Rijtjeswoning jaren '70

In de jaren zeventig zijn veel grote woonwijken gerealiseerd met slingerende doorgaande wegen, doodlopende toegangswegen en de welbekende woonerven. De (rijtjes)woningen in deze wijken zijn volgens gestandaardiseerde bouw gerealiseerd en zijn doorgaans ruimer dan de woningen uit de Wederopbouw-periode.

De kleinschaligheid en menselijke maat raakte weer in zwang in de jaren zeventig. Woningen werden vaak in baksteen opgetrokken, kregen schuine daken met pannen en er werd geëxperimenteerd met de plattegrond. De meeste rijtjeshuizen uit de zeventiger jaren hebben een doorzonwoonkamer. De woningen zijn gebouwd als betonnen casco's waardoor de binnenwanden vaak niet dragend zijn. Wel zijn er – ongeïsoleerde – spouwmuren. Enkel glas in houten kozijnen zijn in dit type woningen niet ongebruikelijk.

Langer thuis
in eigen huis

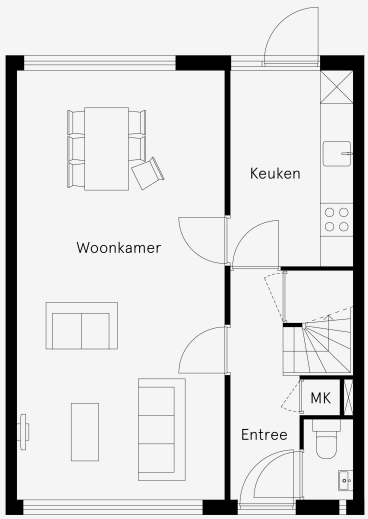
Een toegankelijke begane grond

Een rijtjeshuis uit de jaren zeventig heeft vaak een krappe entree en toilet. Als mensen wat moeilijker ter been zijn, levert dit problemen op bij het openen van de voordeur en het gebruik van het toilet.

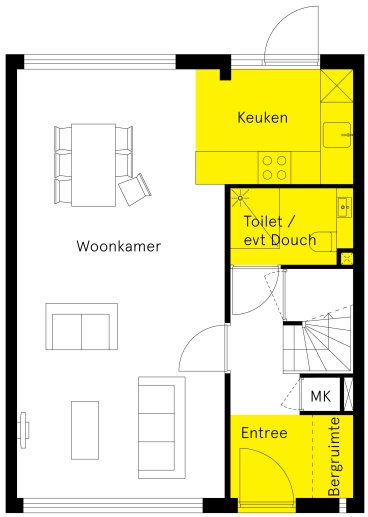
Eigenschappen

Prijsindicatie	€17.750
Soort oplossing	entree, keuken, toilet

voor



na



Door het toilet te verplaatsen naar het midden van de woning ontstaat er voldoende manoeuvreerruimte om met een rolstoel of rollator de deur te openen. Ook is er bergruimte in de entree die bijvoorbeeld voor stalling van een rollator of kinderwagen gebruikt kan worden. Dit zorgt er niet alleen voor dat de woning toegankelijk wordt voor ouderen of mindervaliden; ook met boodschappentassen of een kinderwagen kun je hier je voordeel mee doen.

Door het toilet naar het midden van de woning te verplaatsen, is het mogelijk om het ook wat groter en beter toegankelijk te maken. In dit geval is er zelfs ruimte om op een later tijdstip op eenvoudige wijze een inloopdouche te installeren. Mocht het gebeuren dat traplopen (tijdelijk) niet meer gaat, dan kan er beneden ook geslapen en gedoucht worden.

Er wordt een open keuken gecreëerd waardoor je vanaf de woonkamer direct toegang hebt tot de keuken.

Langer thuis
in eigen huis

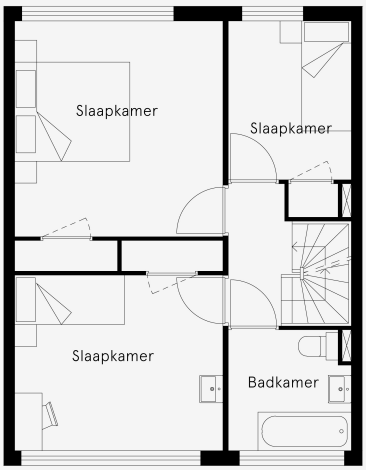
Een ruime badkamer

Op de eerste verdieping van een rijtjeshuis uit de jaren zeventig bevindt zich meestal een kleine slaapkamer die vaak wordt gebruikt als inloopkast. Deze kamer kan ook een ruime badkamer worden.

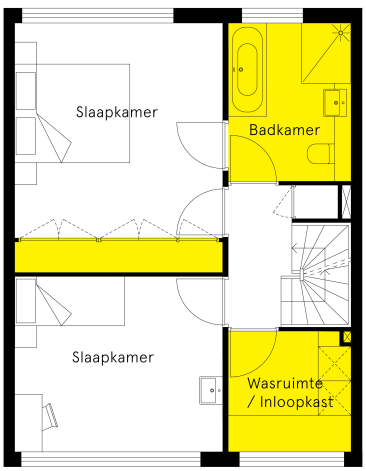
Eigenschappen

Prijsindicatie	€13.500
Soort oplossing	badkamer, wasruimte

voor



na



De badkamer in een rijtjeswoning uit de jaren zeventig heeft meestal alleen maar ruimte voor een bad of inloopdouche, maar niet voor beide. Een inloopdouche is gemakkelijk in gebruik, vooral voor mensen die wat minder mobiel zijn. Maar sommige mensen willen naast een douche ook graag nog een bad.

Een oplossing is de kleine slaapkamer om te bouwen tot een ruime badkamer, waarin ruimte wordt gemaakt voor zowel een bad als een inloopdouche. Deze nieuwe badkamer is toegankelijk met een rollator en daarnaast ook ideaal voor een gezin met kleine kinderen. Ook kan je een deur plaatsen tussen de hoofdslaapkamer en de badkamer zodat je vanuit de slaapkamer direct toegang hebt tot de badkamer.

De voormalige badkamer kan worden omgebouwd tot een efficiënte wasruimte en inloopkast.

