

2 onder 1 kap jaren '70

Kenmerken van woningen uit de jaren zeventig zijn de nadruk op de menselijke maat, kleinschaligheid en variatie. De twee-onder-een-kapwoningen zijn ruime eengezinswoningen met een grote woonkamer, een verdieping met ruime slaapkamers, een zolderverdieping, een oprit met garage, en een voor- en achtertuin.



De woningen zijn meestal van baksteen en hebben een pannendak. De daken kunnen erg variëren. Soms zijn ze plat, schuin, of schuin en plat; soms zijn het kortere en dan weer langere dakvlakken. Deze jaren zeventig woningen waren de eerste woningen die houten kozijnen hadden met dubbel glas. Overigens werd dit alleen op de begane grond toegepast, en kregen de verdiepingen nog enkel glas. De betonnen vloeren in de woning werden enigszins geïsoleerd, en ook de daken hadden isolatie. Centrale verwarming was destijds al wel standaard geworden. De garages waren enkelsteens opgetrokken, niet geïsoleerd en hadden een houten dak. Soms staan er schuurtjes of bergingen aan de straatzijde.

Een woonhuislift

Bij deze woning laten we een alternatief zien voor de traplift: de woonhuislift. Door het toepassen van een woonhuislift (afmeting 1,48 x 1,50 meter) blijven alle ruimtes bereikbaar voor een rolstoel.

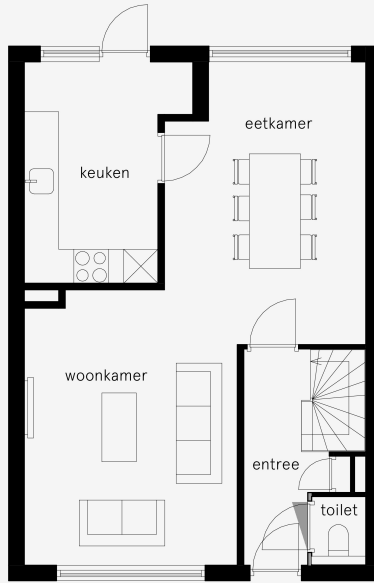
Daarnaast blijven de bestaande badkamer en slaapkamer ook bereikbaar en hoeft er geen aanbouw aan de achterzijde te worden gemaakt.

Eigenschappen

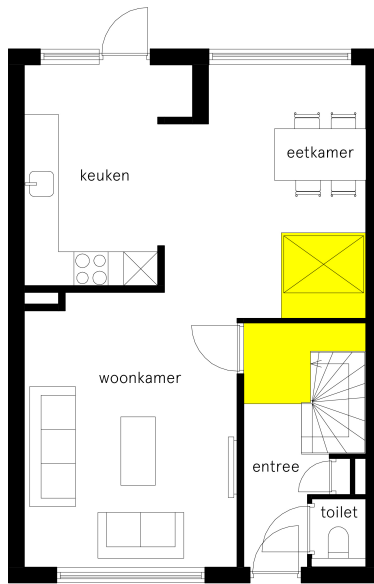
Prijsindicatie	€41.500
Soort oplossing	begane grond, slaapkamer

Langer thuis
in eigen huis

voor

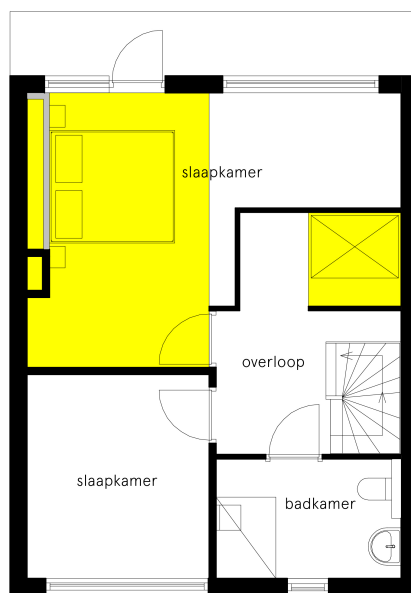


na





na



Situatie huislift op de begane grond (afbeelding 1)

Om de entree van de woning rollator- en rolstoelvriendelijk te maken, is het halletje verlengd. Hierdoor ontstaat ruimte voor een draaicirkel (max. 1,5 meter).

