



Thuis in het Verpleeghuis  
Waardigheid en trots op elke locatie

## Piet Sijm, bewoner zorgcentrum Overvest (Omring) “Er zit weer léven in mijn dagen!”



Piet Sijm, bewoner van zorgcentrum Overvest (Omring) in Enkhuizen is zeer enthousiast over de leerlingen van het Martinus College die sinds een paar maanden regelmatig naar Overvest komen. Een nieuwe activiteit, dankzij de extra gelden die het ministerie van VWS in het kader van het programma Waardigheid en Trots vanaf 2016 ter beschikking heeft gesteld voor onder meer een zinvolle dagbesteding voor bewoners van verzorgings- en verpleeghuizen. Drie ochtenden per week komt een groep van zes veertien- en vijftienjarigen naar het zorgcentrum in Enkhuizen voor creatieve, sportieve en ook innovatieve activiteiten. Sijm: “Ze zijn veel nieuwsgieriger dan ik dacht. Er zit weer léven in mijn dagen!”

### Winst

“Er wordt geoefend met het gebruik van mobiel en iPad. In de gymzaal spelen ze badminton met ballonnen. In de wintertijd wordt er veel geschilderd en voor het lente- en zomerseizoen staan er buitenactiviteiten in de planning,” vertelt Joop van der Zande. Als voorzitter van de cliëntenraad van Overvest ziet hij het contact over generatiegrenzen heen als winst voor beide partijen. “Voor de school past dit prima in het project ‘zorg en welzijn’, en voor onze bewoners brengt de komst van de jeugd veel positieve energie.”

## De jeugd van nu en toen



In korte tijd is er al een stevige klik tussen jong en oud. “Ik had niet verwacht zo snel een vertrouwensband met die jongeren te hebben,” aldus bewoner Piet Sijm. “Ik weet bijna zeker dat ze met ons eerder dingen delen dan met hun leraar. Andersom hebben zij ook oprechte interesse in ons leven. Weet je wat ze het liefste willen weten? Wat ik vroeger allemaal heb uitgehaald.”

Joop van der Zande: “Door hun persoonlijke kennismaking met de bewoners van Overvest, krijgen de leerlingen van Martinus een genuanceerder beeld van ouderen. Geen saaie ouwe mensen, maar personen met een verleden waarin soms bijzondere dingen zijn gebeurd. Sommige jongeren overwegen zelfs een loopbaan in de zorgsector, terwijl ze nooit eerder plannen in die richting hadden. Dat is toch een mooi neveneffect.”

## Voor- en napret

“Grandioos!” vindt Piet Sijm het meest treffende woord voor die koppeling tussen jong en oud. “Er zouden nog meer mensen mee moeten doen. Sommigen vinden het moeilijk van hun kamer te komen, maar ik weet het zeker: als ze er eenmaal zijn, vinden ze het geweldig. Voor mij is de lol veel groter dan die drie ochtenden per week. Ik geniet ook van de voor- en napret. Zondag kan ik me er al op verheugen dat die kinderen

maandag weer komen. Dankzij hen voel ik weer leven in m'n lijf!"

## Weer even het gewone leven

Soms staat een leven ineens op z'n kop; een herseninfarct komt vaak onverwachts en heeft soms langdurige gevolgen. Zo kwam een van de bewoners van Lindendael vrij abrupt in het Hoornse verpleeghuis terecht. Gebonden aan een rolstoel biedt het leven ineens minder bewegingsruimte. Juist dan is een uitstapje met de EVV-er (eerst-verantwoordelijk verzorgende) zo waardevol: samen een rondje door de stad en na afloop gezellig ergens eten. "Een heerlijke middag. Wat vroeger zo gewoon was, wordt nu zo bijzonder. En tegelijkertijd leek deze middag weer even zo vertrouwd gewóón," blikte de bewoner hierop terug.

## Mensenwensen

"Dit is nu precies de meerwaarde van dat ruimere budget," benadrukken Agnes Glas en Jeanet Lakeman van Lindendael. "Ruimte om iets extra's te doen. Dit maakt zowel onze bewoners als onze medewerkers enthousiast." Om die extraatjes, bovenop het vaste activiteitenprogramma, zo goed mogelijk af te stemmen op de wensen van de bewoners, is in Lindendael een inventarisatie gehouden. "Wat zou ú graag willen?" "Daar zijn heel verrassende suggesties uitgekomen," vertelt Agnes Glas. "Het optreden van een accordeonist, pianist of zanger in Lindendael. Maar ook bijvoorbeeld de komst van een ijscoman. Of tai chi, rolstoeldansen en aerobic voor ouderen, yoga en meditatie. Dingen die wij eerlijk gezegd zelf niet zo snel zouden bedenken. Maar nu deze wensen door onze mensen zelf geuit zijn, doen we ons best hieraan tegemoet te komen."