Langer thuis
in eigen huis

Meer leefruimte op de begane grond

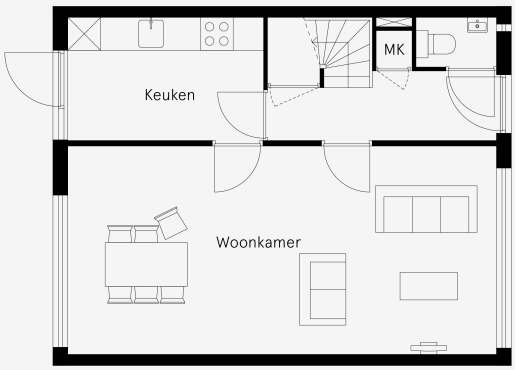
Een rijtjeshuis uit de jaren zeventig heeft vaak een krappe entree en klein toilet op de begane grond. Als mensen wat moeilijker ter been zijn, levert dit problemen op bij het openen van de voordeur en het gebruik van het toilet. Dit kan zelfs voor gevaarlijke situaties zorgen. In deze oplossing wordt een uitbouw aan de achterzijde voorgesteld om meer ruimte op de begane grond te creëren.

Eigenschappen

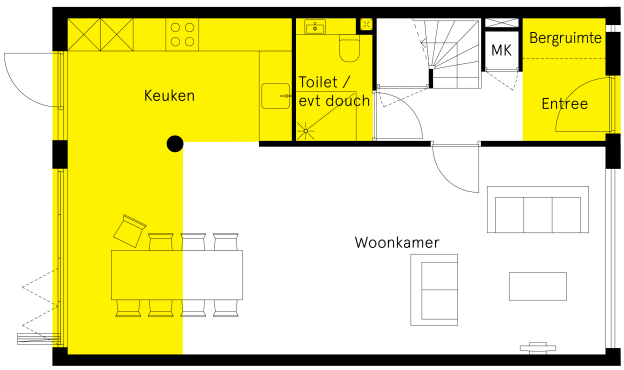
Prijsindicatie	€37.750
Soort oplossing	begane grond, woonkamer

Langer thuis
in eigen huis

voor



na



Om meer ruimte in huis te creëren, kan de achterzijde van de woning uitgebouwd worden. Zolang aan de regels voldaan wordt, mag dit vergunningsvrij. Deze uitbouw zorgt ervoor dat de leefruimte aanzienlijk vergroot wordt, wat zowel de toegankelijkheid als het woongenot ten goede komt. De keuken is in dit geval open, maar zou ook gesloten kunnen zijn. In beide gevallen is de keuken direct toegankelijk vanuit de woonkamer.

Uitbouw
De pui van de uitbouw kan met schuifdeuren of harmonicadeuren uitgevoerd worden. Hiermee wordt de toegang tot de tuin vergroot en heeft de bewoner meer zicht op de tuin. Eventueel kan op het platte dak van de uitbouw een terras of groen dak gemaakt worden.

Langer thuis
in eigen huis

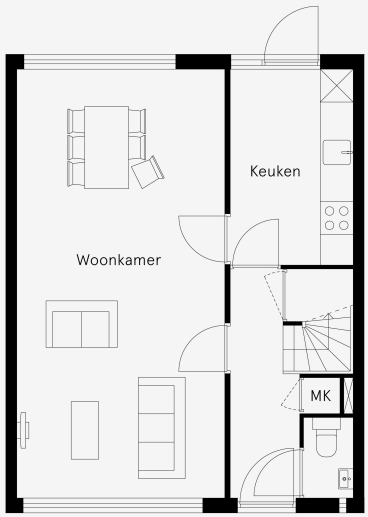
Een grotere entree en badkamer

Een rijtjeshuis uit de jaren zeventig heeft vaak een krappe entree en toilet. Als mensen wat moeilijker ter been zijn, levert dit problemen op bij het openen van de voordeur en het gebruik van het toilet. In deze oplossing wordt een uitbouw aan de voorzijde voorgesteld.

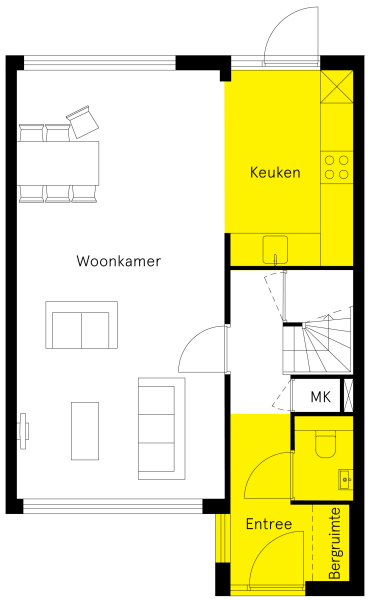
Eigenschappen

Prijsindicatie	€25.000
Soort oplossing	badkamer, entree, keuken, wasruimte, woonkamer

voor

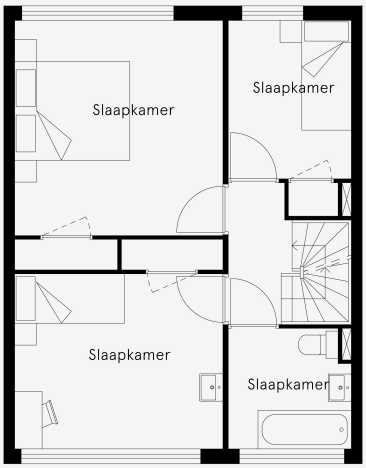


na

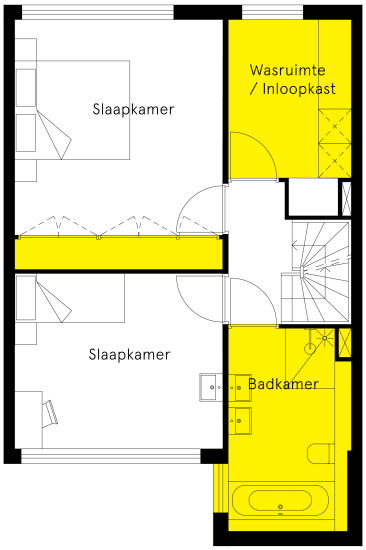


Langer thuis
in eigen huis

voor



na



Begane grond (afbeelding 1)
Door een uitbouw aan de voorzijde van de woning te plaatsen wordt de entree vergroot en ontstaat er voldoende manoeuvreerruimte om met een rolstoel of rollator de deur te openen. Ook is er bergruimte in de entree die bijvoorbeeld voor stalling van een rollator of kinderwagen gebruikt kan worden. Dit zorgt er niet alleen voor dat de woning toegankelijk wordt voor ouderen of mindervaliden; ook met een kinderwagen zul je hier gemak van ondervinden.

Verdieping (afbeelding 2)
De uitbouw kan worden doorgetrokken naar de eerste verdieping waar zich meestal de badkamer bevindt. Hierdoor ontstaat de mogelijkheid de badkamer te vergroten zodat er ruimte is voor een bad, inloopdouche, toilet en twee wastafels. Deze ruime badkamer is toegankelijk voor een rolstoelgebruiker en daarnaast ideaal voor een gezin met kleine kinderen.

