

Inhoudsopgave:

Pagina:

Overzicht labels uit interviews met cliënten	2
Uitleg codering	3
Hoofdlabel 1: Eenzaamheid	4
<i>Sublabel 1: Eenzaamheid</i>	4
<i>Sublabel 2: Verlieservaringen</i>	5
Hoofdlabel 2: Sociaal netwerk	8
<i>Sublabel 1: Relatie</i>	8
<i>Sublabel 2: Ouders</i>	8
<i>Sublabel 3: Kinderen</i>	8
<i>Sublabel 4: Broers, zussen en andere familie</i>	9
<i>Sublabel 5: Vrienden en kennissen</i>	11
<i>Sublabel 6: Naar wie gaat u toe met een probleem, of met verdriet?</i>	12
<i>Sublabel 7: Wie vertrouwt u?</i>	14
<i>Sublabel 8: Wensen (/behoeften) wat betreft contacten</i>	14
Hoofdlabel 3: Begeleiding	16
<i>Sublabel 1: Contact met begeleiders</i>	16
Hoofdlabel 4: Wonen	18
<i>Sublabel 1: Ambulant wonen</i>	18
<i>Sublabel 2: Groepswonen</i>	18
<i>Sublabel 3: Contact met medebewoners</i>	19
<i>Sublabel 4: Contact met de wijk</i>	19
Hoofdlabel 5: Dagbesteding	20
<i>Sublabel 1: Werk</i>	20
<i>Sublabel 2: Vrije tijd en hobby's</i>	20
Overzicht labels uit interviews begeleiders	22
Hoofdlabel 1: Doelgroep senioren met een licht verstandelijke beperking	23
<i>Sublabel 1: Kenmerken van deze doelgroep</i>	23
<i>Sublabel 2: Verschillen met "normale ouderen"</i>	23
<i>Sublabel 3: Omgaan met senioren met een licht verstandelijke beperking</i>	24
Hoofdlabel 2: Eenzaamheid	24
<i>Sublabel 1: Is er eenzaamheid onder senioren met een licht verstandelijke beperking?</i>	24
<i>Sublabel 2: Signalen van eenzaamheid</i>	25
<i>Sublabel 3: Waarom een verhoogde kans op eenzaamheid?</i>	25
<i>Sublabel 4: Knelpunten in het omgaan met eenzaamheid</i>	26
<i>Sublabel 5: Hoe wordt er omgegaan met eenzaamheid?</i>	26
<i>Sublabel 6: Verschil ambulant en 24-uurs zorg</i>	
Hoofdlabel 3: Netwerk	27
<i>Sublabel 1: Wijk</i>	27
<i>Sublabel 2: Vrijwilligers</i>	28
<i>Sublabel 3: Familie</i>	28
<i>Sublabel 4: vrienden</i>	28
Hoofdlabel 4: Hulpverlening/begeleiding:	28
<i>Sublabel 1: Belangrijke thema's binnen de begeleiding</i>	28
<i>Sublabel 2: Knelpunten in de begeleiding</i>	29
<i>Sublabel 3: Verbetermogelijkheden & tips voor Sherpa</i>	29

Overzicht labels uit interviews met cliënten

	Hoofdlabels:		Sublabels:
1.	Eenzaamheid	1. 2.	Eenzaamheid Verlieservaringen
2.	Sociaal netwerk	1. 2. 3. 4. 5. 6. 7. 8.	Relatie Ouders Kinderen Broers, zussen en andere familie Vrienden en kennissen Naar wie gaat toe met een probleem, of met verdriet? Wie vertrouwt u? Wensen (/behoeften) wat betreft contacten
3.	Begeleiding	1.	Contact met begeleiders
4.	Wonen	1. 2. 3. 4.	Ambulant wonen Groepswonen Contact met medebewoners Contact met de wijk
5.	Dagbesteding	1. 2.	Werk Vrije tijd en hobby's

„Ik vind het best leuk om interviews te geven hoor!”

Senior (82) met een licht verstandelijke beperking

Uitleg codering

Voor elk antwoord staat een code, bijvoorbeeld **1.1.1 C1**. Deze code moet als volgt worden geïnterpreteerd:

1.1.1 C1

Eerste cijfer	Hoofdlabel
Tweede cijfer	Sub-label
Derde cijfer	Quote nummer
Letter + cijfer	Betreft geïnterviewde persoon Voor een overzicht, zie pagina .., C = Client B = Begeleider (Bij begeleiders kan er een 'E' voor de codering staan, deze staat voor 'enquête'.

Hoofdlab 1 – Eenzaamheid

Sublab 1: Eenzaamheid

1.1.1 C1:

Vind je het leuk wanneer er iemand langs komt?

C1: Nou, zoals jullie zo eens een keertje. Eens in de zoveel tijd eens met iemand praten. Maar dat ik er echt op zit te wachten? Dan zeg ik nee, het hoeft voor mij niet.'

1.1.2 C1: Nee niet zoveel. Heel weinig.

1.1.3 C2: Als je gaat zitten, ja dan vereenzaam je. Ik blijf tenminste mooi in de running, dat scheelt nog.

1.1.4 C2: Ja, je moet een beetje contact met elkaar houden hé. Als je met niemand contact heb is het ook niks hoor, dan ga je ook maar vereenzamen hoor.

1.1.5 C2: Nou, dat is ook wel moeilijk hoor, om meer kennissen te vinden. Dat vind ik wel moeilijk weer.

1.1.6 C5:

Voelt u zich wel eens alleen?

C5: Moet ik heel eerlijk in zijn hé. Ik onderneem veel. Nou ik ben binnenkort een hele week vrij. Die hele week zal ik wel nuttig besteden dat is een ding wat zeker is. Ik onderneem dingen samen met m'n oudste pleegneef en de één na jongste. Die is ook uit huis geplaatst want het ging niet meer. Terwijl ik het eigenlijk niet eerlijk vond dat hij eruit gezet werd. Kan ik niks van zeggen want dan heb je het gedaan. Maar ik vind het nogmaals niet eerlijk dat die jongen eruit gezet is.

1.1.7 C5:

Heb je wel eens dagen dat je met niemand af kan spreken, dat je je dan wel eens alleen voelt?

C5: Nou, dat komt weinig voor.

1.1.8 C6: Eenzaam... Ik zit liever alleen, dan met z'n allen dat je erbij ben. Dan wordt het gewoon te veel.

1.1.9 C7: Als ik mij alleen voel, ga ik praten met de jongens. Dan is het gezellig. En als het voetbal is vraag ik aan de jongens kom maar op m'n kamer dan gaan we voetballen kijken.

1.1.10 C7:

U zei, ik zou wel wat meer mensen willen leren kennen. Probeert u dat dan ook? Om met mensen contacten te leggen?

C7: Nee, ik weet niet met wie!

U weet niet met wie... U zou het wel willen maar u weet niet met wie?

C7: Nee. Geen idee. Ik heb wel mensen gesproken van de kerk, „geen tijd”, zeggen ze. Nou dan houdt het op. „Ik kan niet” zeggen ze dan, „ik heb geen tijd”. Dan val je wel in de aarde.

1.1.11 C8: Nou een enkel... Ja sommige dagen wel ja. Ja, vooral tegen verjaardagen enzo, dan voel je je best wel... en feestdagen. Dan voel je je best wel eens eenzaam.

1.1.12 C9: Soms voel ik me alleen, als ik niks te doen heb.

1.1.13 C9: Als ik me alleen voel, ga ik m'n kamer opruimen.

1.1.14 C10: Ik ben niet eenzaam hoor. Ik ga zelf boodschappen doen en ik heb zo'n kaartje, en ik stap in de bus en dan ga ik zitten. En er zitten goede kennissen van mij in de bus. De chauffeurs kennen mij. En dan zeggen ze; „Het hoeft niet hoor.” (inchecken) Dan doe ik het toch. Als de baas komt krijg ik op mijn mieter. En dat doe ik ook altijd. Ik ga zelf boodschappen doen ik krijg zelf zakgeld. En ik ga zelf als ik er zin in heb ga ik zelf wat eten daar 's middags.

1.1.15 C11:

Voelt u zich wel eens alleen?

C11: Soms niet he, maar soms. Niet altijd hoor.

Sublabel 2: Verlieservaringen

1.2.1 C1: Nee daar heb ik eigenlijk niet zo'n last van.

1.2.2 C1 X: Mis jij je ouders ook wel eens?

C1: Nee daar heb ik geen last van. Ik had niet zo vreselijk goed contact met ze. Een beetje moeilijke mensen waren het. Het is goed dat ze er niet meer zijn. Voor mezelf ook.

1.2.3 C2: Kijk toen ik pas net in Hilversum woonde, hier net, toen waren m'n ouders er allebei nog, toen hebben we nog leuk met ze gekaart, en ja nou zit ik hier, nu kan ik met niemand meer kaarten. Hier kan niemand kaarten, dus ja. Hier waren nog wel mensen die konden kaarten maar die zijn er niet meer. Die hier nu wonen, kunnen niet meer kaarten. Ze kunnen niet eens kaarten. Ja, dat mis ik wel is. Dat ik met niemand kan kaarten. Met niemand.