Situatie huislift op de eerste verdieping (afbeelding 2)

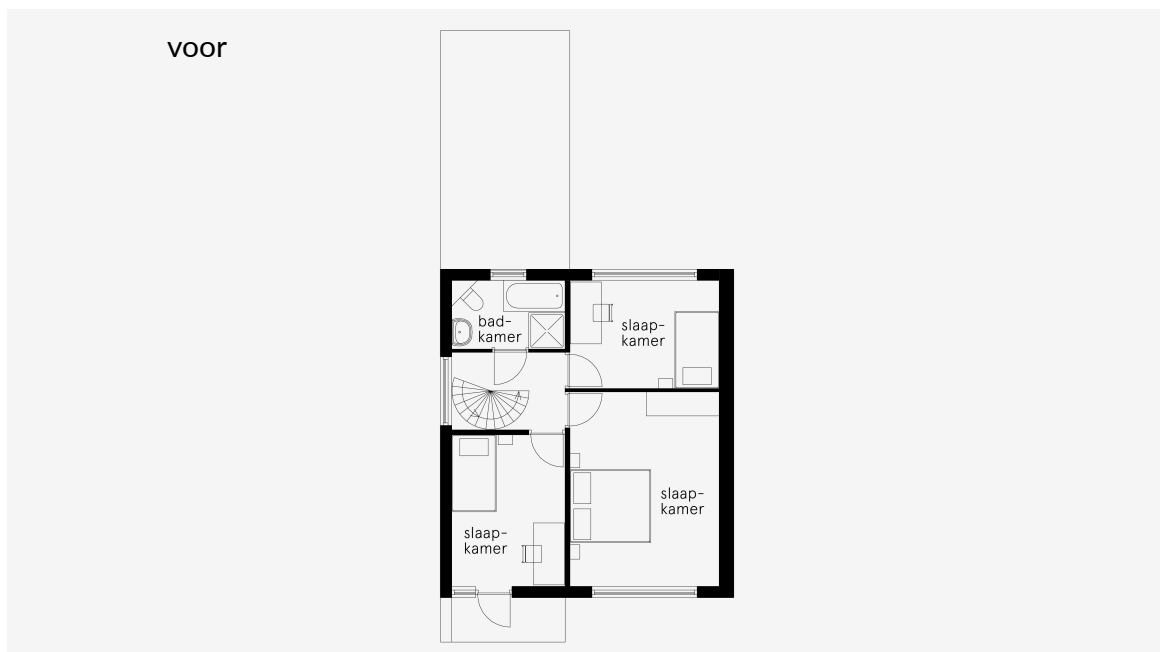
Voor het plaatsen van een woonhuislift wordt een slaapkamer aan de achterzijde opgeofferd en deels aan de overloop toegevoegd. Het andere deel wordt bij de ouderslaapkamer getrokken en kan bijvoorbeeld gaan dienen als inloopkast.

Vergroting badkamer

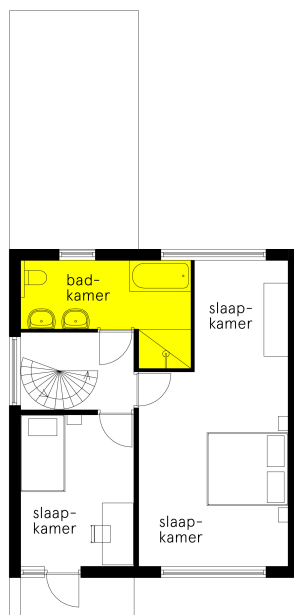
De huidige badkamer in deze twee-onder-een-kapwoning uit de zeventiger jaren is volledig uitgerust met bad, douche, wastafel en toilet . Maar deze badkamer is niet geschikt om te betreden met een rollator.

Eigenschappen

Prijsindicatie	€22.000
Soort oplossing	badkamer



na



Langer thuis

in eigen huis

Deze badkamer kan eenvoudig geschikt gemaakt worden voor rollatorgebruik, maar dan is geen plaats meer voor het bad. Als een badkuip toch tot de wensen behoort, bestaat de mogelijkheid om een gedeelte van de naastgelegen slaapkamer te betrekken bij badkamer. Het andere deel kan worden gebruikt voor een inloopkast. Een bijkomend voordeel is dat de riolering van het toilet kan worden gehandhaafd.