## Lichtpuntjes in het leven

Dat geluk niet alleen in grootse dingen schuilt, blijkt wel uit de veel gehoorde wens voor het ouderwetse 'zaterdagavondgevoel': stukje worst en kaas, samen tv kijken, gezelligheid. In Lindendael tegenwoordig in het weekend weer bijna vaste prik. "Het is een voordeel dat Lindendael zo dichtbij de stad gevestigd is, zo is een rondje langs bijvoorbeeld de feestverlichting in december vrij gemakkelijk te regelen," vult Jeanet aan. Ook heel persoonlijke wensen, zoals 'nog eens naar mijn oude school, geboortehuis of het graf van een dierbare' worden zoveel mogelijk gehonoreerd. Agnes: "Onze cliëntenraad vindt het, terecht, belangrijk dat iedereen aan bod komt, ook de mensen die niet meer zo goed dingen kunnen bedenken. Voor hen willen wij bijvoorbeeld ontspannende massages organiseren." Lekker even naar buiten, de wind in je haren en een frisse neus zijn lichtpuntjes die zorgen voor een betere kwaliteit van leven. "Dat geldt natuurlijk ook voor groepsuitjes, zoals aan MAK Blokweer of zwemmen in Omring-locatie de Hoge Hop. Een van onze medewerkers heeft zelfs een rijbewijs voor busjes gehaald, om de bewoners te kunnen vervoeren."

Om naast het vervoer ook alle andere zaken in een ‘handomdraai’ te kunnen regelen, is er in Lindendael een Handboek gemaakt voor activiteiten in drie categorieën – muziek/bewegen/naar buiten – met praktische tips en adresgegevens van relevante contactpersonen. Dit draaiboek is niet alleen beschikbaar voor alle collega’s, maar ook door alle betrokkenen aan te vullen. Zo groeit het gaandeweg.

## Wensboom

“Al die extraatjes betekenen geluuksmomentjes voor onze bewoners,” erkent ook Katrijn van der Vlerk. Ze is pas sinds 1 oktober j.l. locatiemanager van verzorgingshuis Gollards in Den Burg (Texel) en heeft dus de startfase van het project Waardigheid en Trots niet meegemaakt. “Ik weet dat het bij ons begon met een wensboom in het Eethuys, waarin al onze bewoners hun wensen konden ophangen. Daar kwamen prachtige individuele ideeën uit naar voren – vis eten in Oude Schild, een rondje op de motor – maar ook was er een bepaalde overlap. Een prima uitgangspunt voor groepsuitjes, zoals met de bus een rondje over het eiland of op bezoek bij natuurcentrum Ecomare.” Ook werd er met de extra gelden voor het eerst sinds jaren weer eens een groepsvakantie georganiseerd, naar het Tesselhuus, een aangepast vakantiehuis aan de duinrand in De Koog. “Niet echt ver van huis, toch een andere omgeving en meer tijd voor uitstapjes.”

## Eerst nog even wennen

“Er klinkt ook een tegengeluid,” meldt Katrijn eerlijkheidshalve. “Onze medewerkers zijn soms verbaasd: ‘vroeger moesten altijd we altijd op de kleintjes letten en nu lijkt het ineens niet op te kunnen?’ Ook onze bewoners leken in het begin een beetje verlegen met die veelheid aan mogelijkheden.” Juist voor de bewoners die door de overvolle wensboom het bos misschien niet meer zagen, spande de cliëntenraad zich in om ook hen bij de nieuwe mogelijkheden te betrekken. Katrijn: “Het leek net of sommigen over een emotionele drempel geholpen moesten worden. Alsof ze waren afgeleerd iets voor zichzelf te vragen en min of meer berustten in onmogelijkheden. Maar juist die extra financiële ruimte maakt méér mogelijk, én op maat. Zoals wel mee met een rondje met de bus over het eiland en toch op tijd terug zijn voor het vertrouwde middagdutje. Dat is een kwestie van vraaggericht inplannen.”



Foto: Valkenier Mart Schrieken met mevrouw van Empel, bewoner van Gollards op Texel

## Vogelperspectief

Voor dat inplannen wordt ook een groter beroep gedaan op mantelzorgers en vrijwilligers voor de nodige begeleiding. “Die extra uitstapjes lukken niet volledig met onze vaste kern,” belicht Katrijn. “Dus met die extra hulp zijn we nu dubbelblij. Bovendien, nu we weten dat die gelden structureel zijn, kunnen we voor heel 2017 een overzichtelijk jaarplan maken en de activiteiten beter spreiden over het jaar.” Ook omdenken biedt soms soelaas. “Toen het lastig bleek met een grote groep bewoners naar de ‘vogelbush’ Eureka te gaan, kwam de valkenier voor een complete show met zijn roofvogels naar Gollards. Zoiets brengt veel blijdschap.”

‘Dat ik nog lang en gelukkig mag leven,’ was een van de uitingen in de wensboom. Nu er bovenop de bestaande activiteiten in de zorgcentra van Omring wat meer rek in het budget is voor extra leuke dingen, zorgt dat in ieder geval vast voor meer momenten van geluk.

Bron: Omring

## Meer weten

- Lees meer over de [extra middelen Waardigheid en trots voor zinvolle dagbesteding en deskundigheidsbevordering](#)
  - Omring neemt ook deel aan Waardigheid en trots – Ruimte voor verpleeghuizen o.a. op [locatie Lindendael](#) wordt het verbeterproject 'In verbinding' uitgevoerd
- 

**tags:**

[Dagbesteding](#) (86), [Omring](#) (21), [Welzijn](#) (153)

**thema:**

[Wonen en welzijn](#) (246)