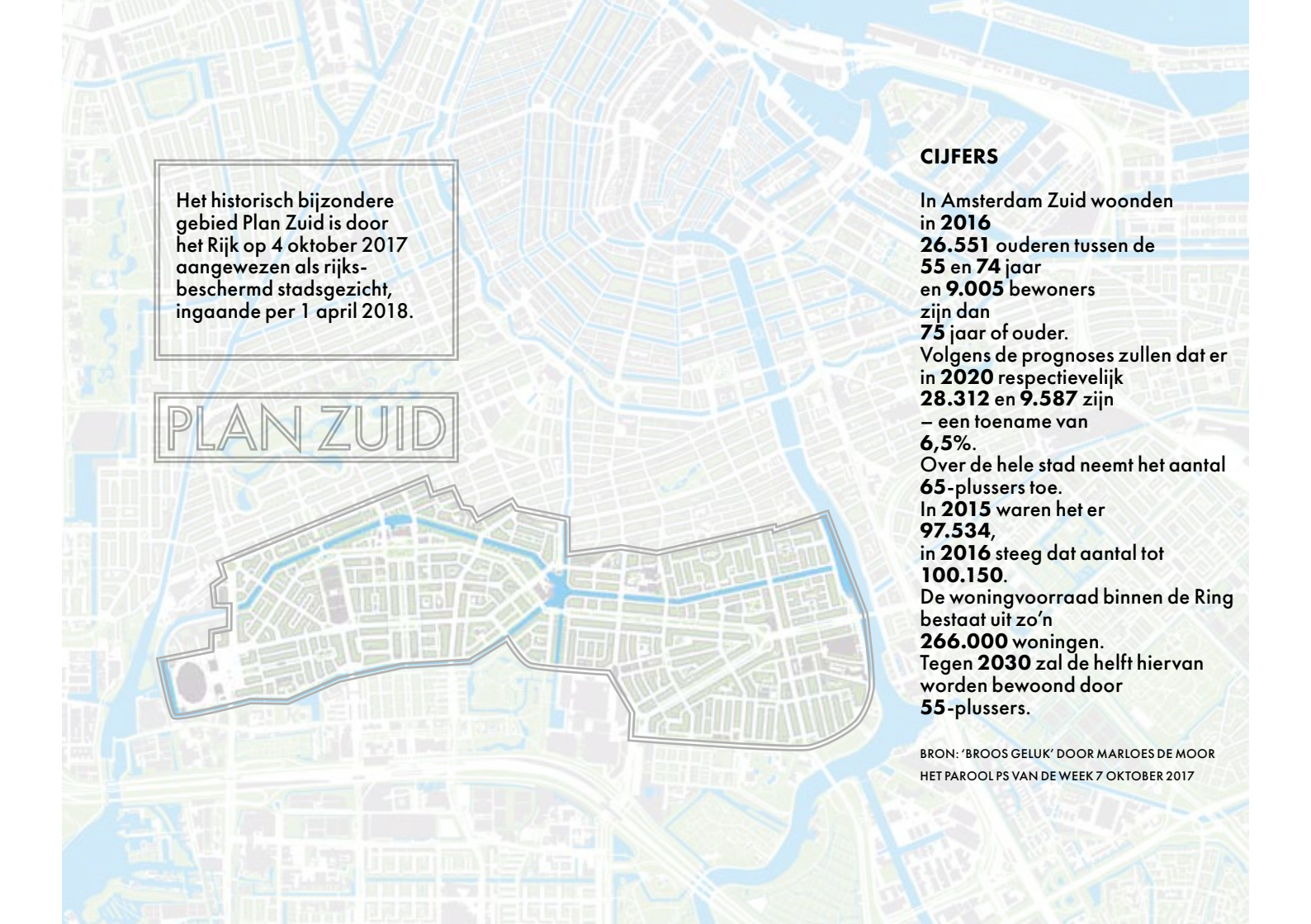


LANG LEVEN IN PLAN BERLAGE





Het historisch bijzondere gebied Plan Zuid is door het Rijk op 4 oktober 2017 aangewezen als rijks-beschermd stadsgezicht, ingaande per 1 april 2018.

PLAN ZUID

CIJFERS

In Amsterdam Zuid woonden in **2016** **26.551** ouderen tussen de **55** en **74** jaar en **9.005** bewoners zijn dan **75** jaar of ouder. Volgens de prognoses zullen dat er in **2020** respectievelijk **28.312** en **9.587** zijn – een toename van **6,5%**. Over de hele stad neemt het aantal **65-plussers** toe. In **2015** waren het er **97.534**, in **2016** steeg dat aantal tot **100.150**. De woningvoorraad binnen de Ring bestaat uit zo'n **266.000** woningen. Tegen **2030** zal de helft hiervan worden bewoond door **55-plussers**.

BRON: 'BROOS GELUK' DOOR MARLOES DE MOOR
HET PAROOL PS VAN DE WEEK 7 OKTOBER 2017

LANG LEVEN IN PLAN BERLAGE

Het stedenbouwkundig Plan Zuid van architect H.P. Berlage is 100 jaar oud. Het uitbreidingsplan voorzag in grote aantallen kwalitatief goede woningen, waaraan in de beginperiode van de 20ste eeuw grote behoefte was. Het is nog steeds een geliefde woonwijk, waar al meerdere generaties zijn opgegroeid, maar hoe 'age-friendly' is dit deel van de stad?