1.2.4 C2: Ja zo gaat dat op een gegeven moment dan vallen er mensen weg en daar doe je niks aan. Aanvaarden zeg ik, aanvaarden... Dat is moeilijk. Om het te aanvaarden. Hoe moeilijk dát is! Dat is heel moeilijk, aanvaarden... Gewoon verder leven en doorgaan, dat is het enigste wat je kan doen, want je zal het toch moeten aanvaarden, het is niet anders.

1.2.5 C2: Ja, m'n familie daar zit ik over in. Die komt nooit meer. Mn broer kan geen auto rijden, door z'n gordelroos. Heb je dat weer. Daar zit ik over in. Iedere week bel ik hem, hoe het met hem is. Ja, ik ben toch benieuwd hoe het met hem gaat, ik zit er wel over in hoor.

1.2.6 C2: Mijn moeder had een zware operatie, later nog één, toen was mijn vader weg, en toen m'n moeder ook drie jaar later weg. Die lag in de keuken, die hebben ze zo gevonden want die was ook zo weg, m'n moeder. Die is overleden aan longontsteking, bijna 74. En m'n vader 72, die reed weg en die wou even een boodschapje doen, en nou, nooit meer teruggekomen. Aangereden door een achteruitrijdende auto. Hij is nooit meer uit coma gekomen. En m'n moeder die zat maar en zat maar en die kreeg hem niet meer terug. Toen kon ze niet meer uit de voeten en toen zat ze er mee. Ze zei tegen mij: „ik heb het verwaarloost en ik ben helemaal vereenzaamt” ja dat heb je er van als je nooit wat doet.

1.2.7 C3: Nou, kijk het zit zo. Ik maak graag treinreizen. Maar op een keer kon ik niet meer weg, want m'n moeder die, ik voelde dat, dat kon niet meer, dat begreep ze niet. Wat deed ik? Ik legde een briefje bij haar neer, 'ik ben even naar het station, ik ben straks terug'. En dan legde ik haar even te rusten, weet je wel. Maar goed, ze is ook op de Geuseweg gestorven. Ze is op 100-jarige leeftijd overleden. Ze kon niet meer praten en ze was ineens weg.

1.2.8 C3: Ja, ach, ik was wel verdrietig toen mijn ouders overleden. Maar aan de andere kant ja, ach. Mn zus was er ook wel veel. En m'n broer komt af en toe.

1.2.9 C3: Ja soms heb ik wel is verdriet om m'n moeder dat... maar ja, voor de rest gaat het prima ik kan mezelf goed verzorgen.

1.2.10 C3: Ja, ik mis mijn zuster bijvoorbeeld, ja. Maar ze moet haar eigen programma volgen. Kijk daar ga ik niet... ze komt zo vaak ze kan.

1.2.11 C3: Ja, ik mis mijn moeder die 68 jaar lang voor me gezorgd heeft.

1.2.12 C4: De allereerste begrafenis vond ik heel onwerkelijk. Ik vind het niet zoiets leuks. Je moet ermee omgaan...

1.2.13 C4: Nou ja, eigenlijk kwam het toch wel onverwachts. Mijn vader was nooit echt veel ziek geweest. Als iemand nu heel ernstig ziek is... Maar het kwam eigenlijk heel... Mijn vader is een keer gevallen of zoiets en toen moest hij al hulp hebben. En toen ging het al een paar weken.... Maar daar heeft hij toch iets van over gehouden en toen is het niet meer goed gekomen. En toen heeft hij nog een paar keer voor iets anders in het ziekenhuis gelegen. En toen was het toch... Toen kwam het toch niet helemaal goed. En toen is hij dus overleden. Maar ja toen heeft mijn broer... Ja mijn broer heeft zo'n beetje alles geregeld toen. En die andere.... Eigenlijk die andere

begravenis... Verder ben ik bij de begrafenis van die tante alleen maar geweest. Maar dat is niet hetzelfde. Dat is toch een beetje anders.

1.2.14 C4: Ja toen mijn moeder nog leefde, ben ik nog, toen ben ik wel zoveel mogelijk geweest. Maar toen het eenmaal gebeurd was, was het nog toch iets te weinig. Elke maand, zo'n beetje, drie keer in de maand ben ik op bezoek geweest. Of om de paar weken.

1.2.15 C5: Ik mis om te beginnen mijn vader, mijn moeder, mijn broertje, mijn oma, m'n oom pas, een vriendin... Daar zie je een foto van haar. Onder mij. Overleden aan een hele vervelende ziekte. Daar had ik het knap moeilijk mee.

1.2.16 C6:

C6: Ja. M'n zusje die ik verloren heb.

Wat doet u dan, als u ze erg mist?

C6: Nou, dan ga ik erover praten. Ik praat er wel over.

Praten helpt wel voor u?

C6: Absoluut, nog steeds.

1.2.17 C6: Mijn ouders mis ik ook. Precies hetzelfde. Ze zijn lang geleden overleden, maar je mist ze evengoed nog. Dan ga je naar de leiding, erover praten.

1.2.18 C6: Bewoners, hier zijn er een stel overleden. En die mis je ook. Maar je hebt er ook niks over te zeggen. Dan ga ik gewoon de leiding erbij halen.

1.2.19 C7: Ik mis mijn ouders wel!

1.2.20 C8: Binnen twee jaar was ik alle twee mijn ouders kwijt. Eerst mijn vader dan, nou ja goed, die is eerst overleden... Nou en vier jaar later ging mijn moeder. Nou, ik was nog geen veertig en toen had ik geen ouders meer hoor. Ja toen moest ik het alleen doen. Daar wordt ook niet naar gevraagd. 'Ga maar naar je ouders en ga maar vragen hoe het moet!' Nee, en toen zeiden ze 'Ga maar naar je ouders!' Ik zeg 'Ja hoor, naar mijn ouders gaan? Je moet niet zo rap praten, ik heb ze toch niet meer?' En mijn broer ging daarna nog eens even.

1.2.21 C8: We hebben psychisch wel een hele grote klap gehad hoor. Een hele grote klap. Ja. Je hoort er wel eens van. Maar het zal wel loslopen. Maar ik was totaal alles kwijt. Zeg maar... Maar ja... Dan denk je ook wel... Ja goed je moet verder gaan. Ik wed als ik geen zus meer had gehad gedacht had "Nou hoeft het niet meer." Als je al zoveel kwijt bent...

1.2.22 C10: Nee hoor, ik ben er aan gewend. Hier zijn ook veel mensen overleden he.

1.2.23 C11:

C11: Nou mijn moeder is overleden ik heb nog een zus over.

Oh. En is uw vader ook overleden?

C11: Ook!

Dat is moeilijk...

C11: En mijn zwager ook.

Hoofdlab 2 – Sociaal netwerk

Sublabel 1: Relatie

2.1.1 C1: Nee, ik ben gescheiden.

2.1.2 C4: In plaats van een vriendschap zou ik misschien een relatie willen. Maar dat is zo moeilijk. Dat is moeilijk... Of een lat-relatie of zo iets. Dan kan je toch hier blijven wonen. (...) ik bedoel een vriendschap is ook leuk. Ik ga er bijna ieder weekend heen. Toen ik op die flat woonde had ik dat ook niet. Die vriendschap. Dus dat is eigenlijk ook... Min of meer door de dagbesteding. Puur toeval. Ja dat is gewoon toeval. (...) Maar ja, dit is natuurlijk een beetje oppervlakkig. Ik zou wel meer een... Maar het is een beetje moeilijk hé, een relatie?

2.1.3 C4: Nou misschien ben ik wel jaloers op iemand die wel samen woont, ik weet niet of dat jaloers is. Maar ik denk niet dat ik jaloers ben op iemand die samenwoont en als je ziet dat het niet gaat, die elk ogenblik ruzie hebben, die elkaar bedreigen zelfs. Ja dat heb ik op die flat ook gehad, ja maar ja dat echt mensen je bedreigen enzo. Maar ja dat had niks met een relatie te maken. Maar ja dan krijg je weer allemaal geweld en gedoe met de politie. Daar heb ik allemaal geen zin in.

2.1.3 C8:

X: En u heeft een man?

C8: Ja

Sublabel 2: Ouders

Alle labels wat betreft de relatie met ouders zijn te vinden bij 1.4: 'verlieservaringen'. Dit omdat wanneer er gesproken wordt ouders dit altijd gaat over verlieservaringen en gemis.

Sublabel 3: Kinderen

2.3.1 C1: twee jongens heb ik.

Sublabel 4: Broers, zussen en andere familie

2.4.1 C1: Familie heb ik. Ik heb één zusje en die woont in Rotterdam.

2.4.2 C2: En toen mijn oudere broer wegwas ben ik er ook geweest (op de begrafenis), alleen naar m'n jongste broer niet want ja, die keek nooit naar m'n moeder om.

