

“Het is goed om op de hoogte te blijven van de moderne techniek”

Dedemsvaartse ouderen skypen en facetimen

“Ideaal, zo'n iPad”, vindt Sari Meerman. “Ik skype regelmatig via de computer met mijn schoonzuster in Australië, maar mijn vingers willen niet zo best meer. Zo'n iPad is veel kleiner en lijkt me daarom veel handiger.” De Dedemsvaartse 80-plusser is één van de deelnemers aan het project Lifelong Living Online, een onderdeel van het Europese project iAge.

iAge draait om het zoeken naar oplossingen voor de problemen die de vergrijzing in heel Europa met zich meebrengt. Het project in Dedemsvaart (gemeente Hardenberg) richt zich op de inzet van moderne middelen om ouderen langer zelfstandig te laten wonen. In een eerder stadium van het project is onderzoek gedaan naar de behoefte van ouderen. Hieruit bleek dat ouderen graag zelfstandig blijven wonen, maar niet gauw denken aan techniek als een oplossing hierin. In drie deelprojecten gaan ouderen in Dedemsvaart aan de slag met moderne techniek om te kijken welke middelen bij kunnen dragen aan langer zelfstandig en comfortabel wonen. De gemeente Hardenberg werkt hierin samen met Carinova, De Stuw en Baalderborg Groep en de Huisartsengroep Avereest.

Onmisbaar voor ouderen Onlangs kregen Sari Meerman en een kleine twintigtal medecursisten een iPad uitgereikt, waarmee zij hun veiligheid en sociale contacten kunnen vergroten én gemakkelijk kunnen overleggen met hun artsen en zorgverleners. Projectleider Bé Prenger is enthousiast over het project. “Binnen het iAge-programma zoeken we naar allerlei manieren waarop ouderen zolang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen”, vertelt hij. “Communicatie via de moderne media lijkt ons daarvoor een heel goed hulpmiddel. Om erachter te komen welke manier dat het best werkt, gaat een groep ouderen een half jaar lang aan de slag met de iPad. In totaal

doen ongeveer vijftig ouderen mee aan meerdere projecten. Zij worden geholpen door vrijwilligers die hen wegwijs maken op de iPad.” Volgens Prenger zijn de moderne technieken onmisbaar voor de hedendaagse oudere. “Binnen iAge steken we in op veiligheid, sociale contacten en dienstverlening. Op het gebied van de veiligheid zijn er bijvoorbeeld veel mogelijkheden. Zo kunnen we bewegingsmelders installeren die ervoor zorgen dat de lampen automatisch aangaan als er 's avonds iemand door het huis loopt. Bij de voordeur plaatsen we een camera die in contact staat met

de iPad. Wanneer er iemand aanbelt, kan de bewoner op de iPad zien wie er voor zijn deur staat”, zegt de projectleider.

Skypen met Australië
Om eenzaamheid te voorkomen of te verminderen, leren de deelnemers om te skypen en te facetimen. “We oefenen daarvoor tweemaal per week met leden van de groep onderling en eenmaal per week kan er geskyped worden met de buurtkamer in Dedemsvaart. Wanneer mensen dit onder de knie hebben, kunnen ze skypen met wie ze maar willen.” Volgens Sari Meerman is skype de uitvinding van de eeuw. “Het is zo mooi dat je elkaar kunt zien terwijl je praat”,

Digitale overlegtafel

Ook dienstverlening komt aan bod en dat is de reden dat Riekie Sieljes meedoet aan het project. Nu ze ouder wordt en net als haar leeftijdsgenoten vaker de hulp nodig heeft van huisarts, fysiotherapeut of apotheker, lijkt haar vooral het programma ZWIP ideaal. “ZWIP is een digitale overlegsituatie waarin je als

oudere centraal staat”, vertelt ze. “Je mag zelf bepalen wie je uitnodigt aan deze overlegtafel, je huisarts, je specialist, je apotheker, de fysiotherapeut, de thuiszorg, je kinderen, noem maar op. Al je medische gegevens worden opgeslagen binnen ZWIP en iedereen die ze nodig heeft kan erbij. Op het moment dat je door ziekte de deur niet meer uit kunt, dan skype je even met je huisarts voor een consult of je vraagt de apotheker of hij je medicijnen kan komen brengen of de fysiotherapeut welke oefeningen je moet doen om wat soepeler te worden. Dat lijkt me echt geweldig handig.”

Harry Bennink kijkt nauwlettend toe hoe zijn echtgenote de eerste stappen zet in de digitale wereld. “Zelf heb ik een computer en een laptop, daar kan ik alles mee. Maar voor mijn vrouw is alles nieuw”, vertelt hij. “Daarom hebben we ons opgegeven voor dit project. Zij kan op deze manier leren met de table om te gaan en ik volg het programma gewoon op mijn eigen laptop. Het is goed om op de hoogte blijven van de moderne ontwikkelingen, met name op medisch gebied. Het is nu nog niet nodig maar mocht het ooit zover komen dan is het handig dat je zo'n programma als ZWIP al kent.”

Door Erna Ekkelkamp