Het aantal ouderen, die langer zelfstandig thuis blijven wonen, zal ook hier de komende jaren alleen maar toenemen. Een groot aantal van hen woont op de 1e, 2e of 3e verdieping, vaak zonder lift. Terwijl goede fysieke toegankelijkheid essentieel is om verbinding te houden met de sociale omgeving. Wanneer je zelf of je bezoek steeds moeilijker gebruik kan maken van de trap, dreigt vereenzaming en sociaal isolement. Met onnodige achteruitgang van de gezondheid en hogere zorgkosten als gevolg.

De gemeente probeert hier iets aan te doen door met gunstige regelingen en hulp van Wooncoaches het plaatsen van trapliften of verhuizen te stimuleren. Maar gezien de gespannen woningmarkt en de gehechtheid aan de eigen woning en buurt, is verhuizen voor veel ouderen lastig. Ook het plaatsen van een traplift is niet altijd mogelijk of wenselijk, zeker niet in deze monumentale buurt.

Plan Zuid is daarom een uitdagende proeftuin om te verkennen welke mogelijkheden er nog meer zijn om de toegankelijkheid van de bestaande woningvoorraad te verbeteren. Niet alleen vanwege de

bijzondere architectuur die hier is te vinden, met verschillende soorten woningen (in grootte en eigendomsverhouding) en manieren van woning-ontsluiting, maar vooral vanwege de innovatieve ideeën van de bewoners zelf.

SAMEN INNOVATIE VERSTERKEN

'De uitdagingen in onze stad vereisen de creativiteit en denkracht van alle Amsterdammers. Hoe blijven we ons leven lang gezond? Hoe zorgen we ervoor dat jong en oud hun talenten blijven ontplooiën? En hoe doen we dit op een manier waardoor iedereen ervan kan profiteren? De antwoorden liggen in de stad.' ZIE WEBSITE AMSTERDAMMERS MAAK JE STAD!

Voor deze benadering won Amsterdam in 2016-2017 de iCapital award voor de meest innovatieve stad van Europa. Met deze prijs zijn 36 lokale, innovatieve praktijken, burgerinitiatieven en sociale ondernemingen ondersteund door middel van een ontwikkeltraject en een kleine financiële bijdrage.

Het project Lang Leven in Plan Berlage is één van de geselecteerde initiatieven van Amsterdammers Maak je Stad! onder het thema 'De Gezonde Stad'.

Initiatiefnemer van dit project is Frederike Kuipers, architect / transitieverkenner en oprichter van >studiotransit, namens de stichting Age Friendly Wonen Amsterdam.

Stichting Age Friendly Wonen Amsterdam pleit ervoor dat Amsterdammers in hun vertrouwde omgeving waardig en zo zelfstandig mogelijk oud kunnen worden. De wereld gezondheidsorganisatie noemt dit *Ageing in Place*. Vanuit dit begrip onderscheidt de stichting 3 domeinen die met elkaar samenhangen: het persoonlijke domein, het sociale domein en het fysieke domein. Als onafhankelijk platform brengt de stichting partijen bij elkaar – vaak met tegengestelde belangen – om voorbeeldprojecten binnen deze 3 domeinen tot stand te brengen.

WWW.AGEFRIENDLYWONEN.NL

TOEGANKELIJKHEID VERBETEREN IN SOORTEN EN MATEN

In deze staalkaart zijn een aantal inspirerende oplossingsrichtingen gebundeld, waarmee de toegankelijkheid van bestaande woningen verbeterd kunnen worden. Dit is uitgewerkt op 3 schaalniveaus: het bouwblok, het trappenhuis en de trap.

8

BUITENLIFT een grootschalige aanpak van een heel (of deel van een) woonblok met een ‘volwaardige’ lift in of bij het binnenterrein, waarbij de balkons worden omgebouwd tot galerijen, al dan niet met gemeenschappelijke voorzieningen.

16

BINNENLIFT het bijplaatsen van een kleine personenlift in een beneden-bovenhuis, in een bestaande schacht van een goederenliftje of ter vervanging van een trap in een situatie met gespiegelde trappenhuisen.

28

ZONDER LIFT met innovatieve oplossingen voor verticale verplaatsing zoals de FlexStep of de VertiWalk of het stimuleren van een makkelijkere manier van traplopen door het aanbrengen van een tussenleuning en/of tussentreden of met behulp van een mobiele variant: een tussentrede die je aan je wandelstok klikt.

38

Voorbeeldprojecten

39

Dank en colofon

BUITENLIFT



AANPAK VAN EEN HEEL BOUWBLOK

Het onderzoek 'langer (uit het) t(e)huis' van Atelier Kempe Thill, in samenwerking met Stadsdorp De Pijp, de gemeente Amsterdam, Eigen Haard en Cordaan, richt zich op een concreet ontwerp voor de aanpassing van een bouwblok in de Pijp.