2.4.3 C2: Ik zie m'n broers voorlopig niet, want m'n broer die zit met z'n slokdarm. Hij had slokdarmkanker en hij heeft chemokuren gehad, en bestraling. Nou schijnt het weer beter te gaan, maar nu kwam er weer gordelroos bij, dat is ook weer vervelend. Ja m'n schoonzus is wel goed, maar die heeft geen auto dus die komt hier niet, want die woont in Rotterdam.

2.4.4 C2: Ja twee broers zijn er al weg, m'n oudste broer eerst en m'n jongste broer toen ook nog. Ik heb er drie en ik heb er nou nog maar één over. Ja daar is jammer genoeg van alles mee, anders had hij kunnen komen, hij is op mijn verjaardag ook niet geweest. Ja hij zou ooit een keer komen, maar ja dan moet het even beter zijn he.

2.4.5 C3: Ja, m'n zus is ook wel eens hier. Mn broer niet zo vaak, nou ja, hij is oud en hij heeft 2 kinderen. Die zelf ook weer kinderen hebben, dus ja.

2.4.6 C4: Ik heb nog wel meer familie maar daar kom ik nooit. En mijn broer ook niet. Ik heb alleen nog een broer dan, die woont bij Naardevesting in de buurt. Als je richting Amsterdam gaat.... Ik heb geen zussen, mijn ouders zijn overleden. Voor de rest heb ik nog allemaal neven en nichten. Die zijn ook weer getrouwd maar die zie ik eigenlijk nooit. Die hebben ook weer kinderen enzovoort...

2.4.7 C4: Ik heb dan alleen nog een broer. Mijn ouders zijn overleden. Mijn vader is overleden in 2004 en mijn moeder is overleden in 2007. En tussendoor is er ook nog een tante overleden. In 2006. Dus ik had drie begrafenissen achter elkaar. Dus dat was niet zo leuk. Maar iedereen maakt het een keer mee.

2.4.8. C4: Bij mijn broer praat ik ook niet zoveel. Ik kan niet zo heel goed met mijn broer opschieten. Dus het was toch een beetje oppervlakkig. Maar met die begrafenis... Het is wel zo... Of na die begrafenis had ik wel beter, eigenlijk door de begrafenis kreeg ik eigenlijk meer contact met mijn broer. Dat moest soms ook wel omdat er dingen geregeld moesten worden. Ja dat dan praat je er alleen met familie over. Niet met iemand die er echt verstand van heeft.

2.4.9 C4 :

En gaat u er wel eens heen (naar uw broer)?

C4: Ja ik ben er nu een hele tijd niet meer geweest.

Hoe vaak gaat u er ongeveer heen?

C4: Nou ik ben er dit jaar nog niet geweest.

2.4.10 C5:

Heb je nog contact met je zus?

C5: Nee, dat wil ik ook niet meer. Het blijft wel je zus maar van mij hoeft het niet meer.

2.4.11 C6: Nou, m'n zusje zie ik vanmiddag. Ik kom uit een gezin van – pak die foto maar – 16 kinderen. Ik heb er ook een paar verloren hoor. Maar m'n ouders zijn er niet meer.

2.4.12 C8: Ja, ik heb nog een zusje, die is dan een jaar jonger als ik, maar m'n zus heb ik wel contact mee ja.

2.4.13 C8: Ik wed als ik geen zus meer had gehad gedacht had "Nou hoeft het niet meer." Als je al zoveel kwijt bent...

2.4.14 C9: Ik heb 3 mensen nog. Mijn moeder, mijn zus. Een zwager heb ik ook nog.

2.4.15 C10: Ik heb een schoonzus, die gaat ook mee met daagjes uit, weet je wel. Die komt vanmiddag om half 1 mij halen. Dan gaan we daarheen.

2.4.16 C10: Ik ben maandag met mijn schoonzus naar de Keukenhof geweest.

2.4.17 C10: Ik heb een nichtje en die woont daar. En dat is mijn liefste nichtje. Daar gaan we altijd koffie drinken zondag's.

2.4.18 C10: Ik heb nog meer familie maar die kijkt naar mij niet om. Allemaal niet.

2.4.19 C10: Ik heb, ja, twee vaders had ik. Nee ene vader kon ik niet maar de eerste vader wel. Die was echt heel lief voor ons. Wij hadden een paraplu winkel en dan ging hij 's avonds na het eten ging hij kop koffie drinken en ging hij naar een cafétje toe en dan had hij wat gewonnen. Dan lagen wij in bed we weten hoe laat vader altijd thuis komt. Wij lagen dan te slapen en dan kwam hij thuis en maakte ons wakker en vroeg; 'Jongens willen jullie een gulden hebben?' Heel lief hoor. Dan werden we wakker en zeiden: 'Papa geef maar vast'. En dan ging hij de hele tijd door... En moeder... Toen hij overleden was, bijna dood ging, toen had hij tegen mijn moeder gezegd, van mijn geld wil ik... Zei hij; 'Ik wil mijn geld hebben' en heeft hij alles in een enveloppe gedaan met een naam. En ik en Freek mijn broer kregen meer en hun kregen 100 euro maar wij kregen meer.

En ik had nog een broer die is ook overleden. Die had keelkanker. Die kwam ik een keer zaterdag tegen en toen zei hij tegen mij; 'Wil ik ben erg ziek'. Zei ik; 'Wat heb je dan?' 'Ik heb

keel kanker.' Ik zei; 'O'. Later kwamen mijn broer en schoonzus even hier en zeiden dat hij was overleden.

Mijn liefste broer is ook overleden die had leverkanker.

Sublabel 5: Vrienden en kennissen

2.5.1 C1: Vrienden heb ik niet zo. Maar daar heb ik eigenlijk ook geen erg in.

2.5.2 C2: Nee, ik heb geen vrienden, maar ik kan het hier wel goed vinden, dat scheelt hé.

2.5.3 C3: Nou, het is er wel, ik spreek bijvoorbeeld wel eens met de burens.

2.5.4 C4: Ja ik heb wel een soort vriendschap hier in Hilversum. En die heb ik leren kennen bij zo'n dagbesteding.

2.5.5 C4: Ik zie dan ja.... nou ja die mensen, dat zijn meer kennissen... Die dan op het steunpunt komen. Die zie ik ook wel eens in het buurthuis. Dan hebben ze ook wel eens een voorjaarsfeest. Dat is dan buiten. Net een soort mini-kermis. En daar kom ik dan ook wel weer eens mensen tegen van het buurtcentrum. En ja, je komt elkaar overal tegen gewoon. Dat zijn gewoon kennissen. Ja, daar kom ik niet echt op bezoek. Maar ik ken ze dan wel en die kom ik weer tegen in het buurthuis.

2.5.6 C5:

Heb je ook vrienden?

C5: De buurman... Alleen ik zie hem heel weinig! Voor de rest eh, Marjolein. Alex.

Die wonen hier ook in de straat. Dat zijn vrienden van me geworden ja. Zoals gisteren zaten we met een heel koppeltje eurodivisie te kijken!

2.5.7 C5: Ik heb ook een vriendin, een 'kijkkoor-vriendin'. Die ontmoet ik allebei de dagen in de week. Of ze moet epilepsie hebben dan werkt ze niet. Daar hou ik wel rekening mee. Ik heb een tante die heeft dat ook gehad, maar dat hebben ze kunnen verhelpen. Zijn ze op tijd bij geweest. Die heeft het nu niet meer. Af en toe. Ze rust ook veel he. Moet ook wel.

2.5.8 C7: kennissen heb ik, kennissen.

2.5.9 C7: (begeleider) en (begeleider) zijn vrienden van me.

2.5.10 C8: Ja, vriendinnen.... Ja dat wordt minder. Dat is logisch. Want je bent zelf ook ouder... Ja, ja ze zijn allemaal rond dezelfde leeftijd ongeveer. Iets ouder sommige maar... Soms wordt het wel veel. Ja, daar word ik zelf ook wel eens niet vrolijk van. Je wil wel maar kan niet meer.

2.5.11 C9: ik zou wel meer vrienden willen hebben.

2.5.12 C10: En ik heb een hele lieve, een goede kennis van mij. Die werkt bij een bloemententje. Bij de C&A. En als ik kom vraagt ze; 'Wil ga je boodschappen doen?' 'Ja ik moet nog even boodschappen doen. En dan heeft ze bloemen of plantjes voor mij. Ze heeft een zoon die is ook gehandicapt.

2.5.13 C10: Ik heb hele goede vrienden... Hier in het huis heb ik hele goede vrienden en op mijn werk heb ik hele goede vrienden, weet je wel.

2.5.14 C11:

Heeft u ook wel vrienden?

C11: Nou in de groep wel. Maar niet altijd veel hoor.

Sublabel 6: Naar wie gaat u toe met een probleem, of met verdriet?

2.6.1 C1: Naar iemand van de begeleiding, met wie ik goed kan opschieten. En ik heb ook een vaste begeleider, dat is Rob. Dus als er wat is regelt hij het voor me.