Ombouwen van garage voor een rolstoelvriendelijke woning

Bij een rolstoelvriendelijke woning is het uitgangspunt dat alle primaire ruimtes (woonkamer, keuken, badkamer en slaapkamer) zich op het niveau van de entree bevinden. Hier worden twee suggesties gegeven om de aanpalende garage op een andere manier te gebruiken en om zo een volledige woonunit op de begane grond te realiseren.

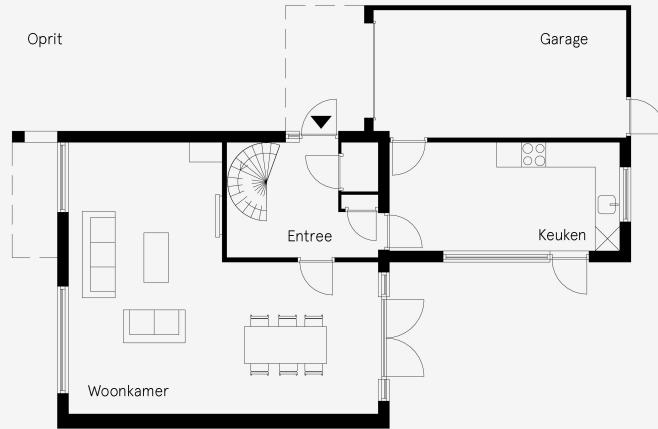
Eigenschappen

Prijsindicatie €39.500

Soort oplossing badkamer, begane grond, garage, keuken, slaapkamer

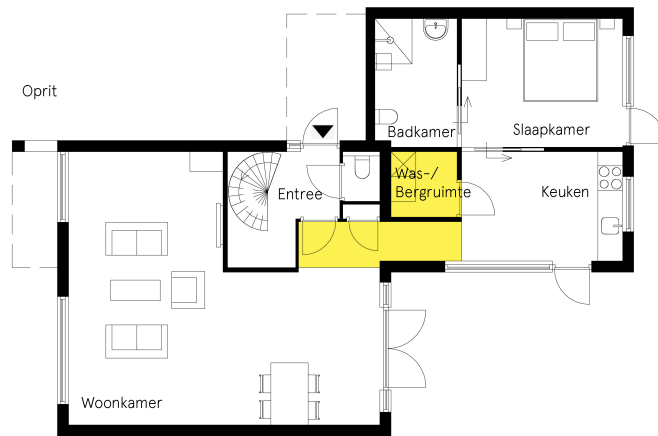
Langer thuis
in eigen huis

VOOR



1m

na

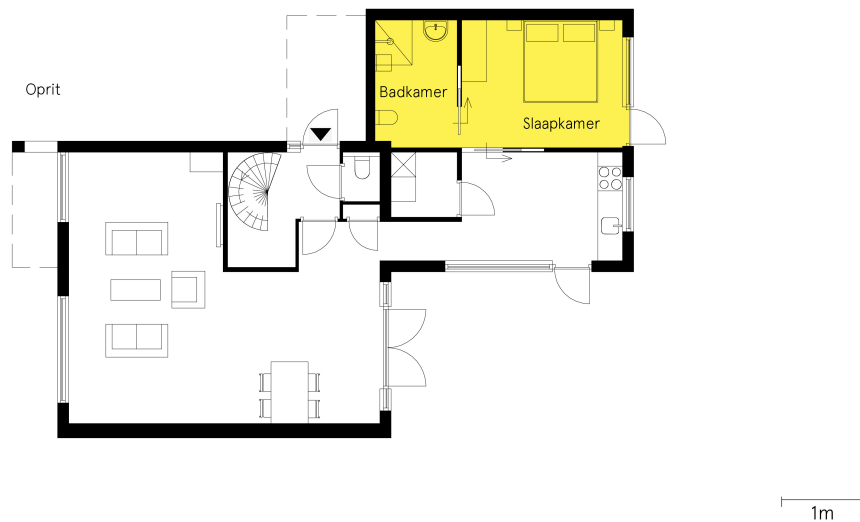


1m

Langer thuis in eigen huis



na



Bij een rolstoelvriendelijke woning is het uitgangspunt dat alle primaire ruimtes (woonkamer, keuken, badkamer en slaapkamer) zich op het niveau van de entree bevinden.

