



Een eigen voordeur voor iedereen! In de rubriek **Wonen moet zo!** belicht YN elke keer een initiatief op het gebied van wonen.

→ ypsilon.org/zorg-voor-de-ander/wonen

WOONINITIATIEVEN VAN FAMILIELEDEN

De Kraaipan Oase als veilige haven

Samen met het UMC Utrecht, Anoksis, HVO-Querido, Kwintes en Lister doet MIND Ypsilon wetenschappelijk onderzoek naar wooninitiatieven die met of door familieleden zijn opgezet. De resultaten van dit 'Wonen, Gewoner, Gewoonst'-onderzoek verschijnen later dit jaar. In een drieluik in YN geven we een gezicht aan de bewoners, naasten en medewerkers die samen een woonproject vormen.

In deze editie **Haijo van der Werf**, vader van drie dochters en een zoon (38) die in de Kraaipan Oase in Amsterdam woont. 'Er zouden meer van dit soort woonvormen moeten komen. Het voelt echt als een thuis.'

Pas op voor de hond, lezen we op het bordje bij de voordeur als we aanbellen. We zijn in een dorp onder de rook van Amsterdam. Vanuit de woonkamer kijken we uit over het groen, in de achtertuin scharrelen enkele kippen. 'Willen jullie koffie?' klinkt het hartelijk.

Eerder al hadden we contact via de mail. 'Ik ben de vader van een psychosegevoelige zoon. Naar mijn idee is de Kraaipan Oase de redding voor hem geweest. Zou daar wel iets over willen vertellen', luidde zijn bericht. Maar áchter dat korte bericht schuilt een veel uitgebreider verhaal.

Haijo heeft een heftige geschiedenis vol zorgen achter de rug. Haijo's zoon was nog vrij jong toen hij drugs ging gebruiken. Uiteindelijk leidde dat tot diverse psycho-

ses, situaties waar de politie aan te pas moest komen en een gedwongen opname. Nog altijd is voelbaar welke impact deze periode heeft gehad. 'Mijn zoon woonde alleen in een huisje met allerlei verkoopspunten voor drugs en andere verslavende middelen in de buurt, deels zijn vrienden', vertelt Haijo. 'Hij was als een schip op de oceaan, niemand kon hem vertellen waar hij precies naartoe moest. Als er storm opstak, als de psychose eraan kwam, had niemand het in de gaten. We leefden constant met de vrees een telefoontje te krijgen dat het weer mis was.'

Veilige haven

Via Mirjam van Dootingh, voorzitter van de Kraaipan Oase, hoorde hij over het wooninitiatief. 'Ik kan niet constant op



Sinds hij daar woont heeft hij geen psychose meer gehad

Hij was als een bootje op de oceaan, maar heeft nu medebewoners die helpen met sturen

→ VERVOLG

je blijven passen', zei ik tegen mijn zoon. Sommige mensen met psychosegevoeligheid hebben het zelf niet in de gaten, maar hij wist heel goed wat er aan de hand was. Bij de eerste kennismaking in de Kraaipan Oase was het gelijk raak, direct dat veilige gevoel. Hij had meteen contact met de andere bewoners, omdat die allemaal in hetzelfde schuitje zitten of zaten. Met hen kon hij praten over zaken die je niet met de buitenwereld bespreekt. Je laat niet iedereen weten dat je psychosegevoelig bent, daar loop je niet mee te koop. Maar voor deze mensen hoefde hij niets te verbergen, ze spraken dezelfde taal. Vanaf het moment dat hij daar woont heeft hij nooit meer een psychose gehad. Dat is heel opmerkelijk, hij zit er ook echt op zijn plek. Als je teruggaat naar dat bootje op de oceaan: er zijn nu meer mensen om dat bootje te helpen sturen. Hij heeft meer mensen aan boord en is niet meer alleen. Hij loopt niet bij alle activiteiten de deur plat, maar hij doet zijn best, eet af en toe mee. Ik heb het idee dat hij het als een veilige haven ziet.'

De mensen die Haijo's zoon door de storm heen helpen, zijn voornamelijk medebewoners. 'De mensen waar hij mee omgaat hebben in meer of mindere mate hetzelfde meegemaakt. Ik denk dat dat positief werkt. Alles is zo normaal en logisch, dat had hij nog niet eerder meegemaakt. Hij is best wel sociaal en dat komt in zo'n woonomgeving mooi uit. Ik vind dat ze goed contact hebben met elkaar, respectvol ook. Het gebeurt weleens dat iemand een tijdje opgenomen wordt. De meesten weten hoe ingrijpend dat is en hebben daar begrip voor. Als diegene weer terugkomt, is er eigenlijk niks aan de hand. In

andere omstandigheden zou je dat niet zo gauw meemaken, denk ik. Als je mensen die dezelfde problemen hebben bij elkaar zet, kan dat heel goed werken.'