2.6.2 C1 Ja, naar iemand van de begeleiding denk ik. Maar ik voel me niet vaak verdrietig hoor.

2.6.3 C2: Ja, hier kan ik het ook vertellen. Tegen de begeleiding en zo. En met de mensen hier praat ik er ook wel eens over. Ik zeg tegen de begeleiding ook wel dat het zo vervelend is.

2.6.4 C3: Nou, ik moet zeggen, het gebeurt eigenlijk niet. Nou ja, kijk, ehm ik kan naar de overbuurman, of ik bel m'n zuster of wat ook. Ja soms heb ik wel is verdriet om mn moeder dat... maar ja, voor de rest gaat het prima ik kan mezelf goed verzorgen. Er is een tijd dat dat minder was hoor. Op de Geuseweg hadden we al Hilverzorg, maar hier ook. Er is een tijd geweest dat ze me moesten helpen aankleden en verzorgen enzo maar dat hoeft niet meer. Kijk nou komen ze op maandag en donderdag dus vandaag was het doucheday. Enne, nouja goed dusse wacht ik op iemand die me komt douche nhe. Maar goed dat is allemaal goed gegaan en er komt 1keer in de week een huishoudster die alles netjes schoonmaakt.

2.6.5 C4:

Toen u heel verdrietig was, ging u toen naar iemand toe, om het te delen met iemand?

C4: Nee eigenlijk niet.

Hoe deed u dat dan?

C4: Ja, ik heb het er dan alleen met mijn broer.... heb ik er dan nog wel over kunnen praten maar voor de rest.... Maar ik dacht ook... Mijn broer heeft ook nog alles geregeld. Die heeft ook niemand. Nou ja, die had dan een ex-vriendin waar mee hij kon praten. Maar die ex-vriendin was

er ook bij, bij de begrafenis. Bij de allereerste begrafenis ben ik met die ex-vriendin mee geweest... Die heeft mijn moeder nog terug gebracht met de auto. En we hebben daarna nog een etentje gehad om nog een beetje na te praten. En voor de rest heb ik alleen met mijn broer een beetje proberen te verwerken. Maar ik ben niet het naar hulp... Ik bleef toen op die flat zitten dus toen ging ik het eigenlijk afreageren op die burens. En toen ging het dus echt helemaal fout. (...) Ja maar bij mijn broer praat ik ook niet zoveel. Ik kan niet zo heel goed met mijn broer opschieten. Dus het was toch een beetje oppervlakkig. Maar met die begrafenis... Het is wel zo... Of na die begrafenis had ik wel beter, eigenlijk door de begrafenis kreeg ik eigenlijk meer contact met mijn broer. Dat moest soms ook wel omdat er dingen geregeld moesten worden. Ja dat dan praat je er alleen met familie over. Niet met iemand die er echt verstand van heeft.

2.6.6 C4: Nou ja, ik heb het zo afgesproken dat ik dan naar het steunpunt bel. Want ik heb een slechte ervaring met politie. Wat ik daar heb meegemaakt vind ik nog steeds niet leuk.

2.6.7 C5: Naar mijn begeleider. Mijn zus absoluut niet. Er is teveel gebeurd in het verleden en daar pas ik voor.

2.6.8 C5: Ja, ik heb eh, de zondag pas met een wijkpredikant over m'n zus gepraat. Met alleen wij maar. Hij zei wel van, ik hoop dat het goed komt. Toen dacht ik bij mezelf: ik hoop van niet!

2.6.9 C6:

Met wie gaat u er dan over praten?

C6: Met de leiding hier. Of met m'n zusje.

2.6.10 C7: Bij een probleempje kan ik naar mijn begeleider toe.

2.6.11 C8: Nou iemand die dichtbij is. Mijn zus. Die weet hoe ik ben dus.

2.6.12 C9: Naar de leiding

2.6.13 C10: Naar mijn begeleider.

2.6.14 C11:

En als u daar verdrietig om bent, is er dan iemand met wie u dan even kunt praten?

C11: Ja.

Met wie gaat u dan even praten?

C11Nou met m'n begeleiders.

2.6.15 C11: Nou naar mijn zus toe of Marianne. Marianne doet ook wel veel. Die komt ook bij ons voor een beauty club.

Sublabel 7: Wie vertrouwt u?

2.7.1 C3: Ja, bijvoorbeeld schuin aan de overkant. Of ééntje verderop. Want die man, die zet zondags de papierbak terug.

2.7.2 C4: De mensen van Sherpa. Nou, in de politie heb ik niet zoveel vertrouwen. Daar heb ik slechte ervaring mee. Ik vind dat ze een beetje corrupt zijn.

Sublabel 8: Wensen (/behoeften) wat betreft contacten

2.8.1 C1: Nou ik heb hier wel eens iemand gehad die met mij leuke dingen zou gaan doen. Maar dat beviel me niet. Ik kon niet goed met haar. Ze wilde met mij naar de bioscoop of de dierentuin maar daar had ik helemaal geen behoefte aan. Ik wil gewoon het liefst hier zijn, en dat recht heb ik wel een beetje hoor.

2.8.2 C1: Ik ben het liefst hier. Ik weet niet hoe dat gekomen is maar ik wil niets meer. Vroeger was ik best actief met dingen, ging ik naar de winkels hier in Hilversum, maar ik taal er niet meer naar. Alsof er een knop omgezet is bij mij, dat ik het liefst hier ben. Want we hebben wel eens uitjes maar daar heb ik geen behoefte aan. Laat mij maar een beetje hier blijven. Ik vind het zo prima. Misschien heeft het wel met ouder worden te maken. Dat je behoefte hebt aan om hier te zijn, zo voel ik me prima. Ze gaan hier wel eens naar de stad, en ik slaap dan even en daarna ga ik lekker televisie kijken. En ik praat dan met G. en met P. en dan is de dag alweer om.

2.8.3 C2:

U heeft er geen behoefte aan (aan meer contacten), begrijp ik?

C2: Ja, want dan ben je niet afhankelijk van een ander hé. Niet wachten tot een ander alles voor je doet. Ik kan het allemaal zelf nog. Dus nog niet. Maar ik ga er wel is vanuit, dat is maar een voorstelling hoor, als ik straks 81 ben moeten we nog maar zien hoe dat allemaal gaat... Nu kan het nog makkelijk, maar gelukkig dat weet je niet hoe het gaat en moet je er nog maar niet aan denken...

2.8.4 C3: Nou op het ogenblik ben ik tevreden hoor. Ja, komen er meer mensen vind ik het ook prima. Ja. Dat is best wel leuk!

2.8.5 C3: Het is gezellig als er iemand is, maar zo gaat het ook wel... Zoals nu, als jullie er zijn... dat is dat wel gezellig!

2.8.6 C4: Nee, ik hoef ook niet altijd de hort op... dat gaat ook... nee, niet teveel van het goeie, nee.

2.8.7 C4: Nou, misschien ben ik wel jaloers op iemand die wel samen woont, ik weet niet of dat jaloers is. Maar ik denk niet dat ik jaloers ben op iemand die samenwoont en als je ziet dat het niet gaat, die elk ogenblik ruzie hebben, die elkaar bedreigen zelfs. Ja dat heb ik op die flat ook gehad, ja maar ja dat echt mensen je bedreigen en zo. Maar ja dat had niks met een relatie te maken. Maar ja dan krijg je weer allemaal geweld en gedoe met de politie. Daar heb ik allemaal geen zin in.

2.8.8 C4: Maar ja , je kan ook zeggen van, je moet maar accepteren zoals het is, ik bedoel, naja mensen naja, sommige mensen zijn getrouwd en dan ben je niet getrouwd of je woont wel of niet samen nou ja, Sommige mensen hebben samengewoond en toen dacht ik nou ja, dat zou ik ook wel willen maar ja ik zag dat het bij hun toch niet helemaal klikte en nou ja nu zijn ze natuurlijk toch uit elkaar omdat ze steeds ruzie hadden. Maar ja goed, voor hetzelfde geld gaat het wel goed. Nou ja de meeste mensen, in je puberteit krijg je verkering , ik ben geen 20 meer ik ben 60 dan begin je er niet meer aan. Voor veel dingen word je te oud. Daar ben je te oud voor, daar ben je te oud voor. Dan krijg je leeftijdsdiscriminatie. Dan zeggen mensen: die oude zeur... Dan gaan mensen zeggen, die is te oud, die is te oud...

2.8.9 C4: Contacten leggen dat moet een beetje vanzelf gaan denk ik, niet zo van, nou moet ik speciaal daarheen, het moet een beetje naar aanleiding van iets, zo gaat het tenminste bij mij meestal, anders gaat het zo van, nou moet ik per se met iemand praten en je hebt er misschien helemaal geen zin in...

2.8.10 C5: Nou, de oudste zoon van Marie-Anne. En de dochter, zou ik wel als vriend en vriendin willen. Daar heb ik ook dit toetsenbord van gehad.

