie." Dries: "Met TOOS laten we zien dat het niet duur en ingewikkeld hoeft te zijn". Een grote hit van TOOS is de led-zaklamp: een lampje die je bewaart op dezelfde plek in het stopcontact,

waar hij zichzelf continu oplaadt. Hoewel het geen zorgtechnologie is en ook niet heel vernieuwend, blijkt er een grote behoefte aan. “Een oudere bewoonster vertelde dat ze de lamp graag al had gehad toen bij haar de stroom was uitgevallen en ze in het aardedonker niet op had durven staan. Vaak weten mensen zelf het beste wat ze nodig hebben in huis.”

TOOS is populair geworden. “Inmiddels hebben we al 20 versies gemaakt in opdracht van gemeenten. Ook woningcorporaties tonen interesse. We leveren hem op met een training van vrijwilligers en we hebben er een boekje bij laten maken met info over de producten.” Naast TOOS geeft GeneratieThuis inhoud aan het platform Mijn Huis op Maat. Dries: “Op de website staat informatie en tips voor ouderen over veilig wonen. Ook kan men een huistest doen, waarbij je je huis scant op verbeterpunten.” De website is niet alleen voor ouderen, maar ook voor (toekomstige) aanbieders van zorgtechnologie of woningaanpassingen. “Doe-het-zelf-zaken en aannemers spelen een belangrijke rol in het voorlichten van ouderen. Als zij bij mensen thuis komen voor een nieuwe badkamer, is het van belang dat zij hen kunnen informeren over de mogelijkheden en toekomstbestendigheid van hun huis.” Ook kunnen gemeenten en woon-zorgorganisaties aansluiten bij Mijn Huis Op Maat en daarmee hun eigen lokale projecten praktisch invulling geven. Volgens Dries wordt langer thuis wonen steeds vanzelfsprekender en zullen – vooral jongere ouderen – zich steeds bewuster worden van technologische toepassingen in huis. “Het zit wel in veel mensen om de boot een beetje af te houden en te zeggen: ik ben nog niet zo oud, daar hoeft ik nu niet over na te denken.” Met TOOS hoopt Dries die ouderen toch te verleiden al eerder na te gaan denken over hun persoonlijke, ideale huis van de toekomst.

De *early adopters* van de toekomst

De beschreven slimme huizen zijn veelbelovend en leveren een waardevolle bijdrage aan de zorg en onze manier van samenleven. Toch is er nog een lange weg te gaan voordat zorgtechnologie toegankelijk en bereikbaar genoeg is voor iedereen om haar beloftes waar te kunnen maken. Experts en initiatiefnemers van slimme huizen benadrukken om technologie als middel te zien, en niet als doel. Het kan sociale netwerken en menselijk contact niet vervangen en bovendien niet zomaar worden geïmplementeerd in bestaande systemen. Zo komen bij het gebruik van technologie nieuwe risico's kijken, bijvoorbeeld op het gebied van veiligheid en privacy, waarmee je rekening moet houden. Bovendien moeten verantwoordelijkheden en rechten worden herzien.

Uit de ervaringen met de slimme huizen zijn drie belangrijke lessen te trekken voor het overbruggen van de kloof tussen de wereld van zorgtechnologie en het alledaagse leven van (oudere) mensen. Als eerste zijn meer begrip van en bewustzijn over de mogelijkheden van technologie hiervoor van cruciaal belang. Initiatieven zoals slimme huizen dragen bij aan de bekendmaking van (technologische) toepassingen en het wegnemen van koudwatervrees. Ze stimuleren het anticiperen op de naderende oude dag en maken mensen bewust van de mogelijkheden om prettig te kunnen blijven wonen. Uit de verhalen van de slimme huizen blijkt bovendien dat die mogelijkheden niet altijd zo futuristisch, nieuw of ingewikkeld zijn als we soms denken, maar dat het soms om hele simpele oplossingen gaat of om toepassingen zoals de led-zaklamp van TOOS, waar we al jaren (zij het wellicht op een andere manier) mee bekend zijn.

Andersom kunnen technologie-aanbieders en zorgprofessionals het gebruik van zorgtechnologie toegankelijker en efficiënter maken door beter te luisteren naar de situatie en behoeften van ouderen. Dit hangt samen met de tweede les of succesfactor voor zorgtechnologie, namelijk een goede samenwerking tussen partijen. Een sterk punt van de slimme huizen is dat het verschillende groepen belanghebbenden zoals zorgtechnologiebedrijven, zorgvragers en zorgprofessionals met elkaar in contact brengt. Alleen wanneer genoeg afstemming tussen hen plaatsvindt, kan

zorgtechnologie verschil maken. Hierbij is het ook van belang om familieleden, buren en vrienden van zorgvragers te betrekken. Zo hebben mantelzorgers een belangrijke rol in het overbrengen van kennis en kunde over zorgtechnologie. Bovendien is een goede afstemming tussen de verschillende partijen cruciaal om de prangende vraag te beantwoorden wie de investeringen in zorgtechnologie moet (gaan) betalen en hoe we het toegankelijk en betaalbaar maken. Als laatste les is het voor de toepassing van technologie van belang om meer kennis te ontwikkelen over het proces van ouder worden en ouderen minder als één heterogene groep te beschouwen. Niet alleen omdat we pas aan het begin staan van een golf van vergrijzing, maar ook omdat oud worden gebeurt in fasen en de manier waarop we ouder worden per persoon verschilt. De ene oudere is de andere niet en heeft dus ook andere behoeften en wensen waar technologie aan tegemoet kan komen. Bovendien accepteren jonge ouderen de technologie steeds beter. Een ontwikkeling waar we meer op in kunnen spelen. Zo vergroten we de kans aanzienlijk op een nieuwe generatie ouderen als dé *early adopters* van de toekomst.