De uitbouw aan de voorzijde geeft de mogelijkheid variatie aan te brengen in deze rijtjeshuizen, die vaak als eentonig gezien worden. Let op: voor een uitbouw aan de voorzijde zal een omgevingsvergunning moeten worden aangevraagd. Een architect kan u hierbij helpen.

Langer thuis
in eigen huis

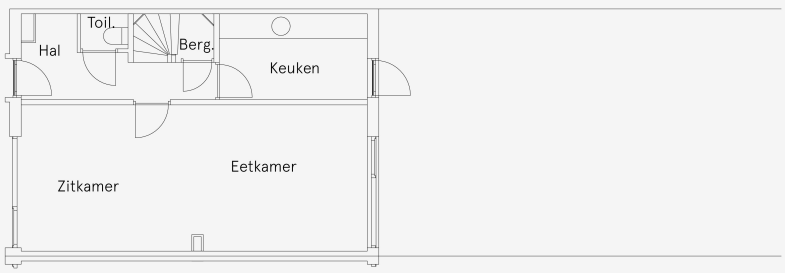
Een volwaardige woning op de begane grond

In deze jaren zeventig woning is het mogelijk een zelfstandige woning te maken die volledig gelijkvloers is. Hiervoor wordt de achtergevel uitgebouwd.

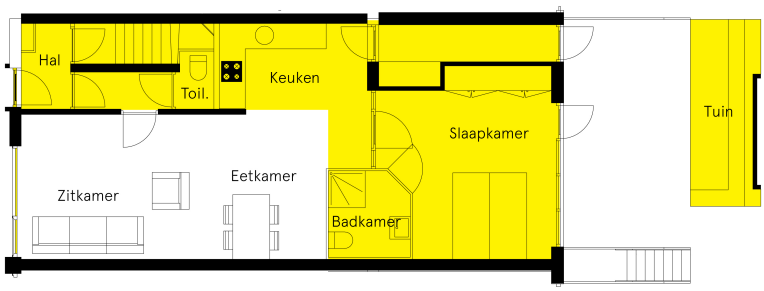
Eigenschappen

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

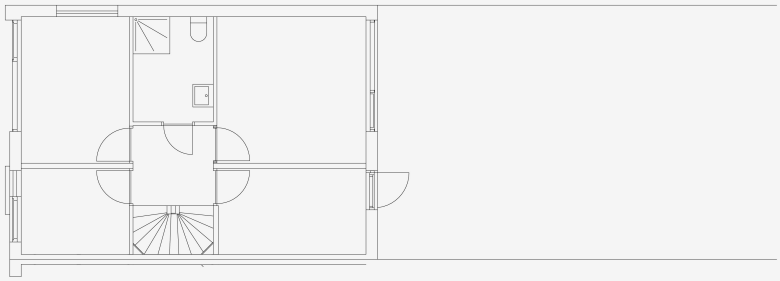
voor



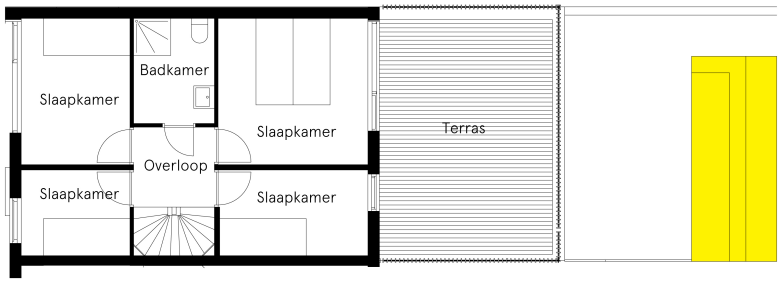
na



voor



na



Aan de tuinzijde van de woning komt een aanbouw, waardoor de woonkamer ruimer wordt en een open keuken wordt gerealiseerd. Deze situatie biedt mogelijkheden voor de toekomst: de begane grond kan een zelfstandige, volwaardige ouderenwoning worden door in de uitbouw een extra slaapkamer en badkamer te maken.

Op de verdieping krijgen de bewoners toegang tot het dakterras (afbeelding 2)

Langer thuis
in eigen huis

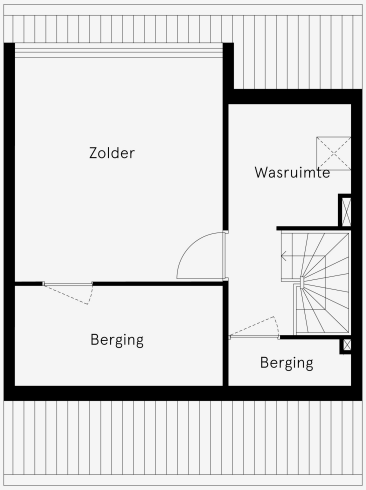
Een gastenverblijf op zolder

Deze rijtjeshuizen hebben vaak een ruime zolderverdieping die voornamelijk als bergruimte en wasruimte wordt gebruikt. De zolder kan omgebouwd worden tot een gastenverblijf.

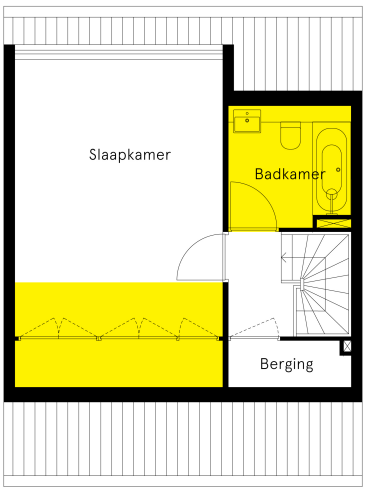
Eigenschappen

Prijsindicatie	€15.000
Soort oplossing	slaapkamer, zolder

voor



na



Als je slechts met één of twee personen in deze gezinswoning woont, gebruik je lang niet alle ruimte in het huis. De zolder zou je daarom een andere bestemming kunnen geven. Bijvoorbeeld een gastenverblijf met een tweepersoonsslaapkamer, badkamer of doucheruimte en eventueel een kitchenette. Wanneer er zorg nodig is, kan deze ruimte gebruikt worden door familie of een mantelzorger.

Ook kan het interessant zijn deze ruimte te verhuren aan een student of toerist (denk aan het populaire Airbnb). Naast een financieel voordeel, geeft het een alleenstaande oudere tevens wat aanspraak in huis. Door de gast een eigen verdieping met badkamer aan te bieden, hebben zowel de bewoner(s) als de gast(en) voldoende privacy.