2.8.11 C7:

Zou u nog meer vrienden willen hebben?

C7: Jawel hoor

Waarom zou u dat graag willen?

C7: dan heb je aanspraak!

Mist u dat wel eens?

C7: Een paar keer wel. Af en toe. Ik mis mijn ouders wel!

2.8.12 C7: Ik zou wel meer mensen willen leren kennen. Om het dammen.

2.8.12 C9:

Wat vind je leuk om te doen?

C9: spelletje doen!

2.8.13 C9: Ik zou wel meer vrienden willen hebben.

2.8.14 C11:

En zou u uw familie ook wel meer willen zien?

C11: Nou mijn zus tenminste wel, mijn neef ook hoor.

Hoofdlab 3 – Begeleiding

Sublabel 1: Contact met begeleiders

3.1.1 C1: Nee niet vaak, soms om medicijnen te brengen. Zo'n 1 of 2 keer per dag. Om 17.00 uur komen ze hier om eten te brengen. Dat koken ze dan beneden.

3.1.2 C1: Ja de begeleiding is erg aardig. Ik kan bij met Miranda ook erg goed opschieten. Zij is ook begeleidster op mijn werk, dus dan spreek ik haar aan wanneer er iets is.

3.1.3 C1:

Heb je met genoeg mensen goed contact?

C1: Ja, ik kan met iedereen van de begeleiding goed opschieten. Iedereen is even aardig. Dus wat dat betreft heb ik het wel getroffen hier. Ja ik weet ook niet hoe het anders verder met me had moeten, in dat huis, alleen... Dan had ik het van me jongste zoon moeten hebben dat hij een beetje naar me omkijkt. Maar verder had ik niemand gehad. Dus ik heb wel geluk. Ik heb een beschermengeltje bij me gehad denk ik.

3.1.4 C1: Er is altijd wel iemand hier die tijd voor je heeft. En anders kan je bellen. Als er echt iets is zou ik opbellen. Ik heb wel eens een woordenwisseling met G. gehad en toen heb ik kantoor gebeld. Dan vraag ik of er iemand hier komt om er over te praten. Want je moet niet met toestanden gaan zitten hier. Dat is niet leuk.

3.1.5 C3: Af en toe komen ze, maar ik doe heel veel zelf hoor. We doen boodschappen samen.

3.1.6 C4:

Wat doe je samen met de begeleiding?

C4: Ja, de dagelijkse dingen, schoonmaken en een beetje opruimen. Ook met boodschappen doen, met dat soort dingen. En.. Nou ja, ook met als er post is.... Er zijn ook cliënten die... Op verschillende manieren geholpen worden wanneer het een beetje ingewikkeld is. Ik kan wel goed met geld om gaan, maar niet met al die brieven.

3.1.7 C4: Ja nou ja, dat ik het, soms vind ik het een beetje te veel begeleiding. Ja nou dat. Ja, nou ja, dan ga ik het weer vergelijken met waar ik eerst woonde. Ik weet niet of dat verstandig is.

3.1.8 C5: Nou, de begeleiding die ik krijg, ben ik zeer tevreden over.

3.1.9 C8: Nou niet dagelijks hoor. Vandaag komt er dan wel iemand langs, maar dat is maar een paar uurtjes. Hebben we ook niet nodig, zoveel... We krijgen eigenlijk maar twee keer in de week begeleiding en dat is genoeg. Er zijn wel huizen waar ze heel veel komen hoor. Dat hebben wij niet nodig. We hebben wel eens leiding gehad die zich overal mee ging bemoeien, en daar kunnen wij niet tegen. Dan zeg ik 'daar is het gat van de deur'. Dan doen we het zelf wel. Dan bonjournen we ze er ook uit hoor. Als je je met ons gaat bemoeien. Wij moeten kunnen doen zoals we zelf willen. Kunnen we dat niet dan is daar het gat van de deur.

Nu gaat het gelukkig goed. En als het niet bevalt kunnen ze ook vertrekken.

3.1.10 C8: We hebben heel veel wisselingen gehad, heel veel. Daar wordt je niet blij om hoor. Daar heb ik veel moeite mee. Daar wordt je kriegel van. Nou, of die zich overal mee bemoeit. Bleh! Daar houd ik echt niet van hoor! Ik ben het van huis uit niet gewend. Toen moest ik ook alles zelf doen.

3.1.11 C8: Dat denken ze. Dat wordt vaak gedacht van mij. Dat ik niets kan. Dan zeg ik: „Maar ik kan meer dan jullie denken hoor!” Dat is niet prettig. Ik zeg 'Ik kan heus wel wat!' Jullie denken dat ik niks kan. Zo denken ze dan. Maar zo is het leven niet hoor, echt niet!

3.1.12 C8: Nou niet zo snel . Want ja. Dan krijg je te horen....Nou ja Sherpa mijn bellen? Eer die mij eens bellen en vragen! En zelfs als de leiding is.... Nou dan moeten wij maar raden wie er komt. Komt er niemand? Niemand weet het. Ik heb wel eens gehad dat ze 's middags belden welk werk. Bel dan 's middags als ik thuis ben nog een keer. Nee dat verdomden ze.

Daar heb ik wat woorden over vuil gemaakt hoor. Dan bel ik hun niet, dan zoeken ze het maar uit.

3.1.13 C8: Mij begeleider, na 30 jaar wordt ze hier zomaar weggerukt. Ja kan je begrijpen hoe moeilijk dat was. Hoe moet ik dat omschakelen? Dan kunnen mensen niet begrijpen dat sommige mensen niet in een keer om kunnen schakelen.

Hoofdlabell 4 – Wonen

Sublabel 1: Ambulant wonen

4.1.1 C4: Ik heb eerst... Ik woon hier... In 2012 ben ik verhuisd, van flat naar hier. Dat was van de woningbouw en dit is van Sherpa. Dat is het verschil. Toen had ik ook al een beetje begeleiding, maar nu iets meer begeleiding. In het begin viel mee, daar in die flat... De eerste jaren vielen mee, maar het ging langzaam aan slechter. Allemaal gezeur met burenruzies en geluidshinder. In het begin viel wel mee. De eerste paar jaar vielen we mee. Toen had ik ook nog werk. Maar op een gegeven moment had ik ook geen werk meer en dan ben je meer thuis. En dan zit je teveel op elkaars lip. We zaten elkaar te irriteren.

4.1.2 C4: Omdat het eigenlijk teveel uit de hand liep... Teveel burenruzies, kwam het één na het andere en kwam ik uiteindelijk hier terecht en ben ik verhuisd. Sherpa heeft... Met een soort....Nou ja, een soort... dat het urgent was. Met een soort, hoe heet dat nou? Een Indicatie? daarvoor gezorgd.

4.1.3 C5: Ik woon dus sinds 2007 in een appartement. Dat is eh, ik heb tegen mijn oud Po'er gezegd: „als ik dit appartement nu niet pak, kom ik nooit meer aan de beurt.”

4.1.4 C5: Ja, ik vind dit beter als groepswonen, absoluut. Je kan de deur achter je dichtdoen en erin komen wanneer je zelf wil.

Sublabel 2: Groepswonen

4.2.1 C1: prima, ik heb het hier erg naar m'n zin!

4.2.2 C2: Voordat m'n ouders kwamen te overlijden ben ik hierheen gegaan want ik denk als die weg zijn sta ik helemaal alleen, toen was m'n jongste broer net uit de deur ik denk dan sta ik straks helemaal alleen, dus daar heb ik het voor gedaan. Ik ben bij een dokter geweest en die heb het voor mekaar gekregen. Dus 3,5 jaar onder behandeling van de dokter geweest en toen heb ik voor mekaar gekregen om hier te komen. Ja voor m'n ouders weg zijn, weten jullie een plek of zo? Ik heb er meteen maar achteraan gezeten, als ik dat niet had gedaan dan had ik alleen gestaan, nou wat heb je dan, alleen... Daar heb je nergens wat aan hoor, alleen... Echt niet.

4.2.3 C5: Op een groep wonen is me bitter tegengevallen.

4.2.4 C10: Nou, ik woon hier. Dit is een goed huis, we doen veel leuke dingen. We gaan veel dagjes uit. Heel veel dagjes uit. We hebben een meneer ja, en die heet Adrie, en die gaat met ons met de mensen zoals Millie.

4.2.5 C10: Ja, het is hier heel leuk. Ik wil helemaal niet weg hier. En, nou dan gaan we daagjes uit, leuke dingen gaan we doen. En vrijdags gaan we dagjes uit.

4.2.6 C10: Met de groep zijn we op vakantie geweest en een dagje uit geweest en we zijn naar het paleis van het koningshuis geweest, naar 'het Loo', en naar de dierentuin geweest, boodschappen gedaan en naar de stad geweest...

4.2.7.C11:

En hoe is het om hier te wonen?

C11: Leuk!

Sublabel 3: Contact met medebewoners

4.3.1. C1:

En je zei dat je hier woonde met P. en G.? Kun je goed met hen opschieten?