Afbeelding 1

Voor de aanpassing van deze woning wordt de garage gebruikt. Om de bestaande garage te kunnen gebruiken moet deze eerst volledig worden geïsoleerd en verwarmd. De nieuwe slaapkamer is vanuit de keuken te bereiken.

Afbeelding 2

Ook in het tweede scenario wordt de garage op een andere manier gebruikt. In de keuken wordt een extra berging gemaakt met daarin de wasmachine en droger. Daarnaast worden de bestaande hal en entree verkleind waardoor er een open doorgang ontstaat tussen de woonkamer en keuken.

Een rolstoelvriendelijk eetkamer in de aanbouw

Bij een rolstoelvriendelijke woning is het uitgangspunt dat alle primaire ruimtes (woonkamer, keuken, badkamer en slaapkamer) zich op het niveau van de entree bevinden. In een andere oplossing werd de garage opgeofferd. Hier wordt de woning aangepast met behoud van de garage.

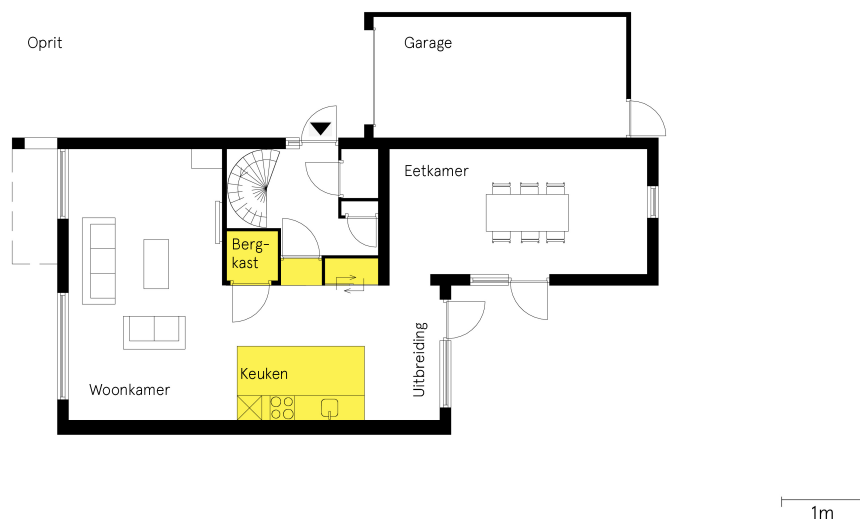
Eigenschappen

Prijsindicatie €74.000

Soort oplossing begane grond, entree, keuken, woonkamer



na



In de nieuwe plattegrond wordt de aanbouw vernieuwd en de keuken verplaatst naar de woonkamer. De keuken is nu in het midden van de lange wand geplaatst en de eethoek wordt in de aanbouw gesitueerd. Ter plaatse van de hal is extra bergruimte opgenomen en een kast met daarin de wasmachine.

Het is ook goed voorstelbaar dat de aanbouw op een eerder moment wordt geplaatst en de benodigde leidingen worden opgenomen in de vloer of de wanden. Wanneer de wens bestaat om op de begane grond te gaan slapen en baden kan deze eenvoudig worden omgebouwd naar de gewenste situatie. Door de plaatsing van de aanbouw aan de achtergevel is het raadzaam om een lichtstraat op te nemen in het platte dak, om toch zoveel mogelijk daglicht binnen te laten in de woonkamer.

[In een andere variant \(zie link\)](#) wordt de garage opgeofferd.