Kangoeroewoning voor meer generaties

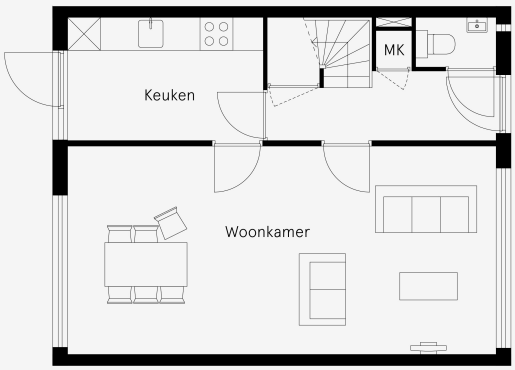
Een kangoeroewoning is een woning waar meerdere generaties wonen, maar wel hun eigen woonruimte hebben. In deze oplossing wordt voorgesteld een jaren ’70 rijtjeswoning te splitsen. Op de begane grond komt een appartement met tuin voor de grootouder(s). De eerste verdieping en zolder veranderen in een zelfstandige bovenwoning met terras voor het jonge gezin.

Eigenschappen

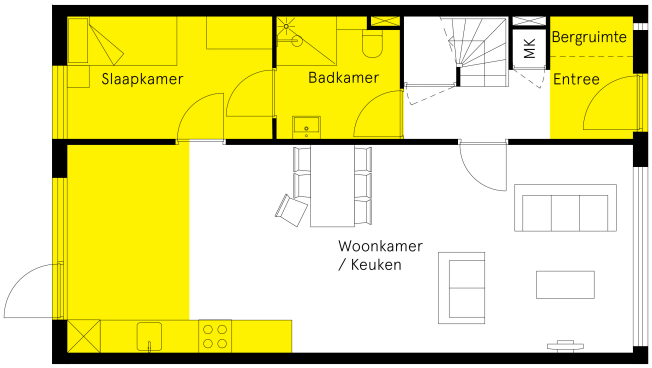
Prijsindicatie	in overleg te bepalen
Soort oplossing	nieuwe woonvorm