C1: „Ja best wel.”

4.3.2. C1: we hebben zo'n kastje van fox-sports van eredivisie en dan kijken we voetbalwedstrijden met elkaar in de weekenden.

4.3.3 C2: Ja, we wonen gezellig met elkaar hier, dus dat scheelt. (...) Kijk, we laten elkaar in de waarde, en ik laat iedereen rustig gaan. Dan heb je nooit wat, dat moet je houden zo. Gewoon iedereen in z'n eigen waarde laten.

4.3.4 C2: Ja, ik heb hier veel steun gelukkig.

4.3.5 C6: Met de mensen? Nou... Als je donderdag en vrijdag hier, kan je rustig zeggen, daar wordt je gewoon... gek van. Ze vragen alles aan je.

4.3.C11:

Is dat leuk om met andere mensen in een huis te wonen?

C11: Ja.

Vindt u dat fijn?

C11: Ja.

Oké. En kunt u goed met de mensen opschieten?

C11: Jazeker!

Sublabel 4: Contact met de wijk

4.4.1 C4: Ja nou ja, ik praat wel op het steunpunt met hem (de buurman), vorig jaar ben ik wel op de verjaardag geweest, ik heb er niet zoveel zin meer in. Ik hoef ook niet perse ik vind het ook

niet erg als hij op mijn verjaardag komt, daar maak ik ook geen punt van. Het ene jaar doe ik er niks aan, het andere jaar wel.

Hoofdlab 5 – Dagbesteding

Sublabel 1: Werk

5.1.1 C1: Ik werk 3 ochtenden in de week en daarna slaap ik meestal even en ga televisie kijken, dan is de dag alweer om. Ik werk in een supermarkt, bij Attent hier in Hilversum. Dat is een kleine supermarkt en daar werken mensen met een verstandelijke beperking. Dat heb ik wel niet, maar ik ben hier toch omdat ik eigenlijk een beetje ondersteuning nodig had. Maar ik werk ook met mensen met een verstandelijke beperking.

5.1.2 C1: Op mijn werk, het zijn allemaal mensen met een beperking hé, je kan niet altijd met ze praten. Ik kan niet echt een gesprek met ze voeren.

5.1.3 C4: Ja ik ben dan nu zestig jaar. Officieel werk je dan nog, hé... Maar ja, goed. Er zijn wel meer mensen... Mijn broer heeft nu ook bijvoorbeeld geen werk.

5.1.4 C6: Ik werk drie dagen in de week. Op de Zonnewijzer. Het is een dagbesteding.

5.1.5 C10: Ik werk bij Pakt, daar maak ik boeken. Dan gaan we dat (de kaft) afscheuren, netjes afscheuren en dan gaan we zelf een tekening maken. We maken tekeningen van ons zelf en verkopen daar. En die boeken weet je wel. Als je oude boeken hebt, en je vindt het zonde om weg te gooien, die zijn helemaal kapot, dan maken wij ze weer mooi. Nou als je de hele dag boeken doet weet je wel. Vind ik ook wel leuk hoor. Ik moet altijd schuurbladen doen en gaatjes maken. Ik doe dan vooral scheuren en gaatjes maken. Ik zal eens stoppen ik ben 65. Maar ze zeiden tegen mij; 'Ze kunnen je niet missen daar. Je doet veel. De mensen zullen ook verdrietig wezen.' Toen ik op vakantie was, geweest een week, een week toen Moet je is kijken.

5.1.6 C11:

En wat doet u dan voor werk?

C11: Ik werk achter de kassa.

In wat voor winkel?

C11: Bij Attent.

Sublabel 2: Vrije tijd en hobby's

5.2.1 C3: Ja, bijvoorbeeld fietsen. Ik ben een paar dagen geleden naar m'n moeders graf geweest. Of ik ga de jongens bij langs in Laren, waar ik gewerkt heb. Kent u Laren?

5.2.2 C3: Ja, en diezelfde avond eet ik op het steunpunt! Gisteren ook gedaan. Ja daar komen meer jongens bij he. Enne, ja, ehm, vanalles, mensen die ook bij Tomin gewerkt hebben ofzo.

5.2.3 C3: Ik verveel me nooit. Offe, ja, of ik luister CD's. Bijvoorbeeld als het nou glas is, spekglad en ik kan niet de deur uit, dan luister ik CD's.

5.2.4 C4: ik ga nu naar een dagbesteding. Dat is een kringloopwinkel. Waar je tweedehands allemaal dingen kan kopen. en dan is er ook een soort buurthuis en daar hebben ze dan één keer in de maand een discoavond en een paar weken geleden hadden we bingo. Een bingomiddag Vorige week was er dan een talentenshow. Ja daar heb ik dan niet aan mee gedaan. (Lachend) Alleen gekeken!

5.2.5 C4: Ja , ik vind muziek wel leuk. CD's... Overdag doe ik CD's draaien, tv kijken en, tja....

5.2.6 C5: Nou, ik heb gevoetbald bij ... in En line-dance, dat doe ik voor het 10^e seizoen. Ik heb zelfs al wel is een oorkonde binnen gesleept! We oefenen 1x in de week. Ik heb ook twee stijldans-diploma's, brons en zilver. Maar 1x toen moesten we die dans met die hoge sprong doen en toen kwam ik op mijn achterwerk terecht, dat is pijnlijk hoor, wat je dan voelt. (...)Toen ik op de Utrechtseweg zat, deed ik korfbal. Scouting begonnen, van mn 6^e tot mn 18^e. Toen ben ik gaan korfballen. Daarna kwam het voetballen. Zat ik in de G2. Die G staat voor gehandicapten he. Bij de korfbalvereniging hebben we zelfs Nederlandse kampioenschappen gespeeld!

5.2.7 C5: Ja, ik ga voor een lekker bakkie, of naar de linedance, nou dan ben ik al 2 dagen kwijt. En eten op het steunpunt. 's maandags ben ik bij M-A. Dinsdag bij Tineke. Woensdags ga ik naar koor, schilderijen maken, computeren...

5.2.8 C11: Ik dek de tafel en ik heb een computer op mijn kamer.

Overzicht labels uit interviews begeleiders

	Hoofdlabels		Sublabels
1.	Doelgroep 'senioren met een licht verstandelijke beperking'	1. 2. 3. 4.	Kenmerken van deze doelgroep Verschillen met "normale ouderen" Omgaan met senioren met een licht verstandelijke beperking Kenmerkend voor het werken met senioren met een licht verstandelijke beperking
2.	Eenzaamheid	1. 2. 3. 4. 5. 6.	Is er sprake van eenzaamheid onder senioren met een licht verstandelijke beperking? Signalen van eenzaamheid Waarom hebben zij verhoogde kans op eenzaamheid Knelpunten in het omgaan met eenzaamheid Hoe wordt er omgegaan met eenzaamheid? Verschil ambulant en 24-uurs zorg
3.	Netwerk	1. 2. 3. 4.	Wijk Vrijwilligers Familie Vrienden
4.	Hulpverlening/begeleiding	1. 2. 3.	Belangrijke thema's binnen de begeleiding Knelpunten in de begeleiding Verbetermogelijkheden & tips voor Sherpa

--	--	--	--

Hoofdlab 1 - Doelgroep senioren met een licht verstandelijke beperking

Sublabel 1: Kenmerken van deze doelgroep

1.1.1 B1: Mensen met een licht verstandelijke beperking stralen wel uit dat ze heel veel snappen, maar als je met ze in gesprek gaat blijkt dat ze het niet snappen. Het kan zijn dat je te snel praat, te veel praat, moeilijke woorden gebruikt, dat komt niet bij hun binnen.

1.1.2 B2: Dat ze qua niveau best wel eens overschat worden... Ze wonen zelfstandig, mensen denken dan dat ze het heel goed zelf kunnen. Als je ze begeleid zie je valkuilen en als je niet begeleid zie je dat ze thuis blijven en het netwerk wordt steeds kleiner.

1.1.3 B3: Ze worden in de maatschappij overschat door een lager IQ . Ze worden aangezien als normale mensen en door het soms niet begrijpen hoe iets werkt worden ze nog wel eens raar aangekeken of krijgen ze opmerkingen.

Sublabel 2: Verschillen met "normale ouderen"

1.2.1 B1: Wanneer mensen licht verstandelijk beperkt zijn, wonen ze vaak alleen, als je ziet dat ze ouder worden kunnen ze niet meer alles altijd zo goed aan. Dan heb ik het met name over de ADL. Dan zou je hen meer uren moeten geven maar die krijgen ze dan niet. Je zou willen zien dat ze verhuizen naar een huis met 24-uurs zorg, maar voor de cliënten is dat lastig want ze zijn gewend om jaren lang alleen te wonen en dan wordt je opeens uit je huis gezet. Dat is moeilijk voor hen om te relativeren. Dat is lastig. Welke overweging ga je maken? En sommige ook qua gezondheid. We hebben een cliënt die is pas 54, maar gezondheid oogt veel ouder, heeft ernstige vorm van COPD. Die krijg je niet zomaar uit zijn huis, want hij vindt dat hij prima voor zichzelf kan zorgen, en wie zijn wij om hem te laten verhuizen?