Slaapkamer en badkamer in de aanbouw

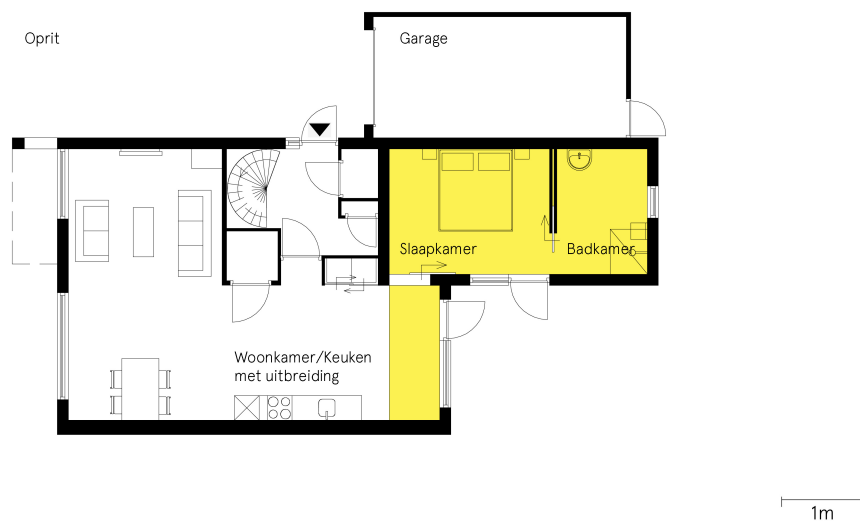
Bij een rolstoelvriendelijke woning is het uitgangspunt dat alle primaire ruimtes (woonkamer, keuken, badkamer en slaapkamer) zich op het niveau van de entree bevinden. In deze oplossing worden een slaapkamer en badkamer gerealiseerd in de aanbouw. De garage blijft intact.

Eigenschappen

Prijsindicatie in overleg te bepalen
Soort oplossing badkamer, begane grond, slaapkamer



na



Langer thuis

in eigen huis

In deze oplossing is de keuken verplaatst naar de woonkamer. De keuken staat nu in het midden van de lange wand. In dit voorbeeld zijn een slaapkamer (min. 13 m²) en een badkamer (min. 5 m²) in de aanbouw gemaakt. Door de achtergevel te voorzien van een kleine aanbouw ontstaat er een mooie aansluiting.

Ombouwen naar een meer-generatiewoning

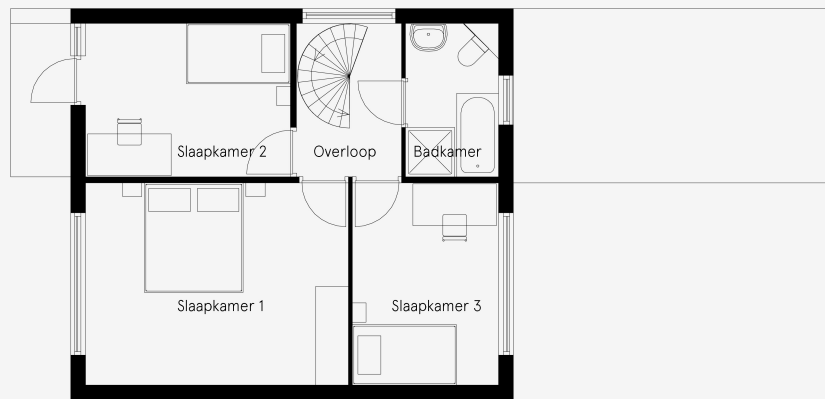
Bij het ombouwen van een 'gewone' woning naar een rolstoelvriendelijke woning waarbij alle vertrekken zich op de begane grond bevinden, komen de verdiepingen leeg te staan. Het is hierbij voorstelbaar dat de woning wordt verbouwd tot een 'meer-generatiewoning'.