De aanpassing bestaat uit een omdraaiing van de ontsluiting van de woningen. In plaats van een portiek-ontsluiting vanaf de straat, wordt een centrale ontsluiting door middel van een lift en galerijen aan de binnenzijde van het bouwblok toegevoegd. Hiermee worden de woningen rolstoeltoegankelijk. De binnentuin wordt een collectieve gezamenlijke ruimte, een plek voor ontmoeting. Aan de galerij heeft iedere woning een buitenruimte. Door het verdwijnen van het trappenhuis kan ruimte gemaakt worden voor een nieuwe badkamer. Dit is mogelijk tijdens bewoning, door de gewijzigde positie van de natte cel. Door het verhogen van de isolatiewaarden te combineren met energieopwekking kan op blokniveau het energiegebruik worden verlaagd. De investering voor deze 130 woningen kunnen door de verlaagde energiekosten op termijn worden terugverdiend.

Het plan is tot nu toe nog niet verder uitgewerkt omdat er geen urgentie wordt gevoeld. De woningen zijn in goede staat en door verkoop van woningen is er een gemengde VVE ontstaan, waardoor een dergelijke ingreep lastiger voor elkaar te krijgen is. Toch kan deze aanpak een voorbeeld zijn voor bouwblokken die wel toe zijn aan een groot-onderhoudsbeurt of ingrijpende renovatie, bijvoorbeeld vanwege funderingsherstel. Dit principe is toegepast bij de hoog niveau renovatie van het U-blok in het Spaarndammer-carré.



▲ voor



▲ na



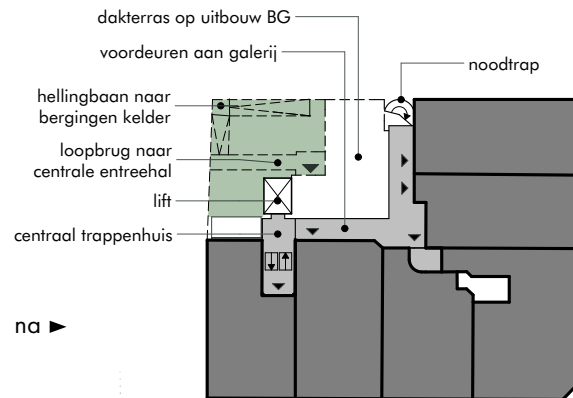
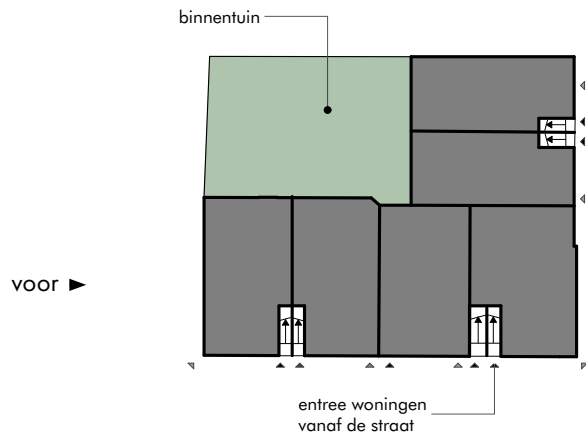
AANPAK VAN EEN HOEKBLOK

De 'Van Bearlestaete' is een mooi voorbeeld van een aanpak waarbij de bestaande trappenhuizen zijn vervangen door een centrale lift met galerijontsluiting vanuit het binnenterrein. Dit complex van de Huizenmij bestaat uit een hoekblok met huurwoningen en winkels op de begane grond.

Hier moest ook funderingsherstel plaatsvinden.

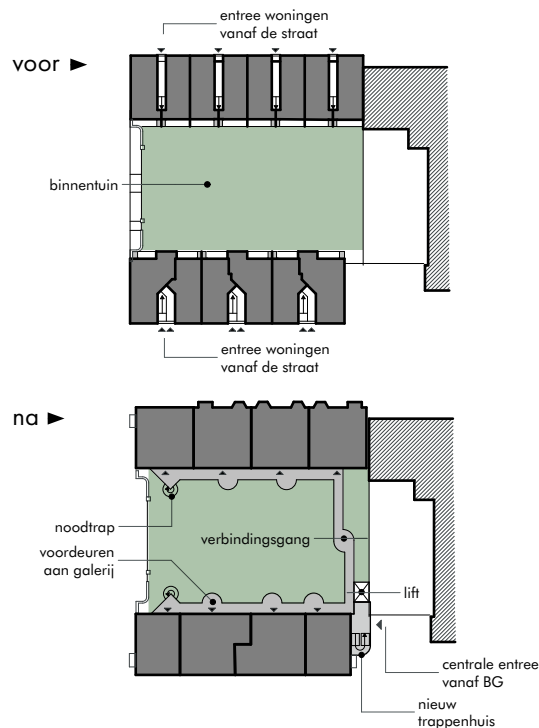
De gevels aan de straatkant zijn gehandhaafd en weer in oude glorie hersteld.

De bestaande portiekwoningen zijn door verticale splitsing en horizontale samenvoeging omgebouwd tot 20 appartementen, die vanuit de zijstraat worden ontsloten. Hiermee ontstond ook extra ruimte voor bergingen in het souterrain en meer winkeloppervlak. Het is wel een langlopend proces geweest, zowel in de aanloopfase als in de uitvoering.



AANPAK DOOR VERBINDING VAN TWEE STROKEN

Het 'hofje' aan de President Kennedylaan is in 1937 gebouwd. Het bestond oorspronkelijk uit twee stroken met 24 en 18 bejaardenwoningen met daartussen een besloten tuin en bergingen op zolder. In 1993 is het complex volledig gerenoveerd.