1.2.2 B2: Mensen met een LVB zijn mensen die het eigenlijk nog moeilijker hebben. Ze hebben al een achterstand en passen eigenlijk niet in de snelheid van de maatschappij meer. Iemand met een beperking, dat klinkt heel raar, maar die gaat lichamelijk sneller achteruit als wij. Maar geestelijk stopt op een gegeven moment ook het niveau. Dan gaan ze eerder terug dan dat ze vooruit gaan. Dan zijn ze ook niet meer leerbaar. Het gevolg is dat ze de maatschappij niet meer

bij kunnen houden. Dat zie je toch ook al met oudere mensen. Wij gaan steeds sneller en die mensen gaan stil staan. Bij hun is dat nog eens extra en daar moet je heel alert op wezen.

1.2.3 B2: Als je ziet bij mensen met een beperking wordt er al gesproken van senioren als ze 50 zijn. Terwijl wij senioren pas vanaf 65 zo noemen. En dan heb je ook nog mensen die zijn functioneel bejaard. Die kunnen lichamelijk en geestelijk niet met hun leeftijd genoten mee. Die krijgen klachten daardoor en die worden dan functioneel bejaard genoemd. Dus die vallen daar dan ook weer onder. En dat kunnen zelfs mensen van 40 zijn.

Sublabel 3: Omgaan met senioren met een licht verstandelijke beperking

1.3.1 B1: Het is belangrijk en kenmerkend voor deze doelgroep dat je op een rustige toon praat hele korte zinnen en begrijpende woorden.

1.3.2 B1: Soms zijn woorden vaak moeilijk te begrijpen, daarom werken we ook wel vaak met picto's. Over eten bijvoorbeeld. Dan hebben we een plaatje van bloemkool en andijvie. Wat ik zelf ook veel doe is de agenda gebruiken. Samen schrijven we dan in de agenda, en we komen er elke keer weer op terug. Dat is echt kenmerkend bij deze doelgroep, veel herhalen.

1.3.3 B2: We zijn geneigd om erg abstract te spreken in plaats van concreet. Dan krijg je een opdracht en daarin zie je pas waarmee je bezig bent. Dat je helemaal niet concreet bent en dat het alleen nog maar moeilijker wordt wat wij willen. Vaak kijk je van 'wat willen wij?' maar de bedoeling is 'hoe ziet de cliënt het?' Wat wij willen..., en waar vindt je de overeenkomst door duidelijk te zijn en veiligheid te bieden?

1.3.4 B2: Ze kunnen ook maar een opdracht tegelijk aan. Praat met korte zinnen, niet in zinnen met komma's... Moeilijk, want wij zijn gewend breedspakig te zijn.

E1.3.5 B3: Het grootste verschil vind ik dat de groep LVB met wie ik werk zelfstandig wonen. Ik ben hierdoor afhankelijk van hun medewerking. Zij hebben immers de keuze; doe ik mijn deur wel open of niet voor de begeleiding. Hierdoor ben ik veel meer bewust bezig met mijn begeleidingsstijl aan te passen op het niveau van de cliënt.

Hoofdlab 2 - Eenzaamheid

Sublabel 1: Is er sprake van eenzaamheid onder senioren met een licht verstandelijke beperking?

2.1.1 B1: Ik denk niet bij allemaal. Sommige mensen zijn er bij gebaat alleen te wonen die hoor ik nooit zoveel over eenzaamheid. Bijvoorbeeld een man van 60 is behoorlijk autistisch en die vind dat prima. Alles wat je aanklaagt om te doen is hem eigenlijk al teveel. Wij zijn heel blij dat

we daar 3x in de week een uurtje mogen komen dus die hoor ik nooit over eenzaam zijn. Een andere cliënt houdt heel veel van gezelligheid, die zou nooit uitspreken dat hij eenzaam is maar je merkt wel dat hij altijd het contact met ons opzoekt.

2.1.2 B2: Ja, absoluut.

E2.1.3 B3: Bij de cliënten die zelfstandig wonen is er zeker eenzaamheid.

Sublabel 2: Signalen van eenzaamheid

2.2.1 B1: Soms zie je wel dat ze zichzelf vervuilen. Dat zie je ook. Koppel ik ook aan een stukje eenzaamheid.

2.2.2 B2: Vaak in emotie, lichamelijke klachten. Iemand die altijd zijn leven lang gewerkt heeft, 65 wordt, thuis komt te zitten en dan een heel klein stukje om zich heen heeft maar niet meer een bezigheid heeft. Niet echt afscheid kunnen nemen van zijn werk. En daarnaast krijgt ie dan lichamelijke klachten. En dat weerhoud hem weer om hem weer in het vrijwillige netwerk te sturen. Dat zie je heel vaak gebeuren. 'Ze krijgen lichamelijke klachten, komen niet meer naar buiten, zijn moeilijk te motiveren.'

2.2.3 B2: Je ziet het ook in hun dag stramien. Als iemand normaal om 8.00 uur op staat, gaat ontbijten, naar zijn werk gaat 's middags nog door en komt thuis, die heeft een dagprogramma. Iemand die helemaal thuis komt te zitten en eenzaam is. Die blijft zo lang mogelijk in z'n bed. En die gaat er 's avonds liefst zo vroeg mogelijk er weer in. Doet niets...

E.2.2.4 B3: verveling, langdurig op bed blijven liggen, drankgebruik, clement gedrag, achteruitgang zelfzorg.

Sublabel 3: Waarom hebben zij verhoogde kans op eenzaamheid?

2.3.1 B1: Dat denk ik wel. Kijk ze liggen natuurlijk vaak moeilijk inde maatschappij omdat zij denken: 'Wat gedraagt hij zich debiel.' Het dringt niet tot hen door dat deze man een beperking heeft. Daardoor worden hun contacten minder en raken ze in een isolement. Dat past wel bij deze doelgroep. Je wordt niet altijd zo begrepen.

2.3.2 B2: Doordat ze zich moeilijk aan kunnen passen aan de snelheid van de omgeving. Er is ooit eens een pilot geweest door mensen met een beperking in een bejaardenhuis te zetten. Maar dat integreert niet met elkaar.

E3.3.3 B3: De familie wordt ook ouder of overlijden. De sociale controle is er niet meer zoals dit vroeger was(burenhulp).

Sublabel 4: knelpunten in het omgaan met eenzaamheid

2.4.1 B1: Dat heeft met tijd te maken. Dat je echt te weinig uren hebt. En soms is het ook wel eens een vergissing, dat je denkt dat cliënten wel zelfstandig kunnen wonen en dan wonen ze zelfstandig en dan blijkt dat het toch te hoog gegrepen is. Dat mensen dan vereenzamen.

2.4.2 B2: Als je netwerkje opzet voer je nog wel eens een strijd want ze zijn heel, heel star. Ze hebben een pad waar ze op lopen en zijwegen zijn dan heel moeilijk. Een voorbeeld is; We hadden iemand die had een bowlingclubje, maar één kon niet want die had een verjaardag. Nou dan is het gelijk al helemaal 'dan doe ik het niet meer'. En dan stoppen ze er ook mee. Dan kan je doen wat je wil als begeleider maar dan stoppen ze er gewoon mee. Nou dan is het 'hup netwerk weer verkleint'.

2.4.3 B3: Doordat je maar 1x per week bij de cliënt thuis komt heb je bijna geen zicht op zijn doen en laten.

Sublabel 5: Hoe wordt er omgegaan met eenzaamheid?

2.5.1 B1: Ze willen wel maar de drempel is vaak zo hoog. Ik ben nu met een autistische man van 60 bezig, hij wil al heel lang naar een computercursus. Hij wil er niet alleen naar toe, wel samen met mij. Het gaat om de gezelligheid met elkaar. Je moet vaak samen iets gaan doen met ze.

2.5.2 B1: Door ze misschien toch meer aan te bieden. Samen een tante bellen, ik noem maar wat. Misschien is het leuk om samen een afspraak te maken met een tante. Of met die computercursus... Of we gaan een keer naar het terrein en daar is een kringloopwinkel. Stad. Even het eerste stapje zetten... Uit hun huisje halen. Dat ze ervaren: 'Goh het is best leuk...'.

2.5.3 B1: Het is ook wel onze taak omdat netwerk in stand te houden en te verbreden daar zijn ze zelf niet heel goed in.

2.5.4 B2: Omdat je hier allemaal solo werkt hebben we geregeld een sub-overleg dus dan heb je een werkoverleg met het team wat op het huis werkt. Dus daar bespreek je ook weer waar je tegen aan loopt, wat je ziet gebeuren. Wat zijn de lichamelijke klachten? Wat kunnen we er aan doen? Wie kunnen we aanschieten om hulp in te roepen? Want dat heb je wel nodig.

