

Dames The-blik: 'We gaan naar buiten...'

De Dames The, Tineke van den Klinkenberg en Hetti Willemse, gaan sinds 2011 onverwachts op zorgvisite bij verpleeghuizen en woonzorgcentra door heel Nederland. Ze beoordelen de huizen op het 'thuis voelen' en kijken ernaar met de blik van: hoe zouden wij dit verpleeghuis voor onze eigen vader of moeder vinden? Op basis van hun zorgvisite ervaringen schrijven ze mooie blogs die verschijnen op de website van Waardigheid en trots.

We gaan naar buiten...

Louis Davids zong het. Meer recent Wim Sonneveld en Gerard Cox.



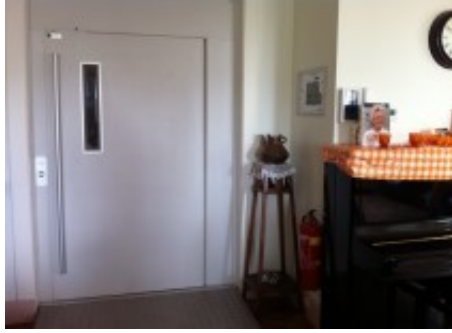
Het lijkt een open deur. Naar buiten gaan. Een frisse neus halen. Een vleugje zwoele wind over je gezicht. Een sneeuwvlokje op je hand of vrolijk gespetter op je paraplu. Stelt u zich eens voor hiervan verstoken te zijn. Wat doet dat met je als mens. Tijdens onze zorgvisites letten wij er altijd op hoe makkelijk of moeilijk verpleeghuizen het voor de bewoners maken om naar buiten te kunnen gaan. Is er een kapstok voor je jas in de hal of is je jas opgeborgen in de kast op je appartement. Liggen er fleecedekentjes op de stoelen van het buitenterras, zodat je het ook bij fris weer aandurft even lekker buiten te gaan zitten.

Dames The – www.zorgvisite.nl

“U begrijpt het al. Recht op buitenruimte voor de bewoners. De mooiste zicht en kijkplekken voor de bewoners. Maak het makkelijk en verleidelijk voor bewoners en hun naasten om ervan te genieten en er gebruik van te maken. Liggen er bijvoorbeeld fleecedekentjes op de stoelen van het buitenterras, zodat je het ook bij fris weer aandurft even lekker buiten te gaan zitten?”

...waar de vogeltjes fluiten. Waar het zonnetje zo heerlijk schijnt.

Telkens weer verbazen we ons over de indeling van heel veel verpleeghuizen: de kantoren, de behandel functies, de kerkzaal en dergelijke op de begane grond en de bewoners met dementie op de hoger gelegen etages. Niet zelden vier of vijf hoog op veelal gesloten afdelingen. Met een beetje geluk is er gedacht aan een ruim balkon of terras, gekoppeld aan de gemeenschappelijk woonkamer. Het is dan prettig als de woonruimte vloeiend overloopt naar het balkon via bv drempelloze schuifpuien. In menig verpleeghuis is dat niet zo geregeld, zit de deur op slot en moet je hordeloper zijn om de drempel te nemen.



De balkons of terrassen hebben muurhoogtes die bordjes met ‘verboden naar buiten te kijken’ overbodig maken. Natuurlijk weten wij dat verpleeghuizen dit legitimeren met: ‘men zou er eens overheen kunnen klimmen’. Nog los van het feit dat het waarborgen van toezicht een kwaliteitseis is en dat een gemiddeld bijna negentigjarige geen snelheidsduivel of kampioen hoogspringen is, vinden wij dit geen excuus om hiermee fragiele en kwetsbare bewoners het contact met de omgeving te onthouden. Dat geldt ook voor de plek van de lift in verpleeghuizen. Deze zit vrijwel altijd buiten de gesloten deur van de woongroep of afdeling en je hebt een code nodig om de lift te kunnen gebruiken. Alweer een obstakel voor de frisse neus. Dat het anders kan is te zien bij bv Hogeweyk of Jonkerszorg, waar de lift een integraal onderdeel is van het je zelfstandig en vrijelijk kunnen verplaatsen. En zelfs bij een negen etage hoog verpleeghuis in Gouda, dat wij laatst bezochten, bleek het mogelijk de lift op die manier in te zetten.

...waar de koetjes zoetjes loeien. De prinsessenboontjes groeien.