Langer thuis
in eigen huis

voor

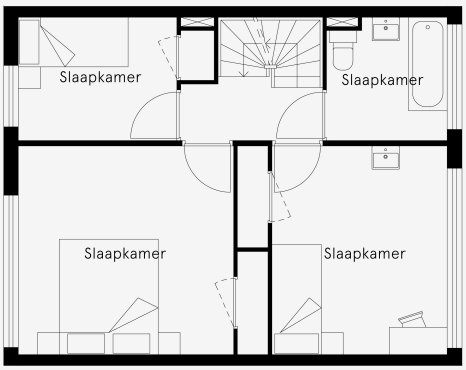


na

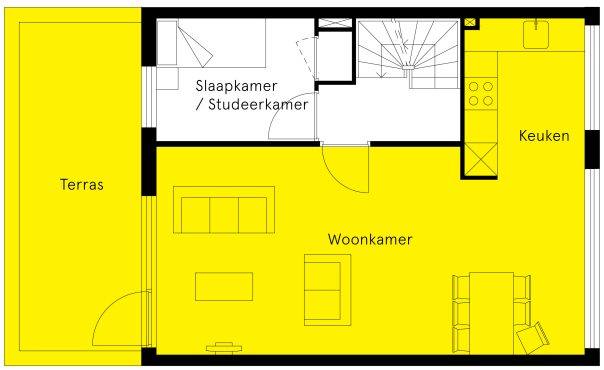


Langer thuis
in eigen huis

voor

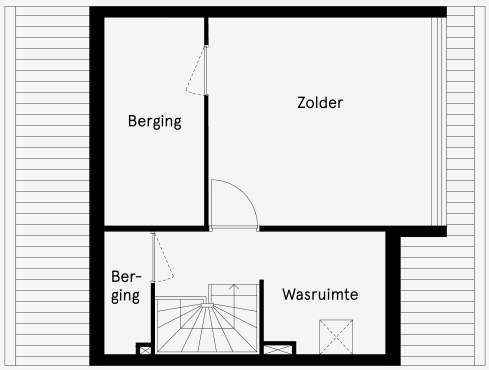


na

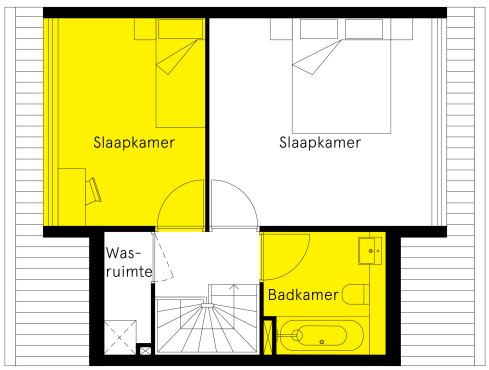


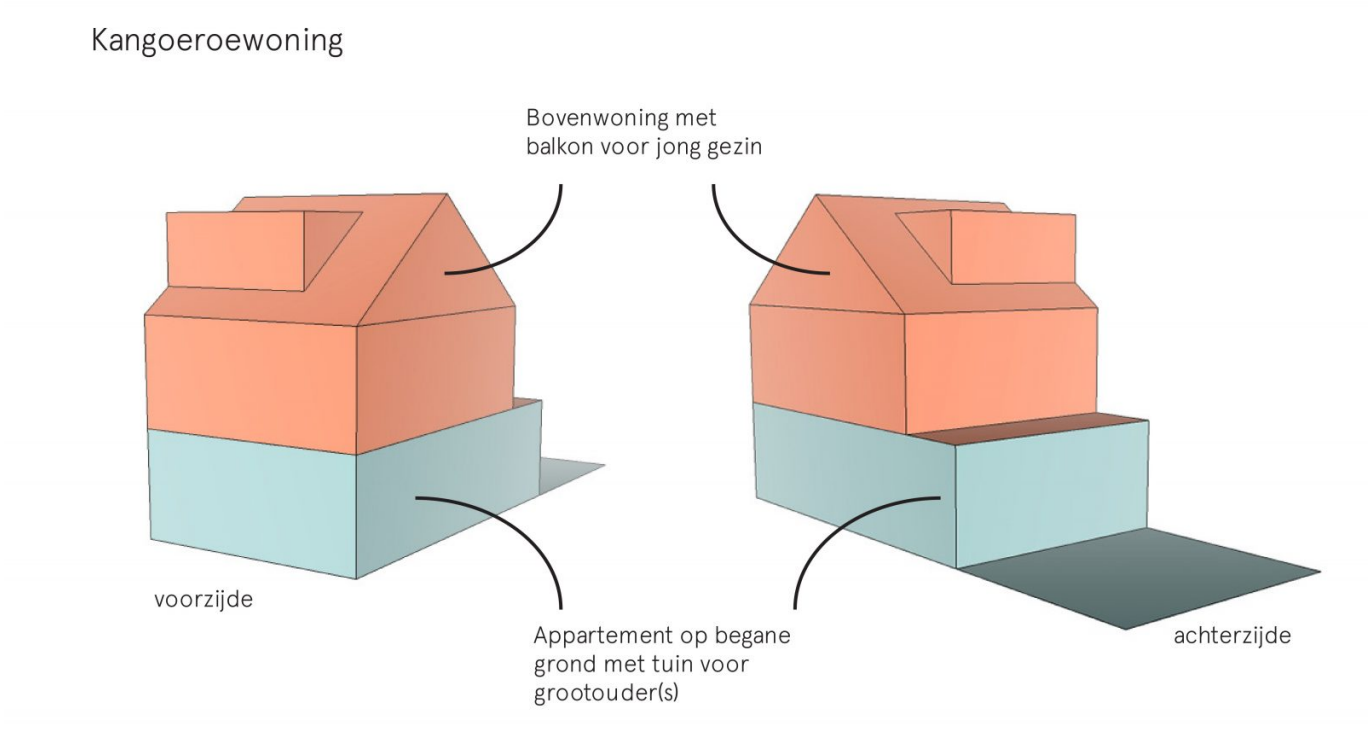
Langer thuis
in eigen huis

voor



na





Seniorenappartement op de begane grond (afbeelding 1)
De kangoeroewoning vergt de nodige aanpassingen aan de woning. De begane grond wordt aan de achterkant uitgebouwd en de plattegrond wordt opnieuw ingedeeld.

Om meer ruimte in huis te creëren kan de achterzijde van de woning uitgebouwd worden. Zolang aan de regels voldaan wordt, mag dit vergunningsvrij. Er wordt een open keuken gecreëerd in de woonkamer. De plek van de oude keuken wordt omgebouwd tot slaapkamer.

In het midden van de woning, achter de nieuwe slaapkamer, komt de badkamer, waar ook het toilet uit de gang naar toe verplaatst wordt. Bij de entree wordt ruimte gemaakt voor een berging.

Gezinswoning op de eerste en tweede verdieping (afbeelding 2 en 3)
Op de eerste verdieping worden de slaapkamers omgebouwd tot een woonkamer en open keuken. Eén slaapkamer blijft behouden. De uitbouw van de begane grond kan nu als een dakterras dienen. Op de zolderverdieping worden extra slaapkamers gemaakt. Hier komt ook de badkamer voor het gezin.

Voordelen van een kangoeroewoning
Het voordeel van deze oplossing is dat je elkaar kan helpen zoals dat vroeger meer gebruikelijk was, terwijl ieder zijn eigen woonruimte heeft. De ouders kunnen zorgtaken uitvoeren voor de grootouder, de grootouder kan op de kinderen passen en het gezin kan gebruik maken van de tuin op de begane grond.

De kangoeroewoning is geen goedkope of gemakkelijke oplossing. Maar de investering wordt terugverdiend doordat de woonlasten lager uitvallen dan wanneer je twee woningen moet huren of kopen. Tevens kunnen de kosten van het onderhoud of bijvoorbeeld een wasmachine met elkaar worden gedeeld.

De kangoeroewoning komt in Nederland nog weinig voor, maar in Duitsland en Italië is het een heel gangbare woonvorm. Het huidige overheidsbeleid zorgt ervoor dat een groter beroep gedaan moet worden op mantelzorgers. De kangoeroewoning kan hier aan bijdragen.

Langer thuis
in eigen huis

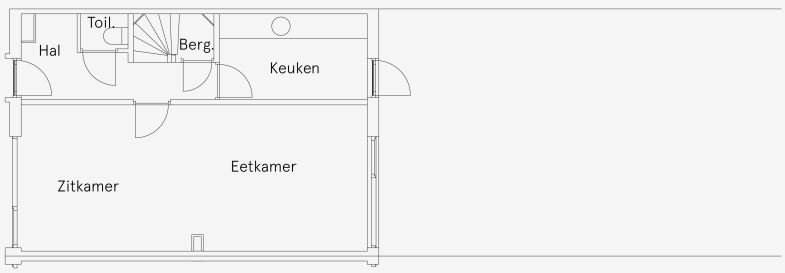
Splitsing van de woning

Een rijwoning kan men splitsen in twee volwaardige woningen. Op de begane grond is alles gelijkvloers en geschikt voor senioren. Op de verdieping en de zolder kan bijvoorbeeld een gezin wonen.

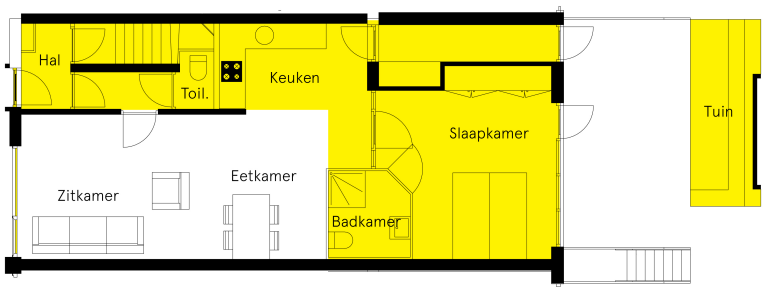
Eigenschappen

Prijsindicatie	in overleg te bepalen
Soort oplossing	nieuwe woonvorm

voor

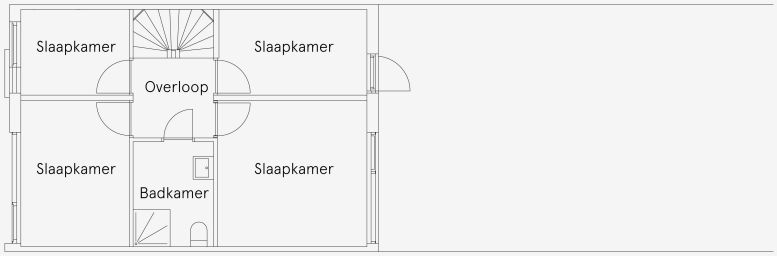


na

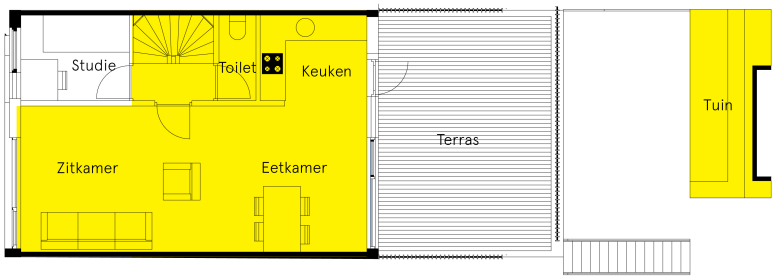


Langer thuis
in eigen huis

voor



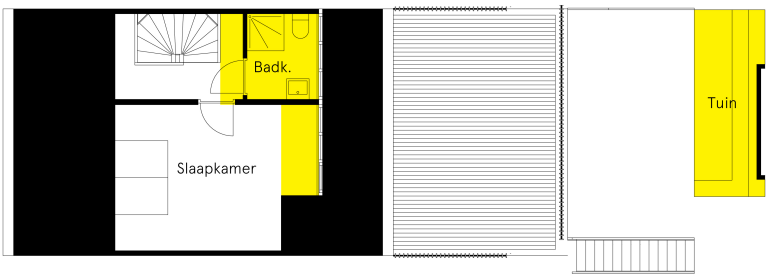
na



Langer thuis
in eigen huis

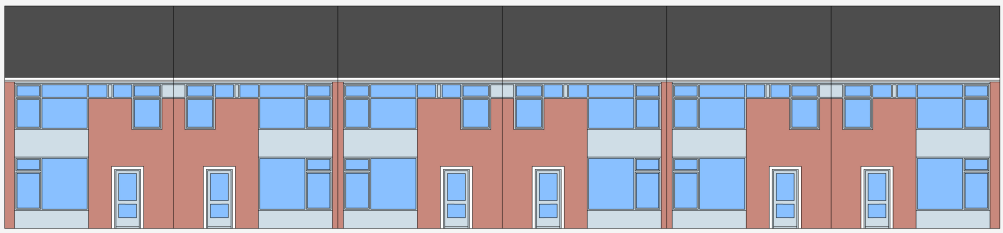
voor

na



Langer thuis
in eigen huis

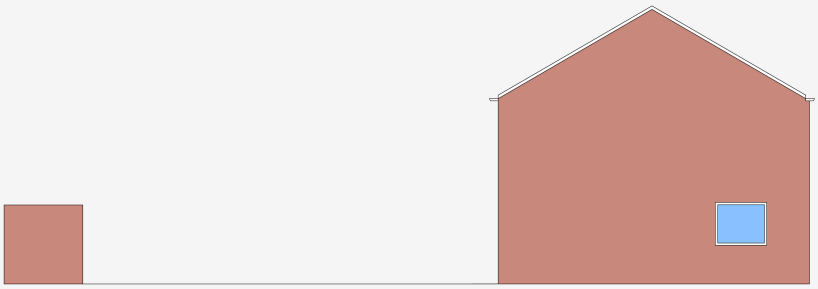
voor



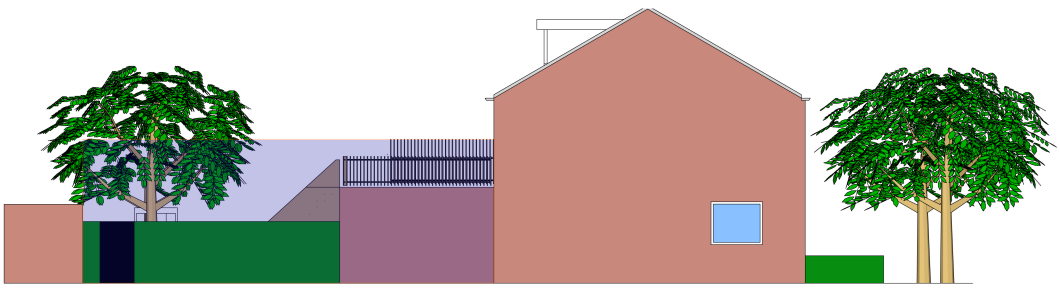
na

Langer thuis
in eigen huis

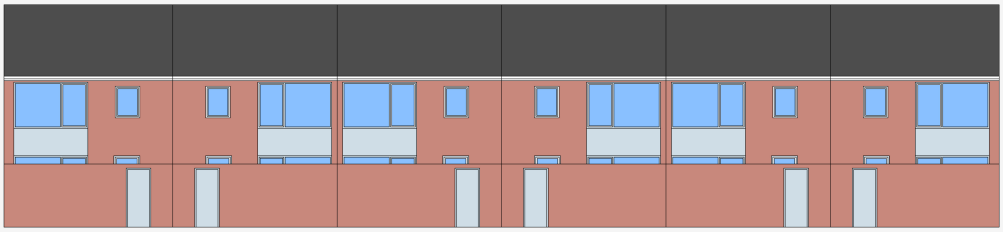
voor



na



voor



na

De begane grond (afbeelding 1)
De tuinzijde van de woning wordt uitgebouwd waardoor op de begane grond een volledige ouderenwoning komt. De hal geeft dus toegang tot twee woningen: de woning op de begane grond en de woning op de verdieping. De trap wordt aangepast om de bovenwoning te bereiken. Op de begane grond vervalt de berging: dat wordt een toiletruimte. De keuken wordt bij de woonkamer getrokken. In de aanbouw wordt een ruime slaapkamer gerealiseerd met badkamer. In het gangetje dat toegang geeft tot de tuin is een nis gemaakt met plaats voor een wasmachine en droger. Aan de andere zijde van de wand ontstaat ruimte voor een kastenwand (totale kosten circa €17.750).

De verdieping (afbeelding 2)
De trap in het halletje geeft toegang tot de woning op de verdieping. In het halletje van de verdieping wordt een toilet gerealiseerd. De voormalige slaapkamers en badkamer worden omgebouwd tot woonkamer. De kleine slaapkamer aan de achterzijde wordt omgebouwd tot keuken en bij de woonkamer betrokken. Aan de tuinzijde wordt een pui met een deur gemaakt die toegang geeft tot het dakterras. Vanaf het terras is via een gemeenschappelijke trap met de buren de berging op de begane grond bereikbaar. De kleine slaapkamer aan de voorzijde is een extra slaapkamer of kan als studeerkamer worden gebruikt (kosten circa € 13.500).

De zolderverdieping (zie afbeelding 3)
De woning heeft een grote slaapkamer met een badkamer op de zolderverdieping. De voorruimte bij de trap dient als berging en biedt ruimte voor de installaties. De zolder wordt een mooie verblijfsruimte door de grote dakkapel die toegevoegd wordt aan het dak.

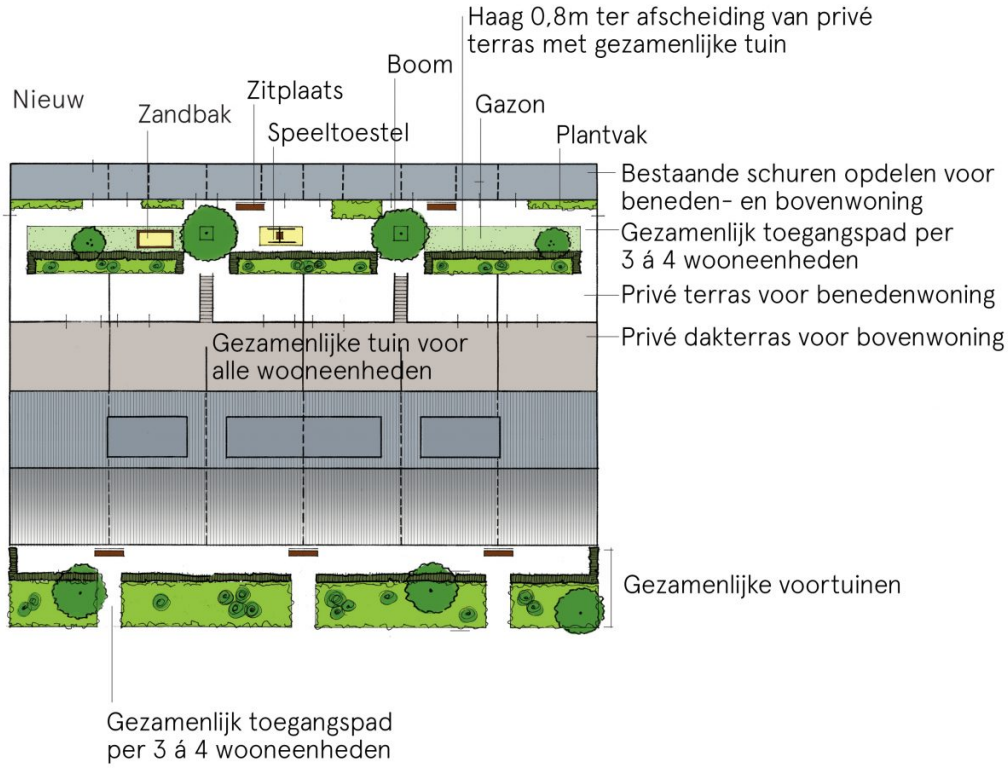
Afbeelding 4 t/m 6 laten de bijbehorende gevelaanzichten zien.

Gezamenlijke tuin

Voor veel mensen is het hebben van een tuintje een groot goed. Dit geldt zeker voor mensen die vanwege mobiliteitsproblemen zijn aangewezen op hun directe woonomgeving.

Eigenschappen

Prijsindicatie	in overleg te bepalen
Soort oplossing	tuin



Voor veel mensen is het hebben van een tuintje een groot goed. Dit geldt zeker voor mensen die vanwege mobiliteitsproblemen zijn aangewezen op hun directe woonomgeving. Er is over het algemeen echter geen behoefte aan een grote tuin. Bij het opdelen van de eengezinswoning in een beneden- en bovenwoning worden daarom ook de tuinen verdeeld.

Iedere wooneenheid heeft een privégedeelte (dakterras of terras op de begane grond). Vanuit dit privégedeelte kan men in de gezamenlijke tuin komen. Hier is ruimte om te zitten, spelen, elkaar te ontmoeten en om bij de bergingen te komen.

Door de gezamenlijke voor- en achtertuin zal het onderling sociaal contact toenemen. Senioren, jongvolwassenen en kinderen kunnen profiteren van elkaars kwaliteit en de ander ondersteunen in hun beperkingen. Het gebrek aan sociaal contact van kwetsbare groepen wordt hiermee voor een deel opgelost.

De bewoners zijn samen verantwoordelijk voor het onderhoud en beheer van de gezamenlijke onderdelen van de tuinen. Zij kunnen dit via de vereniging van eigenaren uitbesteden aan een vakbekwame tuinman, maar kunnen dit natuurlijk ook zelf oppakken, waarbij ieder zijn capaciteiten inzet.

Langer thuis
in eigen huis

Veiligheid op straat en in de wijk

Een typische jaren zeventig wijk kenmerkt zich door woningen die ontsloten worden via U-vormige lussen of doodlopende straten op een slingerende doorgaande route. Om zo'n wijk aantrekkelijker te maken, kun je op strategische plekken extra woningen bouwen.

Eigenschappen

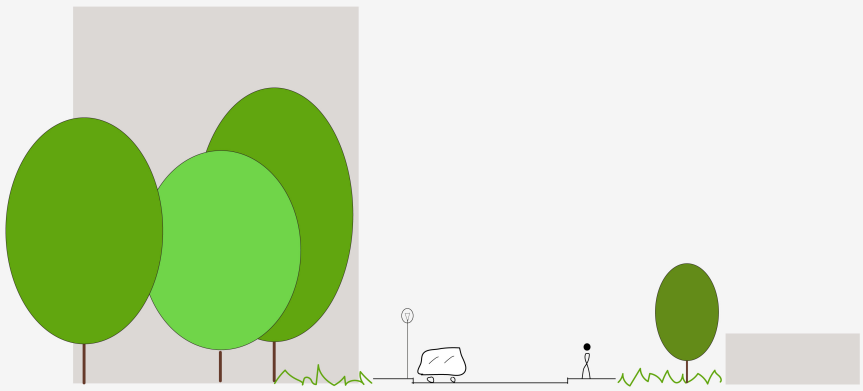
Prijsindicatie	in overleg te bepalen
Soort oplossing	woonomgeving

voor

na

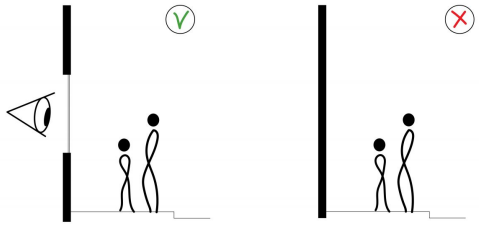
Langer thuis
in eigen huis

voor



na

een voorbeeld voor goed toezicht op straatniveau



uitzicht op de straat zorgt voor veiligheid

bestaande situatie: geen toezicht op straatniveau

Aan de doorgaande route door de wijk zijn geen toegangen tot woningen gerealiseerd. Het aantal ramen dat uitkijkt op de weg is bovendien beperkt. Om meer ogen op straat te krijgen, kun je op strategische plekken extra woningen bouwen (afbeelding 1 en 2).

Aangezien de weg ruim is opgezet, met brede groene bermen, kan dat makkelijk: in de brede bermen bestaat de mogelijkheid om nieuwe woningen toe te voegen. Door het toevoegen van kleinere woningen zouden ouderen een mogelijkheid hebben om binnen te wijk te verhuizen, waarmee hun lokale sociale network intact blijft. Een diversiteit aan woningen levert ook een grotere verscheidenheid aan bewoners in verschillende leeftijdscategorieën op, wat de sociale cohesie in de wijk ten goede kan komen. En: de ouderen houden een oogje in het zeil.