2.5.5 B2: Sowieso ga je kijken of je contacten kunt leggen. We hebben een consult en we zoeken de vrijwilligerscentrale op van 'Goh hebben jullie een wandelbuddy of hebben jullie iemand die

het leuk vindt om met iemand te koken?’ Dan hoop je maar dat er iets van de grond komt. Maatschappelijke initiatieven willen ook nog wel eens een aanzet zijn om mensen uit de eenzaamheid te trekken. Daarin zijn ze toch goed bezig. Het steunpunt, we proberen regelmatig hier te laten aanschuiven. Als je hier als steunpunt een vriendendienst doet en de wijk in gaat en zegt ‘kom lekker een kopje koffie drinken!’.

2.5.6 B2: We proberen wel een netwerk eromheen te bouwen dat kan zijn in gelijkgestemd niveau. We proberen wel iets te bouwen zodat ze niet achter de geraniums komen te zitten.

2.5.7 B2: ..Die vinden het heel lekker om in hun eigen ruimte zitten. Daar moet je ook niet iets mee willen doen, dat moet je gewoon respecteren. Maar als je echt ziet dat iemand er ongelukkig van wordt, van alleen zijn. Dan moet je iets gaan ondernemen.

E2.5.8 B3: We proberen dit te ondervangen door vrijwilligers, dagbesteding, activeren om bij activiteiten aanwezig te zijn, passende instanties inschakelen.

Sublabel 6: Verschil ambulant en 24-uurs zorg

2.6.1 B1: Ja dat is een groot verschil. Iemand met 24-uurs zorg in een groepswoning, daar is altijd personeel aanwezig. Als ze een zorgvraag hebben kunnen ze gelijk op actie overgaan. En deze cliënten, ja daar kom je dan echt op afspraak. Er zitten er een paar in de basiszorg dat wil zeggen als je een vroege dienst hebt ga je wel een paar cliënten af om medicijnen te geven, of om te kijken of ze fatsoenlijk schoon naar hun werk gaan. Dat zijn mensen die je elke dag ziet maar een groot aantal zie je ook minder.

2.6.2 B2: Ik heb natuurlijk in de 24-uurs zorg gewerkt, met senioren. Het verschil is dat die mensen het niet meer zo belangrijk vinden om naar buiten te moeten. Want ze hebben een leefgroep met minimaal 7 mensen waar ze bij wonen. Dus die gezelligheid, daar zorgt de begeleiding voor. Je moet dan alleen wel zorgen dat het geen sleur wordt. En er is gewoon voor dat soort mensen ook nog wel, op basis van vervoer, mogelijkheid om naar dagbesteding te gaan. Dat is het voordeel van mensen met die zichtbare beperking. Daar wordt eerder geaccepteerd dat er iets speciaals georganiseerd wordt als deze mensen die toch wel vrij zelfstandig proberen te blijven.

Hoofdlabel 3 - Netwerk

Sublabel 1: Wijk

3.1.1 B2: Maar je kan ook proberen, en daar zit ik nu momenteel in, om in 'kerkelanden leeft' om de wijk te mobiliseren en te socialiseren om samen met cliënten die in de wijk wonen iets te ondernemen. En er staat nu een paaswandeltocht op het programma.

3.1.2 B2: Ja je zou de wijk inderdaad, wat wij hier proberen te doen, met hele kleine stapjes, de wijk te mobiliseren om iets met de cliënten in de buurt te doen. Dat gebeurt wel, maar sporadisch.

3.1.3 B2: En wat we hier dan doen is wat clubjes op te been proberen te helpen om ook daarin de wijk te betrekken.

Sublabel 2: Vrijwilligers

3.2.1 B2: Mensen doen het vaak uit liefdadigheid dat ze wat willen doen met deze mensen. Maar vrijwilligers zijn sporadisch te vinden terwijl er een heleboel zijn.

Sublabel 3: Familie

3.3.1 B1: Als je voorstelt naar iemands broer te gaan is dat allemaal niet nodig. Wat wel werkt is samen het netwerk verbreden, samen naar familie gaan. Alleen op hun doel af gebeurt niet heel snel.

Sublabel 4: vrienden

3.4.1 B2: Dan heb je natuurlijk ook de jongeren nog. Die zoeken hun ding in het dorp of met vrienden dus die hebben gewoon hun eigen leven. En dat hebben mensen die wat ouder zijn niet.

Hoofdlab 4 - Hulpverlening/begeleiding:

Sublabel 1: Belangrijke thema's binnen de begeleiding

4.1.1 B1: Je doet het bij deze cliënten niet gauw goed. Maar je moet de momenten ook pakken en dat is als het goed gaat .als je dit werk doet moet je niet denken ik ga hun vriend worden. Zo werkt dat niet. Ze hebben ook al zoveel begeleiders gezien door de veranderingen van de organisatie bv. zo'n band bouw je niet zo snel op. Het is goed dat wij professioneel blijven en hun netwerk verbreden.

M: Over de negatieve dingen daar hebben ze macht over. Ze vinden het stoer om te zeggen waar ze het niet mee eens bent. Ze functioneren op kleuterniveau: ik ben het er niet mee eens, dat wil ik niet, stomme moeder... dat hebben hun ook maar dan op volwassengebied.

4.1.2 B1: Ja, dat is wel ons doel ook, om het samen te doen. Niet alles uit handen te nemen.

E4.1.3 B3: Overschatten, zelfzorg (er wordt bijvoorbeeld verwacht dat zij kunnen eten koken en kunnen schoonmaken), eenzaamheid.

Sublabel 2: Knelpunten in de begeleiding

4.2.1 B1: We hebben behoorlijk wat ruzies op moeten lossen dat de maatschappij hen niet begrijpt. Ze gedragen zich niet altijd netjes!
ze zijn natuurlijk over het algemeen wel snel prikkelbaar en boos en steken de middelvinger op of lopen te vloeken op straat. Dan denken mensen ook van: 'Ho is even doe jij eens normaal!' Dan kan het wel eens escaleren.

4.2.2 B2: Dat er weinig integratie mogelijkheden zijn voor deze mensen. Mensen doen het vaak uit liefdadigheid dat ze wat willen doen met deze mensen. Maar vrijwilligers zijn sporadisch te vinden terwijl er een heleboel zijn. Ze worden eenzamer he, wat net als wij wanneer wij ouder worden wordt het netwerk er omheen kleiner. En bij hun is het nog eens moeilijker; ze willen eigenlijk bij de normaal denkende, grof gezegd, horen. Maar daar worden ze vaak niet in geaccepteerd en dan belanden ze daar in een groepje maar ook daar zijn afvallers tussen. Het is heel moeilijk om een netwerk om mensen heen te bouwen die licht verstandelijk beperkt zijn en ook nog eens ouder worden.

E4.2.3 B3: Dat de cliënten met wie ik werk verbaal sterker over komen dan ze in werkelijkheid zijn.

Sublabel 3: Verbetermogelijkheden & tips voor Sherpa

4.3.1 B1: Om het niet te laten zoals het is. Er zijn natuurlijk wel erg veel in gesprek met elkaar spraken regelmatig gedragsdeskundigen in dan krijgen wij ook weer goede tips... dat is ook wel goed. Er zitten goede ontwikkelingen in.

4.3.2 B1: „Alert blijven. Je zicht verbreden. Niet het allemaal vanzelfsprekend vinden zoals het gaat. Goed blijven kijken naar je cliënten. Het is echt aan ons om te signaleren. Vanuit het hoofdkantoor zien ze niet dat het bijvoorbeeld aan de Marconistraat minder goed gaat met de cliënt. Het is echt een taak voor begeleiders.”

4.3.3 B2: Alleen voor de mensen die ambulant wonen... Die zijn echt afhankelijk van het steunpunt. Waar moeten ze gezelligheid zoeken als ze het zelf niet kunnen? Dus eigenlijk zou er voor die categorie LVB ook iets georganiseerd kunnen worden. Wij hebben wel de vriendenkring

hoor, dat is in de (naam)... Maar dat is eigenlijk alleen maar in deze wijk. Daar komen weinig anderen omdat ze snel denken 'Dat zijn mensen met een beperking en daar hoor ik toch eigenlijk niet bij.' Dan heb je natuurlijk ook de jongeren nog. Die zoeken hun ding in het dorp of met vrienden dus die hebben gewoon hun eigen leven. En dat hebben mensen die wat ouder zijn niet. Veiligheid op straat... Ik vond het moeilijk om te bepalen wat Sherpa nu moet ondernemen voor die mensen. Omdat het heel moeilijk peilbaar is. Je kan wel wat ondernemen maar wie weet hoeveel mensen daar helemaal niet op af willen komen?

E4.3.4 B3: De doelgroep senioren met een licht verstandelijke beperking bij elkaar laten wonen. Wel ieder een eigen appartement met een mooi steunpunt met begeleiders erbij waar iedereen Komt ontbijten, lunchen en dineren. Er is hier een huiskamer waar de cliënten gezelligheid ervaren en zich terug kunnen trekken als ze dit zelf willen in hun appartement.