Veel verpleeghuizen staan op ware zorglandgoederen. Maar oh wat zijn ze saai. De buitenruimte bestaat nu vooral uit kijkgroen, als het al aan te zien is. Vroeger was de tuinman één van de centrale personen. Hij kende de bewoners en hij zorgde voor de varkens en de vruchtbomen. ‘Dass war einmal’. Maar het doet niets af aan het feit dat de grootonderhoud contracten die nu met hoveniersbedrijven zijn afgesloten aan een herinvulling toe zijn.



Op een gevarieerde manier inhoud geven aan je buitenruimte, hoe groot of klein die ook is, is van essentieel belang voor de kwaliteit van leven. Vogelbolletjes voor de ramen, een verhoogd konijnenhok, een kippenren, plantenbakken aan het balkon, wasgoed aan de lijn, picknick tafels, fleecedekentjes op de stoelen, speelse goed geplaveide wandelweggetjes, aangename bankjes die schoon zijn en van de goede hoogte, sport en spel faciliteiten voor alle leeftijden. Vaak tref je alleen de obligate wipkip. Maak het, zo mogelijk samen met het plaatselijke verenigingsleven, spannend zodat (achter)kleinkinderen meer en langer naar opa gaan. Zij lekker een partijtje badminton en oma die ervan geniet. Blaas al die verloederde jeu de boules baantjes, die wij bij vrijwel elke zorgvisite aantreffen nieuw leven in. Heb je een vijver of water om het huis denk aan een vissteiger of kleine speelbootjes. Zet wandelroutes uit. Bij Isselwaerde van AxionContinu hebben de activiteitenbegeleiders dat samen met bewoners gedaan.

- Dames THe-blik

[click to tweet](#) Inhoud geven aan buitenruimte [#verpleeghuis](#) is van essentieel belang voor de

...en zo al je misère verdwijnt!

U begrijpt het al. Recht op buitenruimte voor de bewoners. De mooiste zicht en kijplekken voor de bewoners. Maak het makkelijk en verleidelijk voor bewoners en hun naasten om ervan te genieten en er gebruik van te maken. In de sloopstream wordt het werken in en voor de zorg veel meer ontspannen. Tips te over op www.zorgvisite.nl. Breek het contract met het hovenierbedrijf open en ga van puur passief onderhoud naar actief tuinbeheer ten bate van de bewoners. Zorg ervoor dat bewoners van verpleeghuizen over eigen buitenruimte, direct grenzend aan de eigen woning of gemeenschappelijke woonruimte, kunnen beschikken. Maak een vuist richting de overheid, het ministerie van VROM en eis dat dit in het landelijke Bouwbesluit wordt vastgelegd.

Grijs, groen en gelukkig in de verpleeghuiszorg van Pennemes

Het verbeteren van de kwaliteit van zorg in verpleeghuizen kan op vele manieren. Het Instituut voor Natuureducatie en Duurzaamheid (IVN) kan zorgorganisaties ondersteunen bij groene interventies, die bewezen invloed hebben op het welbevinden van de bewoners. Organisaties die interesse hebben, kunnen zich aanmelden voor dit programma, met de naam Grijs, groen en gelukkig. Dat deed ook Pennemes. Projectleider IVN, Bastiaan Verberne: *“Door ouderen in contact met natuur brengen, willen we allerlei gezondheids- en welzijnseffecten realiseren. Gezondheidsproblemen ontstaan veelal door binnen zitten en een gebrek aan beweging. Dat geldt voor jonge mensen, maar ook voor ouderen.”*

- [Lees het interview met IVN en Pennemes](#)

Meer weten

- [Lees ook de eerdere blogs van de Dames The-blik](#)
- Met de publicatie vanaf 2007 van hun boeken ‘Thuis Wezen’, ‘Thuis Voelen’ en ‘Thuis Zijn’, alsook het boek ‘En zij leefden nog goed en tevreden. Hoe de bureaucratie bijdraagt aan betere ouderenzorg’, breken de Dames The een lans voor het Thuis Voelen en beschrijven zij hoe kwaliteitsverbeteringen in de langdurige zorg praktisch en door iedereen kunnen worden opgepakt. Op de website www.zorgvisite.nl vindt u alle verdere informatie.
- [Abonneer u op de nieuwsbrief \(via website zorgvisite\)](#) van de Dames The en ontvang steeds de nieuwste zorgvisite en tips!