Vertrouwen

Ook voor Haijo zelf is het een opluchting dat zijn zoon nu in de Kraaipan Oase woont. 'Er hing steeds een zwaard van Damocles boven ons hoofd. We probeerden hem constant in de gaten te houden om indicaties voor een nieuwe psychose te onderkennen. Dat is nu weg. Ik vertrouw erop dat de medewerkers het merken als er iets is. En de bewoners houden ook elkáár in de gaten. Als ze denken dat het niet goed met iemand gaat, roepen ze de begeleiding erbij. Dat geeft mij een gerust gevoel. Ik heb ook niet het eeuwige leven. Als ik ziek word of kom te overlijden moet er iemand voor mijn kind zijn. Die zorgen heb ik niet meer. Ik sta er relaxter in dan voorheen. Voor ons en voor hem is het een redding geweest. Ik weet niet hoe het afgelopen was als de Kraaipan Oase er niet was geweest, dan was hij waarschijnlijk toch weer in zo'n figuurlijke storm terechtgekomen.'

Een keer per maand nodigt Haijo zijn kinderen uit om bij hem thuis te komen eten. Voor zichzelf, maar ook voor het onder-

linge contact tussen zijn kinderen en kleinkinderen. 'Mijn zoon schildert graag en tot mijn grote plezier gingen twee van mijn dochters, zijn ruim tien jaar jongere halfzusjes, laatst bij mijn zoon langs om te schilderen. Zag ik ze op Whatsapp plotse-ling met z'n drieën achter de ezel staan. Heel leuk dat ze bij hun grote broer op bezoek gaan.'

Menselijker

De mate waarin naasten betrokken zijn bij de woonvorm verschilt per familie. 'Het wordt wel gestimuleerd om betrokken te zijn als ouder. Maar mijn zoon wil niet dat ik er te vaak kom. Dat begrijp ik wel, hij wil niet iedere keer zijn vader of moeder tegenkomen. En als vader wil ik hem op z'n 38e niet voor de voeten lopen.'

Hoewel sommige familieleden vaker aanwezig zijn dan andere, maakt de inbreng van naasten deze woonvorm wel anders dan andere plekken, merkt Haijo. Wat dat 'naasten-DNA' dan precies is? 'Mijn zoon heeft niet op een plek voor beschermd wonen gewoond, maar als ik het vergelijk met de locatie waar hij opgenomen is geweest, dan was dat allemaal strikter, ambtelijker en zakelijker. Dit is losser, vrijer en menselijker, iets wat mij en de bewoners erg aanspreekt. Het is eigenlijk een



FOTOGRAFIE: DARINE VAN VUET

groot huis waar mensen in en uit lopen. Er is wel toezicht, maar daar merk je weinig van. Je hebt niet het idee dat je in een instelling zit. Het voelt echt als een thuis. De bewoners gaan leuk met elkaar om en dat versterkt het proces om gezond te blijven. Als je alleen bent, ga je eerder ziekteverschijnselen vertonen dan wanneer je het idee hebt dat je gezien wordt, dat je er toe doet. Het is een concept dat zich heeft bewezen.'

Welzijn

Er zouden dan ook meer van dit soort wooninitiatieven moeten komen, vindt Haijo. 'Hoe meer, hoe beter. En het liefst met financiering vanuit de overheid. Uiteindelijk is dit veel goedkoper. Het is geen kwestie van mensen even oplappen en dan op een flatje zetten, dan gaat het binnen de kortste keren weer mis. Als je bedenkt dat mijn zoon nu ruim zeven jaar stabiel is...

Het heeft niet alleen effect op zijn welzijn, maar ook op dat van ons als familie. Je voorkomt hiermee dat naasten zich ziek moeten melden op hun werk om mantelzorg te moeten doen. Nou zal misschien niet iedereen geschikt zijn voor een dergelijke woonvorm, maar voor veel mensen die niet geheel zelfstandig kunnen wonen is dit een mooie oplossing.'

Imke van Wettum | yn@ypsilon.org