Eigenschappen

Prijsindicatie in overleg te bepalen

Soort oplossing nieuwe woonvorm

voor



1m

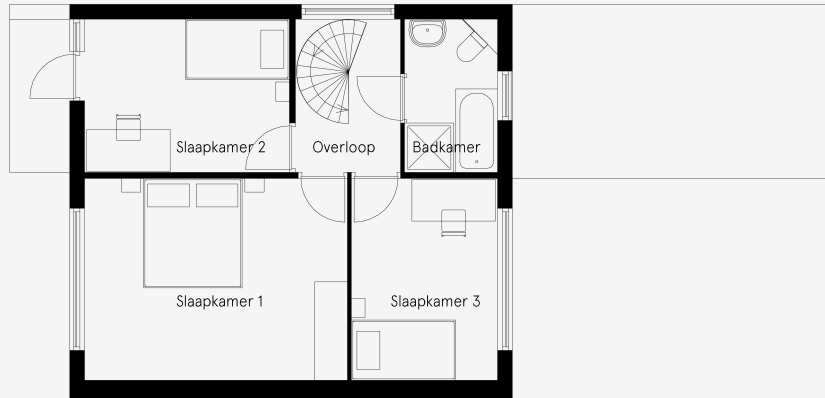
na



1m

Langer thuis
in eigen huis

voor



1m

na

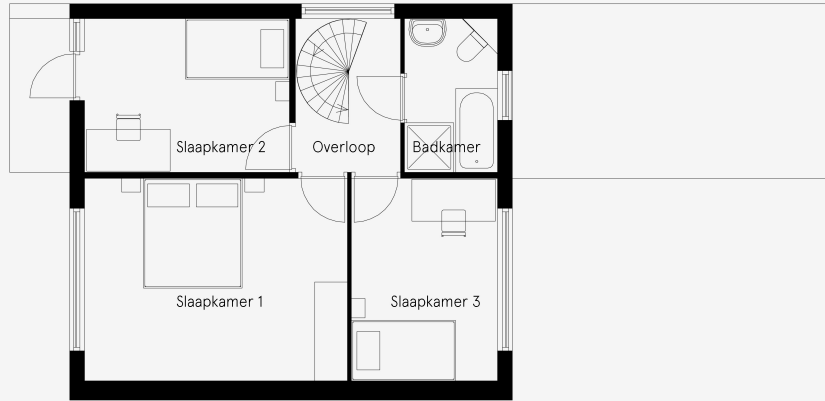


1m

Langer thuis

in eigen huis

VOOR



1m

na



1m

Langer thuis in eigen huis



na



In het voorbeeld laten we zien hoe je een meer-generatiewoning kunt creëren.

Op de begane grond is een zelfstandige woonruimte gerealiseerd, hier zie je hoe. Dit voorbeeld laat zien dat op de eerste en tweede verdieping nog een tweede zelfstandige woonruimte gemaakt kan worden door de plattegrond anders in te delen.

Badkamer op de eerste verdieping (afbeelding 1)

De kleine badruimte wordt omgebouwd naar een aparte toiletruimte met een doorgang naar het platte dak aan de achterzijde van de woning. De slaapkamer aan de achterzijde wordt verbouwd tot een royale badruimte.

Keuken en woonkamer op de eerste verdieping (afbeelding 2)

De slaapkamers aan de voorzijde worden samengevoegd tot een ruimte om in te wonen en koken. Er is bewust gekozen voor de voorzijde, zodat de bovenwoning contact heeft met de straat en omgeving.

Buitenruimte (afbeelding 3)

Voor de buitenruimte wordt het aanwezige balkon aan de voorzijde gebruikt. Door de aanpassing van de badkamer kan er een doorgang worden gemaakt naar het platte dak aan de achterzijde, dat eveneens als buitenruimte dient.

De slaapkamers (afbeelding 4)

Op de tweede verdieping, de zolderverdieping, wordt de bestaande technische ruimte verkleind en een extra toiletruimte gemaakt. De slaapkamers behouden hun functie.

Samenvoegen van de garages tot seniorenwoning

Door het samenvoegen van de twee smalle percelen van de garages kan een nieuwe, éénlaagse seniorenwoning worden gebouwd.