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.

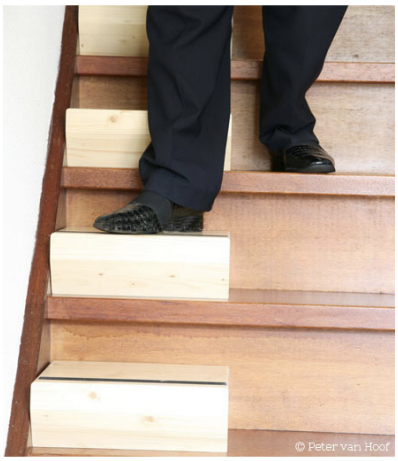
Langer thuis
in eigen huis

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.

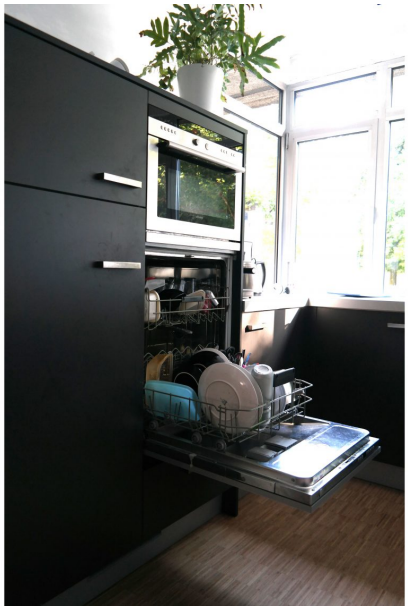
Langer thuis
in eigen huis

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.

Langer thuis
in eigen huis

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

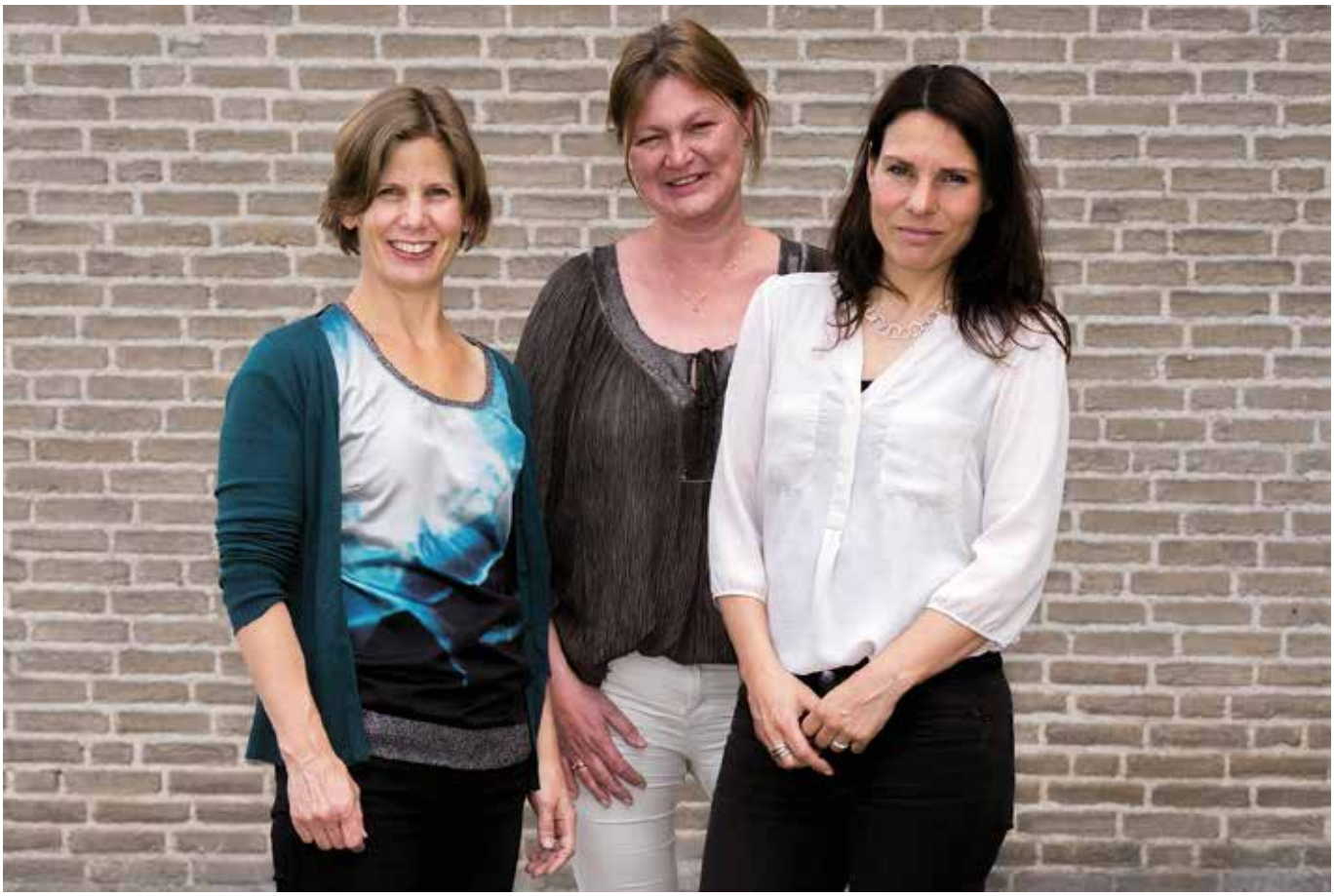
Met een smartphone of tablet kun je zien wie er voor de deur staat en de deur openmaken of dichtdoen. Dat geldt ook voor anderen die door de bewoner zijn gemachtigd, zoals mantelzorgers of zorgprofessionals. De verlichting kan vanuit huis of daarbuiten worden bediend. Dit is handig en veilig. Gordijnen, 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.

Langer thuis
in eigen huis

Team



Het team dat onderzoek deed naar de rijwoningen uit de jaren zeventig:

Monique Gorisse – architect bij Studio GO
Margo Emmen – toegepast gerontoloog bij Langer door
Els Leclercq – stedenbouwkundige bij Studio Aitken

Team

Het team dat onderzoek deed naar de rijwoningen uit de jaren zeventig:

Ernst Joosten – architect bij Ernst Architect
Dion Broeders -specialist ouderenzorg bij Leef!
Bert Voeten – landschapsarchitect bij Plancompagnons

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

BNA BNAonderzoek · Provincie Noord-Brabant · Gemeente Breda · PLATFORM31 · De Architecten Winkel · Wonen met gemak