De woningen zijn gedeeltelijk samengevoegd tot 2 keer 12 appartementen voor 55+ers. De begane grond woningen hebben nu een eigen voordeur aan de straat. Op de 1e en 2e verdieping zitten de voordeuren aan een galerij, die via een glazen gang met elkaar zijn verbonden. Er is een nieuw trappenhuis met een lift toegevoegd, die aan één kant doorloopt tot aan de zolder.

Mevrouw Scholten is hier 11 jaar geleden samen met haar man komen wonen toen ze moest verhuizen vanwege een renovatie. Ze is blij met haar appartement en haar balkonnetje aan de galerij. Vroeger was er een eetzaal op zolder, maar die was er toen al niet meer. Op dit moment staat het leeg. Het zou leuk zijn als er weer een gezamenlijke ruimte voor de bewoners zou komen en aan de tuin mag ook wat gedaan worden. Ze vindt wel dat het een complex voor ouderen moet blijven, gewoon netjes en rustig.



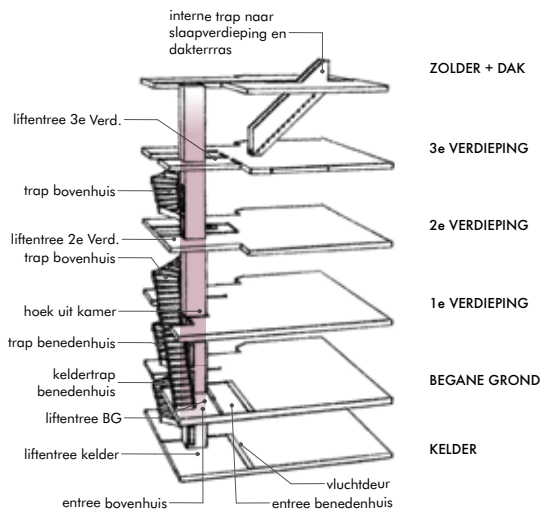
BINNENLIFT



HUISLIFT IN BENEDEN- BOVENHUIS

In het bestaande trappenhuis van een beneden-bovenhuis is een kleine personenlift bijgeplaatst. De benodigde liftschacht van 87 x 120 cm kon worden gerealiseerd door op de begane grond de onderste trap naar het bovenhuis 10 cm te versmallen en op de 2e en 3e verdieping een klein kamertje om te bouwen tot aparte lifttoegang.

In het benedenhuis is de entreehal iets aangepast en op de 1e verdieping is een hoek uit de slaapkamer gehaald. Het liftje gaat ook naar de kelder, met een vluchtweg via het benedenhuis.



Hoe het werkt

Het is een spindellift in een zelfdragende liftschacht, zonder liftput of aparte machinekamer. Door middel van vasthoudbediening wordt een plateau omlaag of omhoog gebracht. Naast een gewone stroomaansluiting is er een telefoonverbinding nodig. Er zit ook een accu in, voor als de stroom wegvalt. De toegangsdeur kan maximaal aan drie verschillende kanten worden geplaatst, wat zorgt voor optimale plaatsingsvrijheid.

Wat het kost

De kosten voor de plaatsing van de lift zijn afhankelijk van het aantal stopplaatsen, de grootte en het type bediening en bijkomende bouwkundige aanpassingen. Er hoeft geen vergunning voor worden aangevraagd, maar advies van een architect en/of constructeur is raadzaam. Daarnaast zijn er jaarlijkse kosten voor onderhoud, liftkeuring en stroomverbruik.

AGEING IN PLACE

Hetty van Rood kocht 46 jaar geleden het hele pand en woonde jarenlang met haar vier kinderen in het benedenhuis. Op de 2e verdieping had ze een slaapkamer voor haarzelf en een appartementje voor de au-pair ingericht, met een interne verbinding naar het benedenhuis. De 3e verdieping werd verhuurd aan vrienden. Toen 15 jaar later de kinderen uit huis waren, werd het huis te groot en besloot ze boven te gaan wonen. Het benedenhuis verkocht ze aan haar zoon met zijn gezin. Ze verbouwde de 3e verdieping tot een licht appartement met een open trap naar de slaapverdieping op zolder, met een dakterras.

Hier wil ze graag oud kunnen worden, maar ze wil absoluut onafhankelijk zijn. Eerst dacht ze aan een traplift – te zijner tijd. Maar vanwege ‘haar ijdelheid’ trof ze vast de voorbereidingen om een gewone lift in te kunnen bouwen. Daarvoor werd uiteindelijk geen toestemming verleend. Ruim 10 jaar later is een plateaulift geplaatst, waar geen vergunning voor nodig was. Nu kan ze, met een zware boodschappentas en haar hond, met het liftje vanaf de voordeur op de begane grond naar de 2e en 3e verdieping en naar haar kelder.

De 2e verdieping wordt sinds de verbouwing flexibel gebruikt: als werkruimte en voor logees of als tijdelijke woonruimte voor mensen die dat even nodig hebben. Er zijn twee ruime kamers met eigen badkamer en een gedeelde keuken. Mocht ze ooit intensieve zorg nodig hebben, dan kan hier ook verpleging in huis komen (bijvoorbeeld door twee studenten).



