PAS-werkgroep Wonen over de woonbehoeften van volwassenen met autisme:

Pleziérig en rustig wonen wat is daarvoor nodig?

Als ik aan wonen denk, dan denk ik aan een plek waar ik mijzelf kan zijn. Waar ik rust kan vinden. Waar ik met plezier naar toe ga", zegt Marla Vernoy (54). In werkelijkheid ontvlucht zij haar gehorige rijtjeswoning in het zuiden van het land zo veel mogelijk omdat zij er alles behalve rust vindt. Vaak droomt zij van emigratie naar het rustige en dunbevolkte Noorwegen. "Maar dat kan ik helaas niet betalen."

Marla is lid van de werkgroep Autisme en Wonen van PAS, een onafhankelijke belangenvereniging van normaal- tot hoogbegaafde volwassenen met autisme. Deze werkgroep ontvangt regelmatig mails van mensen die kampen met ernstige problemen op het gebied van wonen. Marla: "Het gaat om mensen die prima zelfstandig kunnen wonen, maar helemaal gek worden van hun omgeving. Voor hen zijn er echter nauwelijks voorzieningen, zij vormen een vergeten doelgroep op de woningmarkt"

PAS-werkgroep Autisme en Wonen

Om hier aandacht voor te vragen heeft de PAS-werkgroep Autisme en Wonen onlangs de brochure *Autismevriendelijk wonen – Volwassenen met autisme, een vergeten groep op de woningmarkt?* uitgebracht. Uitgangspunt van deze helder geschreven brochure vormen de 'pure' woonbehoeften van volwassenen met autisme. Dat wil zeggen: los van de zorg.

"Het is echt een probleem dat er dit moment vrijwel uitsluitend speciale woonvoorzieningen bestaan voor mensen met autisme die zeer intensieve zorg nodig hebben", zegt Petra Geurts (36), die net als Marla lid is van de PAS-werkgroep. "Hierbij staat de zorg centraal, en niet het autismevriendelijke wonen."

Hetzelfde ziet Petra - tot haar grote ergernis- bij woonvoorzieningen voor normaal begaafde jongeren met autisme die enige begeleiding nodig hebben, bijvoorbeeld op het gebied van huishouden. "Deze jongeren komen terecht in gehorige huizen in onveilige buurten. Ik begrijp dat niet. Het is zo langzamerhand toch algemeen bekend dat mensen met autisme overgevoelige zintuigen kunnen hebben?"

Particuliere wooninitiatieven

Alleen autistische jongeren met een normale intelligentie voor wie de ouders een wooninitiatief opzetten, beschikken vaak over geschikte woningen, signaleren Marla en Petra met enige jaloezie. "Dat geluk hebben wij helaas niet, want wij zijn al volwassen", zegt Marla. Een tijd geleden probeerde zij zich uit pure wanhoop aan te sluiten bij zo'n ouderinitiatief. Marla, lachend: "Ze lieten mij weten dat ze liever geen bejaardenhuis voor hun kinderen wensten."

Concrete tips voor de woningmarkt

De brochure is vooral gemaakt voor 'beslissers' op de woningmarkt, zoals architecten, leidinggevenden van woningbouwverenigingen en particuliere verhuurders. De leden van de PAS-werkgroep hopen dat zij de aanbevelingen en tips die in de brochure staan ter harte zullen nemen. Bijvoorbeeld de aanbeveling om mensen met autisme 'prikkelregie' te geven in hun woning. Dat wil zeggen: de controle over zintuiglijke prikkels als geluid, licht en geuren.

Dat is precies wat Marla op dit moment niet heeft. De hele dag hoort zij bij de buren deuren slaan, gestamp op de trap, deurbellen klinken en mensen bellen. "Ook staat er vaak muziek op", zegt zij. "Geen verkeerde muziek trouwens, maar ik wil graag zelf bepalen wanneer ik ernaar luister."