Eigenschappen

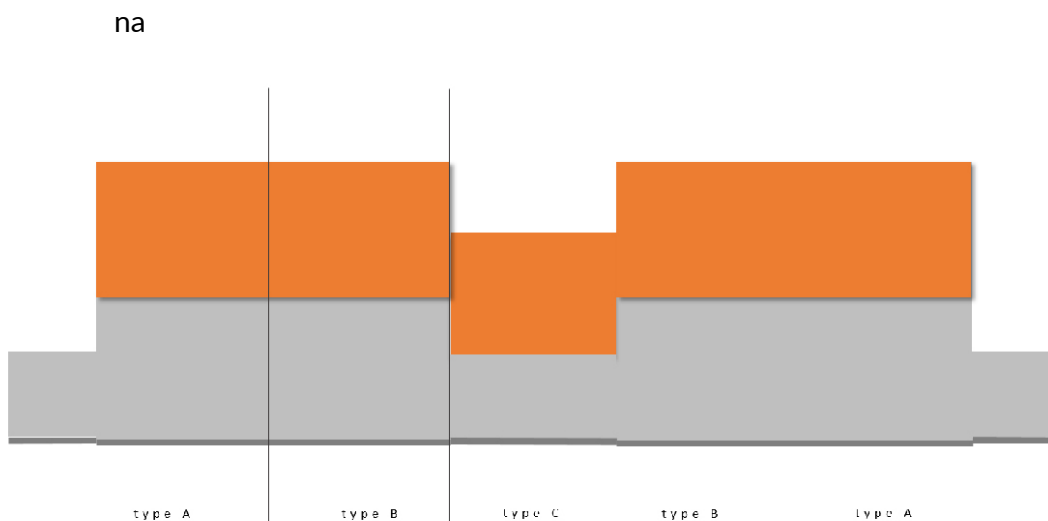
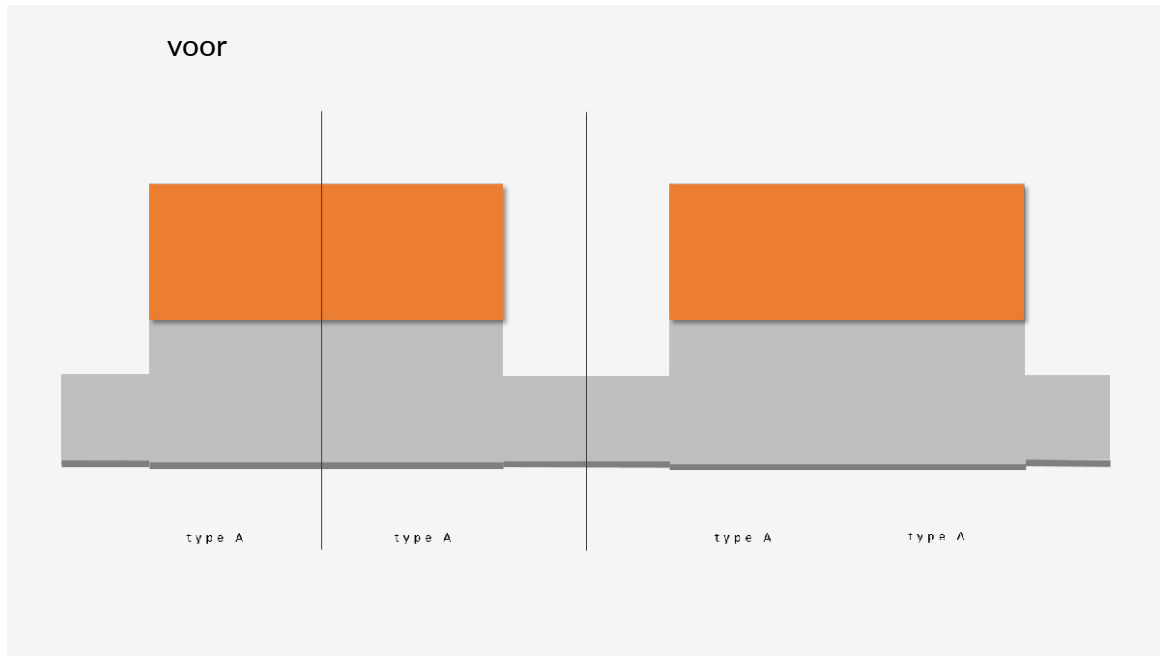
Prijsindicatie in overleg te bepalen
Soort oplossing begane grond, garage, nieuwe woonvorm



na



Langer thuis in eigen huis



Door de percelen van de twee garages die tussen de woningen liggen samen te voegen, ontstaat ruimte voor de bouw van één nieuwe seniorenwoning.

De seniorenwoning kan volledig zelfstandig zijn (met eigen kavel) of kan het kavel delen met één van de naastliggende woningen waar bijvoorbeeld de (klein)kinderen wonen. De voormalige oprit aan de straatzijde is collectief gebied; via dit gedeelte moeten immers drie voordeuren bereikbaar zijn.

Bij een dergelijke herontwikkeling heeft het de voorkeur om een kavel te hebben waar een achterom aanwezig is of gerealiseerd kan worden. Op deze manier kunnen de drie tussenwoningen allemaal de tuin van buitenaf bereiken.