VAN BOODSCHAPPENLIFT NAAR PERSONENLIFT

Bij de in 1908 opgerichte coöperatieve woningvereniging ‘Samenwerking’ is in 2010 een goederenlift omgebouwd naar een kleine personenlift. De in onbruik geraakte schacht van $\pm 1,5 \times 1,5$ meter kon weer gebruikt worden, nadat de samenvoeging van twee winkelruimten ongedaan werd gemaakt. De goederenlift ging eerst alleen van de begane grond naar de atelierruimten op zolder.

Er is een huislift toegepast met een kleine machinekamer op de top van de bovenste stopplaats op de 4e verdieping. Behalve een bouwvergunning moest er bij het liftinstituut nog een ontheffing worden aangevraagd om geen liftput te hoeven maken. Er is een aparte krachtstroomvoorziening en telefoonverbinding op de begane grond gekomen. Nu kunnen alle bewoners van het trappenhuis gebruik maken van het liftje.

Deze liftinpassing inspireerde de buurvrouwen Renée van den Bergh en Eveline van den Elsaker. In hun portiek zitten twee boodschappentafeltjes ‘rug aan rug’. Ze stelden voor om te onderzoeken of deze samengevoegd konden worden, zodat er ook een huisliftje in geplaatst kan worden.

Tegelijkertijd zocht de directie van Samenwerking een alternatief voor een traplift in deze monumentale trappenhuisen. Ze vroegen bij het liftonderhoudsbedrijf een offerte aan voor een pilotproject. Dit betekende een investering van minimaal €150.000,-, maar het had nu geen prioriteit.

Haalbaarheidsonderzoek

Aan de hand van een opname van de situatie ter plaatse, is een projectie gemaakt van de voorgestelde liftschacht met een afmeting van 1,20 x 1,05 m. De bestaande boodschappenliftjes zijn samen breed genoeg, maar slechts 56 cm diep.

Om hier een personenliftje in te plaatsen zijn er twee opties:

- > het granito trapbordes smaller maken, waardoor ook de woningtoegangsdeuren aan beide zijden op alle verdiepingen verplaatst moeten worden
- > in de woning meer ruimte maken door de bestaande ontluchtungskokers te verplaatsen en de toiletten aan te passen

Alles bij elkaar een forse ingreep voor 6 woningen. Er is tot op heden door de ledenraad van 'Samenwerking' nog geen besluit genomen over dit pilotproject.

Afweging

De buurvrouwen, die al jaren naast elkaar op de 2e verdieping hopen dat hun idee, misschien met een nog kleiner liftje, toch uitvoerbaar is. Het zou ook al helpen als de huidige boodschappenliftjes gemoderniseerd worden, zodat je niet meer met zware flessen hoeft te sjouwen.

Eveline wil hier heel graag blijven wonen, vooral vanwege het uitzicht op de straat met de tram en op de prachtige binnentuin met bloemen en vogels. Renée overweegt haar oude droom om een woongroep op te zetten weer op te pakken. Maar dan wel met een eigen appartement, misschien wel meer in de binnenstad. Nu haar 100 jarige moeder is verhuisd naar een verzorgingshuis, heeft ze meer tijd voor nieuwe plannen.



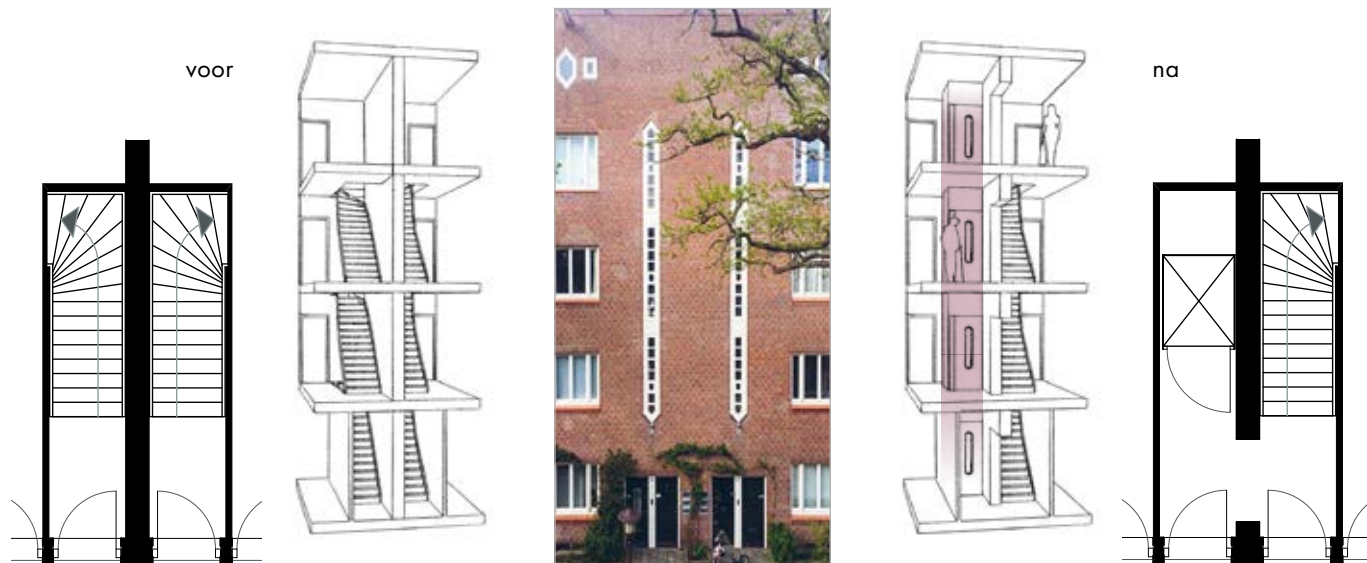
TRAP ERUIT, LIFT ERIN

Hoe werkt het?

Het 'Trap eruit, Lift erin' concept biedt de mogelijkheid om appartementen aan twee gespiegelde trappenhuizen beter toegankelijk te maken. Door de trappenhuizen op elke verdieping met elkaar te verbinden en één trap te vervangen door een kleine personenlift, waar je net met een rollator, buggy of golfrolley in past. Op deze manier kunnen 6 appartementen met een liftje worden ontsloten. Deze ingreep kan vrij snel worden uitgevoerd, zonder in de woningen te hoeven zijn.

Wat kost het?

De kosten zijn erg afhankelijk van het aantal stopplaatsen, het type lift dat geplaatst kan worden en de bouwkundige aanpassingen die nodig zijn om de trappenhuizen met elkaar te verbinden. Een globale kostenraming op basis van een schetsontwerp, in 2006 opgesteld door Bertus Mulder van architectenbureau WVAU, kwam uit op een investering van € 150.000 voor één dubbel trappenhuis met een lift over 4 lagen.





Guus Braam is als betrokken bewoner van de coöperatieve woningvereniging 'Samenwerking' al langere tijd bezig met dit concept. Hij heeft een bouwkundige achtergrond en richt zich onder de naam 'Woonhulp' op onderzoek, advies en

uitvoering van comfort, toegankelijkheid & veiligheid in wonen en werken. In 2005 heeft hij een schetsvoorstel ingediend bij de ledenraad van 'Samenwerking'. Indertijd vond de ledenraad de geschatte investering van € 150.000 te hoog en is het idee niet verder gekomen.

Pilots en nader onderzoek

'Trap eruit, Lift erin' is een idee dat de moeite waard is om opnieuw voor het voetlicht te brengen en nieuw leven in te blazen. In de huidige context is het juist een oplossing met veel potentie voor het verbeteren van de toegankelijkheid op een schaal van 2 naast elkaar gelegen, gespiegelde panden. Deze komen veel voor in de Amsterdamse etage-bouw, zowel in de 19e eeuwse arbeiderswijken als in de gordel '20-'40, waaronder Plan Zuid. Daar is de spiegeling van trappenhuizen vaak gebruikt als een belangrijk element voor de compositie en ritmiek van de gevels en structurering van de woningplaattegronden.

Ook biedt het veel kansen voor een integrale aanpak op portiekniveau in combinatie met groot onderhoud, verduurzaming of verdichting. Hiervoor zal een goede maatschappelijke business-case moeten komen waarin de meerwaarde (zowel in levensloopbestendigheid als in marktwaarde) wordt doorgetrokken. Er zijn al verschillende geïnteresseerde partijen gevonden om dit nog nooit uitgevoerde concept verder te gaan ontwikkelen.



Architect Marloes van Haaren heeft, naar aanleiding van een prijsvraaginzending van Nel Vos in 2005, ditzelfde concept al eens helemaal uitgewerkt. Onder andere voor een complex van woningcorporatie De Key in de zuidelijke Pijp. Helaas is ook deze pilot nooit gerealiseerd.

ZONDERLIFT

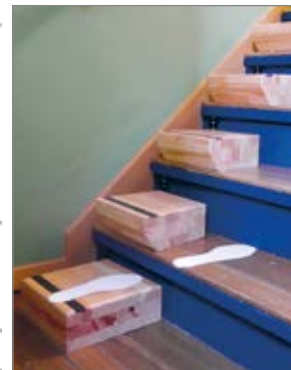
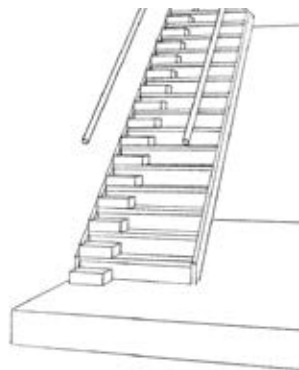


FLEXSTEP

De FlexStep is een trap die transformeert in een hef-plateau. Hiermee kan ook met een rollator of rolstoel een hoogteverschil van 0,36 m (2 treden) tot maximaal 1,25 m (6 treden) worden overbrugd. Het oppervlakte is het zelfde als de trap inneemt, met een buitenmaat van 0,96 tot 1,25 m. breed en diepte van minimaal 1,43 (2 treden) tot maximaal 2.07 m (6 treden). Het systeem is geschikt voor een woning met split-level, maar kan ook bij een buitentrapp of in een portiek met een aantal treden tussen het straatniveau en het eerste bordes worden toegepast.



TUSSENTREDEN



Hoe werkt het?

Met het plaatsen van tussentreden wordt het traplopen makkelijker, omdat de hoogte van de opstap wordt gehalveerd. Het stimuleert om zelf te blijven bewegen, zolang dat gaat. Het vraagt wel om een wat andere manier van traplopen dan men gewend is. Daarnaast is aan beide zijden van de trap een goede leuning nodig.

Voor welke situatie is dit een oplossing?

De firma Enocent brengt deze halve tredeblokken onder de naam Easystepper op de markt. Deze blokken zijn van gelamineerd hout en vooral ontwikkeld voor eengezinswoningen.

Tussentreden kunnen ook in gemeenschappelijke trap-
penhuizen worden aangebracht, mits er voldoende
breedte naast de blokken overblijft en zowel de burens
als de eigenaar van het pand hiervoor toestemming
geven. Ook toepassing op een buitentrap is mogelijk,
bijvoorbeeld in een bijpassende betonsteen of in
natuursteen. Hierbij zouden de tussentreden goed
kunnen worden gecombineerd met een tussenleuning.

Wat kost het?

Niet iedere trap is hetzelfde, dus het vraagt altijd om
maatwerk. Het is in principe wel goedkoper dan een
traplift (grootweg €1000,- per verdieping). Er is geen
stroom voor nodig en er is niet meer onderhoud aan
dan voor een normale trap. Vooral nog worden de
Easysteppers niet opgenomen als voorziening vanuit
de WMO.

Proef in de Pijp en de Rivierenbuurt

Marjan Stomph, actief bij de werkgroep Zorg &
Wonen van stadsdorp Rivierenbuurt, is vorig jaar een
proef gestart om te onderzoeken of de tussentreden
ook geschikt zijn voor Amsterdamse trappenhuizen,
waarbij meerdere bewoners gebruik maken van
dezelfde trap. Vaak is het plaatsen van een traplift
daarin niet mogelijk.



Het resultaat was positief.
De brandweer vindt dat
de tussentreden een extra
vluchtmogelijkheid geven
aan mensen met looppro-
blemen. Medegebruikers
wennen snel aan de blokken
op de trap en hebben er
geen hinder van.

Ontwikkeling proeflocatie en prototypen

Het zou mooi zijn wanneer je het traplopen met tussen-
treden eerst ergens in de buurt uit zou kunnen pro-
beren, onder begeleiding van een fysio- of ergothera-
peut. Op dit moment worden daarvoor verschillende
mogelijkheden verkend.

Ook wordt gewerkt aan het verder ontwikkelen van
tussentreden voor op een buitentrap of toepassing in
monumentale trappenhuizen, zodat ze beter passen
bij de bestaande architectuur.

Marjolijn Witzenhausen woont op de begane grond.
Binnen is haar hele woning zonder drempels, maar van
de straat naar de voordeur moet ze toch 3 treden op
en af. Ze wilde graag meewerken met een proef met
tussentreden. We hebben hiervoor standaard straat-
stenen gebruikt. Ze zijn afgewerkt met een antislipstrip
met een 'glow in the dark' bies.



AFNEEMBARE TUSSENTREDE AAN JE WANDELSTOK

Toen Marjan Stomph midden jaren '70 als ergo-therapeut bij de VU werkte, maakte ze samen met de technische dienst een afneembare tussentrede voor aan je wandelstok.

De mevrouw voor wie ze dit had uitgevonden, was er heel erg blij mee, want hiermee kon ze weer bij haar vriendinnen op bezoek. De aan- en af-klikbare trede paste zo in haar boodschappentas. De uitvinding is gepubliceerd in het Technisch Tijdschrift. Toch is het helaas bij dit ene prototype gebleven. Daarom willen we in het MakeHealth Lab van Waag dit mooie idee weer opnieuw gaan ontwikkelen.



LANG LEVEN

TUSSENLEUNING

Deze tussenleuning is ontstaan omdat er een traplift werd geplaatst. De leuning aan de linkerzijde is weggehaald en op nieuwe stalen dragers in het midden geplaatst. De leuningdragers zijn aan de onderkant verlengd, zodat je ook vanaf straatniveau er al bij kan. Aan beide zijden van de tussenleuning is een doorgang van ongeveer 80 cm.

Nadat de traplift is verwijderd, is de tussenleuning blijven zitten. Dat is makkelijk voor mensen die minder goed ter been zijn, want nu kunnen ze zich aan twee leuningen vasthouden. Het zou ook een goede locatie zijn voor een proef in combinatie met tussentreden.



IN PLAN BERLAGE

VERTIWALK

Als traplopen een probleem wordt, betekent dat nog niet dat je helemaal niet meer kunt bewegen. Rombout Frieling Lab ontwikkelt met de VertiWalk een geheel nieuwe vorm van verticale verplaatsing. Het innovatieve ontwerp is in 2016 gelanceerd en heeft al veel prijzen gewonnen. De VertiWalk is nog niet op de markt gebracht, maar nog volop in ontwikkeling. Eerste pilots zijn veelbelovend: ze laten zien dat vrijwel iedereen die een traplift gebruikt ook een VertiWalk kan gebruiken; de dagelijkse beweging draagt bij aan het welzijn en fitheid van het lichaam.

Hoe het werkt

Door middel van een uitgekiend systeem kun je door hele lichte schommel-bewegingen tussen je voeten en je zitvlak jezelf omhoog of omlaag bewegen. Je kunt er meerdere verdiepingen mee bereiken. Het systeem is vooralsnog alleen geschikt voor gebruik door één persoon en nog niet bereikbaar vanaf een andere verdieping dan waar je bent geëindigd. Het benodigde vloeroppervlakte is slechts 80 x 80 cm. Er is geen stroom voor nodig, je brengt de VertiWalk geheel op eigen kracht in beweging. De spierkracht die je hiervoor nodig hebt is slechts een fractie van de kracht die je normaal gebruikt bij traplopen.

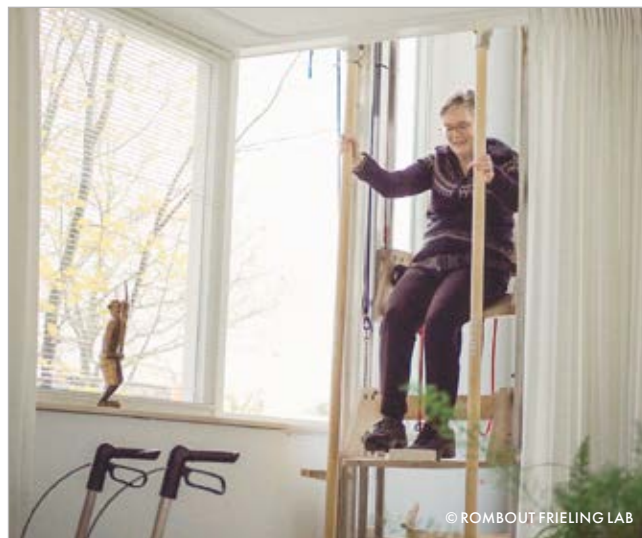
Pilot

In Eindhoven is de eerste pilot gestart in een woonhuis, bij een mevrouw met MS. Ze kan niet meer zelf de trap aflopen en vindt het heel fijn om zelf te kunnen bewegen. Met de VertiWalk kan zij nu wel zelfstandig heen en weer van boven naar beneden.

Bij de verdere ontwikkeling wordt o.a. samengewerkt met het VU Move Institute in Amsterdam. Mocht u de uitdaging aan willen: er worden meer testlocaties gezocht!

De proef kan tegen kostprijs worden geïnstalleerd. Vaak is dit goedkoper dan een traplift, zeker wanneer de trap veel bochten heeft. Een pilotopstelling werkt het beste in een woning waar al een verticale doorgang van minimaal 80x 80 cm aanwezig is of eenvoudig is te maken, zoals bijvoorbeeld in een erker of een kast. Vraag gerust advies.

BEKIJK HET FILMPJE OP WWW.VERTIWALK.COM/PILOT.HTML



VOORBEELDPROJECTEN

Graag willen we samen met bewoners en andere betrokken partijen, zoals gemeente, huurders-verenigingen, stichting !Woon, woningcorporaties, vastgoedeigenaren, VVE beheerders, (lift)fabrikanten etc. deze oplossingsrichtingen verder uitwerken door het realiseren van voorbeeldprojecten. Pilots kunnen weer als inspiratie dienen voor vergelijkbare wijken, zodat ook die beter ingericht zijn op *Ageing in Place*: de mogelijkheid om in eigen huis en vertrouwde omgeving te kunnen blijven wonen op een veilige, onafhankelijke en comfortabele wijze, los van leeftijd, inkomen en beperking.

Wilt u op een ongedwongen en vooral op een onorthodoxe wijze meedenken over een 'andere' aanpak van deze complexe, maar zeer urgente opgave? Neem contact op met Stichting Age Friendly Wonen Amsterdam.
e-mail: info@agefriendlywonen.nl
website: www.agefriendlywonen.nl

Heeft u een concrete pilotlocatie die vraagt om verdere uitwerking?

Neem contact op met Frederike Kuipers,
>studiotransit
e-mail: info@studiotransit.nl
telefoon: 06 40 35 77 05



DANK AAN

Ondersteuning en team Amsterdammers Maak je Stad!, Esther Blommestein en Andor Kwee (stadsdeel Zuid), Stichting! Woon, Archief stadsdeel Zuid, Oliver Thill (Atelier Kempe Thill), Jan Meijer (architectenbureau van Manen), Guus Braam (Woonhulp), Marjan Stomph (stadsdorp Rivierenburt), Wil Peters (Enocent), Mevrouw Scholten, Hetty van Rood, Eveline van den Elsaker, Renée van den Bergh, A.C.W. Samenwerking, Marjolijn Witzenhuisen, Alain van Die (Stannah trapliften), Gertjan van Doggenaar (Struyk Verwo infra), Frans Oosterhuis, Rombout Frieling en Margriet de Zwart.



v.l.n.r. Olga van den Berg, Jan van Essen en Dick van Alphen, stichting Age Friendly Wonen Amsterdam en Frederike Kuipers, >studiotransit

COLOFON
CONCEPT EN TEKST Frederike Kuipers, >studiotransit
ONTWERP Joanna Greve, de zoele haven
FOTOGRAFIE omslag Dingena Mol, p.10 Atelier Kempe Thill, p.24-25 Woonhulp, p. 30 Stannah trapliften, p.32 still uit video Peter Venema, p. 34 Marjan Stomph, p. 37 Rombout Frieling Lab, p. 39 Anke Teunissen
Overige fotos en tekeningen: >studiotransit