DOOR: JULIE WEVERS

Tip: consulent speciale doelgroepen

Woningbouwverenigingen wordt in de brochure geadviseerd om een 'consulent speciale doelgroepen' aan te stellen. Die zou woningzoekenden met autisme onder andere de kans kunnen geven om wat langer in de woning te verblijven voordat zij hun keuze maken. Omdat zij op méér dingen moeten letten dan anderen, zoals geluiden uit de omgeving. "Toen ik drie jaar geleden een woning van een corporatie bezocht, kreeg ik daar hooguit 5 à 10 minuten voor. Dat is denk ik de standaard", zegt Petra. "Gelukkig bleek het een prima woning, maar voor hetzelfde geld was dat niet zo geweest. Ik had toen eigenlijk een lijstje mee moeten nemen met alle punten die voor mij belangrijk zijn."

Gevraagd naar wat er dan op haar lijstje had gestaan, zegt Petra onmiddellijk "Mechanische ventilatie. Die moet écht uit kunnen anders klinkt er de hele tijd gezoem in huis." Ook de buurt is voor haar belangrijk. Die moet niet onveilig zijn, maar ook niet te gezellig. Petra: "Als een flat tijdens een WK-voetbal is versierd met oranje vlaggetjes, dan weet ik genoeg." Marla vult aan: "Oh ja, de Oranje-indicator, daar let ik ook altijd op."

Ingrijpende gevolgen

De gevolgen van een ongeschikte woonsituatie zijn ingrijpend voor mensen met autisme, zo staat in de brochure. "Het vreet echt energie als je niet prettig kunt wonen; het beheerst mijn leven", zegt Marla. "Het komt er op neer dat je minder energie overhoudt voor andere belangrijke dingen in het leven, zoals werk of scholing."

Opvallend is dat veel mensen die bij PAS aankloppen voor advies, zelf nauwelijks in staat zijn om iets aan hun woonproblemen te doen. Ondanks hun vaak hoge intelligentie. Het gebrek aan financiële middelen speelt een belangrijke rol. "Veel mensen met autisme hebben geen betaalde baan, of ze werken parttime", zegt Petra. "Ze zijn hierdoor aangewezen op de goedkopere woningen en juist die zijn vaak gehorig. En geld om hun woning goed te isoleren is er vaak ook niet."

Ook het gebrek aan sociale vaardigheden speelt de doelgroep vaak parten. "Op diplomatieke wijze je ongenoegen over geluidsoverlast aan je buren uiten, is moeilijk als je autisme hebt", zegt Petra. "Het dringt bovendien meestal pas heel laat tot mij door dat ik ergens last van heb. En dan ben ik inmiddels zo overprikkeld, dat ik het echt niet meer op een nette manier kan afhandelen."

Het grootste probleem is misschien wel dat het vaak om dingen gaat die andere mensen volstrekt normaal vinden, zoals een radio die altijd aan staat. "Als je daar over klaagt, ben je óf gek óf een zeurpiet", zegt Marla. Voor veel mensen met autisme is er daarom eigenlijk maar één echte oplossing: op zoek gaan naar autistische buren.

> "Het vreet energie als je niet prettig woont"

Klasse wonen: voor en door mensen met autisme

Op dit moment proberen Marla en Petra dit te verwezenlijken; samen met een aantal andere volwassenen met autisme proberen zij een woonproject in Arnhem op te zetten (zie link onderaan artikel). Marla: "Als je zelf autistisch bent, dan begrijp je heel goed dat iemand last kan hebben van een lade die telkens te hard wordt dichtgedaan. Of dat iemand geen zin heeft in een praatje met de buren als hij moe thuis komt van zijn werk."

Dat herkenning het grote verschil maakt, merkt Petra dagelijks op haar werk bij het Utrechtse softwaretestbedrijf Specialisterren waar voornamelijk testers met autisme werken. "Als een collega vraagt of ik mijn bananenschil even in de keuken wil weggooien, omdat hij hem anders de hele dag ruikt, dan snap ik dat meteen. Daar worden verder geen woorden aan vuil gemaakt."

De brochure *Autismevriendelijk wonen - Volwassenen met autisme, een vergeten groep op de woningmarkt?* is te downloaden en te bestellen via de website van PAS, www.pasnederland.nl. •

Heb je autisme en ben je op zoek naar een woning?

Heb je interesse om met andere volwassenen met autisme samen te wonen in Arnhem? Lees dan meer over het woonproject van Petra en Marla: www.klassewonen.nl.