Langer thuis

in eigen huis

Met deze oplossingen wordt de wijk plaatselijk verdicht en ontstaat er een rijkere schakering in woningtypen, prijsklassen en soorten bewoners. Dit bevordert ook de doorstroming en de vernieuwing van buurten die inmiddels 40 jaar oud zijn.

Licht in de nacht

Veel senioren merken dat zij 's nachts vaker naar het toilet moeten. Het aandoen van een felle lamp verstoort het slaapritme; bovendien kan een partner daar wakker van worden. Loopverlichting met een bewegingssensor lost dat op.

Eigenschappen

Prijsindicatie	€80
Soort oplossing	slaapkamer



Toch is goede verlichting belangrijk om veilig de gang naar het toilet te kunnen maken. Loopverlichting met een bewegingssensor biedt een oplossing. Zodra men uit bed stapt, springt een kleine lamp onder het bed aan. Tijdens de loop naar het toilet, gaat er in iedere ruimte weer een andere lamp aan. Deze verlichting gaat ook vanzelf weer uit. Op deze manier kan men veilig, zonder het eigen bioritme of dat van de partner te verstoren, naar het toilet gaan en weer terugkeren in bed.

Een veilige trap

Veel mensen ervaren de trap als een risicovol onderdeel in huis. Men is bang om te vallen. Met een aantal kleine ingrepen kan dat risico aanmerkelijk worden verkleind.

Eigenschappen

Soort oplossing trap



Als de treden te hoog blijken, kan het aanbrengen van 'tussentreden' helpen. Bijkomend voordeel is dat men in beweging blijft en de spieren in benen en armen getraind blijven.

Door extra grepen te plaatsen, wordt aan beide zijden van de trap steun geboden. Maar vooral het aanbrengen van verlichting onder de treden of langs de muur verkleint de kans op misstappen aanzienlijk.

Hogere werkhoogte keuken

De wasmachine, droger, oven en vaatwasser bevinden staan vaak vrij laag: om er iets in te stoppen of uit te halen moet je bukken. Dat kan het risico op vallen vergroten.

Eigenschappen

Soort oplossing keuken



Wasmachine, droger, oven en vaatwasser bevinden zich vaak laag: je moet bukken om er iets in te stoppen of uit te halen. Dit kan het risico op vallen vergroten. Door deze apparaten op een hoogte van 30-50 cm te plaatsen, wordt de bediening gemakkelijker en veiliger. Ook wanneer er sprake is van het gebruik van een rol- of trippelstoel, is het bedienen van apparaten op hoogte gemakkelijker en vooral veiliger.

Deur openen met smartphone

Veel handelingen in en om het huis kunnen gemakkelijker en veiliger worden gemaakt door gebruik van huistechnologie. Er kan heel veel met een smartphone of tablet.

Eigenschappen

Soort oplossing entree



Met een smartphone of tablet kun je zien wie er voor de deur staat en de deur openmaken of dichtdoen. Dat geldt ook voor anderen die door de bewoner zijn gemachtigd, zoals mantelzorgers of zorgprofessionals. De verlichting kan vanuit huis of daarbuiten worden bediend. Dit is handig en veilig. Gordijnen, zonwering, ramen en deuren kunnen worden geopend en gesloten en cv, gas, elektra kunnen met de juiste app in dag- of nachtstand worden gezet.

Maar ook een alarmknop met GPS op de telefoon, behoort tot de mogelijkheden. Je kunt in nood altijd iemand waarschuwen en deze persoon kan je altijd vinden.

Huistechnologie is volledig aan te passen en uit te breiden op basis van wensen en behoeften.

Team



Het team dat onderzoek deed naar de twee-onder-een-kapwoning uit de jaren zeventig:

Karin Muijs-Groenen – Architect bij KG Architecture

Kees Stegenga – Stedenbouwkundige bij STEGENGA werkplaats voor stedenbouw

Hanny Vos-Langens – toegepast gerontoloog, gerontoloog14@gmail.com

Jan van Wezel – adviseur wonen, stedelijke vernieuwing en gebiedsaanpak bij Jan van Wezel Advies

'Langer thuis in eigen huis' is een project van: