

‘Wanneer een bewoner zich prettig voelt, heeft hij minder zorg nodig’

Steeds meer mensen brengen hun oude dag door in een kleinschalige woonvorm. Anders dan in een traditioneel verzorgings- of verpleeghuis is daar meestal geen uitgebreid activiteitenprogramma of bloeiend verenigingsleven. Wie is er dan verantwoordelijk voor een leuke en zinvolle dagbesteding?

Door Femke van den Berg | Foto Corine Zijerveld

► Het is etenstijd. Mijnheer De Boer (87) zit met een paar andere bewoners aan tafel. Vol vuur vertelt hij over zijn leven als schipper op de grote vaart. De anderen hangen aan zijn lippen. Dan komt woonbegeleider Hannie binnen. Ze schrikt als ze ziet hoe mijnheer De Boer op een wiebelig krukje zit, steunend met zijn ellebogen op tafel. ‘Mijnheer De Boer, ik vind dat u beter op een stoel kunt gaan zitten’, zegt ze bezorgd. Mijnheer schudt zijn hoofd. ‘Nee hoor, het gaat best’, antwoordt hij. Enthousiast vertelt hij verder over zijn belevenissen op het schip. Maar Hannie pakt kordaat een stevige stoel en manoeuvreert hem erin. Vanuit haar ooghoeken ziet ze ondertussen hoe mevrouw Talsma (89) een boterham met kaas pro-

beert te snijden. Door haar parkinson gaat dat heel moeizaam; haar handen trillen helemaal. ‘Laat mij u maar even helpen’, zegt Hannie. In een mum van tijd snijdt ze de boterham in hapklare brokjes. Dan loopt ze weg om een kan thee te gaan pakken. Aan tafel heerst een verslagen stilte.

Wie heeft de regie?

Situaties als die van mijnheer De Boer, mevrouw Talsma en woonbegeleider Hannie zijn in de zorg aan de orde van de dag, weet Marijke de Blaauw, senior adviseur bij Cerein (een bureau dat zorgmedewerkers traint, adviseert en coacht) ‘De conditie van mensen die in een instelling terechtkomen, holt meestal achteruit’, vertelt ze. ‘Dat komt doordat wij deze mensen,

met de beste bedoelingen, steeds maar willen helpen. We nemen hen de regie uit handen. Maar dan worden de bewoners afhankelijk en zitten zij minder lekker in hun vel.’ Want, zo betoogt Marijke, mensen voelen zich veel prettiger als ze de touwtjes van hun eigen leven zo veel mogelijk in eigen hand houden.

De gedachte achter het kleinschalig wonen is dan ook dat bewoners een zo normaal mogelijk leven kunnen leiden, maar dan wel met de ondersteuning die daarvoor nodig is. Dat betekent dat bewoners onder meer hulp kunnen krijgen bij het opstaan, wassen, eten en bij tal van andere activiteiten. In de dagelijkse praktijk zijn het vooral de woonbegeleiders die dit gestalte moeten geven, want zij

zijn immers 24 uur per dag op de groep. 'Maar zij hebben dus veel op hun bordje: de dagelijkse verzorging, de huishoudelijke taken', constateert Marijke. 'Voor dagbesteding is dan niet altijd tijd, hoewel bewoners, medewerkers én familieleden dit wel heel belangrijk vinden.'

Wat is welzijn?

Woonbegeleiders besteden veel van hun tijd aan verzorgende taken. Dit is volgens Marijke ook wel logisch, omdat deze taken nu eenmaal essentieel zijn voor een goede zorgverlening. Bovendien hebben veel woonbegeleiders een achtergrond in de verzorging. 'Maar als je vooral bezig bent met de zorg, bestaat de kans dat het welzijn erbij inschiet. Terwijl juist het welzijn voor bewoners zo belangrijk is', zegt Marijke. Welzijn heeft volgens haar te maken met de mate waarin mensen zich geestelijk en lichamelijk prettig kunnen voelen. Het gaat om een adequate gezondheidsbescherming en -bevordering, een veilige woonruimte, respect voor en ondersteuning van de eigen identiteit en levensinvulling, en om een aantrekkelijke dagbesteding. Een goede hygiëne, goede lichaamsverzorging en smakelijk eten en drinken horen volgens Marijke bij welzijn, maar ook het organiseren van activiteiten of onderhouden van vrijetijdsverenigingen. 'De kern van welzijn is echter een goede bejegening. Iedere bewoner wordt als een waardevol mens behandeld', zegt ze.

Wat doet de dagbestedingscoach?

Om te voorkomen dat het welzijn



Marijke de Blaauw: 'De conditie van mensen die in een instelling terechtkomen, holt meestal achteruit. Dat komt doordat wij deze mensen, met de beste bedoelingen, steeds maar willen helpen.'



Foto: iStockphoto

Iemand op een prettige manier wekken, wassen en aankleden bevordert haar welzijn.

in kleinschalige woonvormen ondersneeuwt, pleit Marijke voor de komst van dagbestedingscoaches. Zo'n coach is verantwoordelijk voor het coördineren, organiseren en bewaken van de kwaliteit van de dagbesteding van de bewoners. Zij (of hij) ondersteunt de medewerkers bij het bedenken en uitvoeren van zinvolle activiteiten. Dat is heel belangrijk, omdat veel woonbegeleiders het best moeilijk vinden om een goede dagbesteding voor een bewoner te verzinnen. Marijke benadrukt overigens dat het niet in de eerste plaats gaat om activiteiten als knutselen, bloemschikken en spelletjes doen, maar juist ook de gewone, dagelijkse dingen: samen het eten bereiden, de was opvouwen, iemand op een prettige manier wekken, wassen en aankleden. 'Het draait er niet om dat je "de

klus zo snel mogelijk klaart", maar dat je bij alles wat je doet echt contact maakt met een bewoner. Dan draag je bij aan diens welzijn. En wanneer een bewoner zich prettig voelt, heeft hij minder zorg nodig', aldus Marijke. Hoewel een dagbestedingscoach op de eerste plaats anderen ondersteunt, voert zij ook wel zelf activiteiten uit. 'Het gaat dan met name om heel specifieke individuele activiteiten. Bijvoorbeeld een bezoek aan een betekenisvolle plek, zoals het dorp waar een bewoner zijn jeugd doorbracht. En het gaat om groepsactiviteiten, zoals een mannen- of vrouwenpraatgroep, een bewegingsactiviteit', zegt Marijke. 'Vaak doen aan zulke grootschalige activiteiten mensen uit verschillende woningen mee.' Verder betreft de dagbestedingscoach ook familieleden en

Dagbestedingscoach: onzin of noodzaak?

Hoe geef je dagbesteding vorm in een kleinschalige woonvorm? Is het altijd noodzakelijk om hiervoor een dagbestedingscoach aan te stellen? Of is het onzin? De meningen hierover lopen uiteen, zo bleek tijdens een workshop over dit onderwerp.

Op 29 september vond in Ede het congres Kleinschalig wonen voor ouderen: de dagelijkse praktijk plaats. Marijke de Blaauw verzorgde er tweemaal een workshop. Zo'n 85 activiteitenbegeleiders, (eerst verantwoordelijke) verzorgenden, vertegenwoordigers van cliëntenraden en managers in de ouderenzorg namen eraan deel. Aan de hand van stellingen gingen zij met elkaar in gesprek over de (on)wenselijkheid van de dagbestedingscoach. Zowel voor- als tegenstanders hadden goede argumenten.

Kost veel, wast een beetje

'Een dagbestedingscoach kost veel en wast een beetje', zo wordt een van de deelnemers aan de workshop kernachtig de

bezwaren van de tegenstanders. Met andere woorden: waarom zou je veel geld uitgeven aan een dergelijke coach, terwijl je vooral handen aan het bed nodig hebt? Bovendien is een dagbestedingscoach maar een paar uur per week in huis, terwijl de woonbegeleider er 24 uur per dag is. 'Die kent de bewoners dus veel beter en kan perfect inspelen op hun wensen, die trouwens ook in het zorgleefplan staan. Als zij hulp nodig heeft, schakelt de woonbegeleider wel familie of vrijwilligers in. Geen professionals, want dan creëer je al snel weer een verpleeghuis in het klein. En dat is juist niet de bedoeling van het kleinschalig wonen.'

Daar komt nog bij dat veel bewoners niet op zo'n coach zitten te wachten, denken de tegenstanders. 'Zij denken bij het woord "coach" in de eerste plaats aan een voetbaltrainer. En ze snappen niet waarom een deskundige zich zou moeten bemoeien met hoe zij de dag doorbrengen.'

Zonder welzijn wel pijn

Maar de dagbestedingscoach is er dan ook niet primair om met de bewoners activiteiten te doen, benadrukken de voor-

vrijwilligers bij het uitvoeren van de activiteiten. Ook kan zij meer algemene adviezen en tips geven op het gebied van welzijn. 'Ze is niet altijd op de groep aanwezig, maar werkt gewoonlijk bij verschillende woningen. Daardoor heeft ze een helikopterblik ontwikkeld en signaleert ze snel wat er goed gaat en wat misschien nog beter kan', aldus Marijke.

Wie is de dagbestedingscoach?

Wie is nu die dagbestedingscoach? Welke opleiding heeft zij achter de rug? En wat voor werkervaring brengt ze mee? 'Er is maar een opleiding tot dagbestedingscoach en die wordt verzorgd door Cerein', vertelt Marijke. 'De opleiding is verdeeld over vijf dagen en wordt vooral gevolgd door activiteitenbegeleiders. Daarnaast hebben we ook wel zorgmedewerkers

opgeleid. Belangrijk is in elk geval dat een dagbestedingscoach deskundig is, of wordt, op het gebied van activiteiten en vooral op welzijnsterrein. Want zij heeft "welzijn" als leidend principe. Verder is ze een teamspeler die vertrouwen heeft in de woonbegeleiders. Ze moet niet de politie van het welzijn worden, maar wel een inspirerende en stimulerende kracht zijn, die veel overlaat aan de eigen inzichten van de woonbegeleiders. Samen met alle professionals, leidinggevend en management, is zij verantwoordelijk voor het welzijn van de bewoners. Want welzijn is een zaak van iedereen.' ◀

Meer informatie:
<http://www.cerein.nl/index.php?id=354>
www.beleefkleinschaligwonen.nl



Foto iStockphoto

Smakelijk eten en drinken horen bij welzijn.

standers. Zij ondersteunt de vrijwilligers, familie en zorgmedewerkers en dat is echt nodig. 'Want ook al hebben zij oog voor welzijn, het is een illusie om te denken dat ze over dezelfde deskundigheid beschikken als een dagbestedingscoach. Terwijl de kern van het leven draait om welzijn', aldus een voorstander. 'Waarom zou het belangrijker zijn om iemand te wassen dan om eens samen kleding uit te zoeken, een spelletje te doen, koffie te drinken, een gesprek te voeren dat dieper gaat dan het dagelijkse babbeltje over het weer? Familieleden en vrijwilligers hebben daar ook niet altijd de tijd of de bagage voor. De dagbestedingscoach wel. Natuurlijk kost zo'n professional geld, maar je kunt haar betalen vanuit de zorgzwaartepakketten, eventueel aangevuld met eigen bijdragen van bewoners. Ze hoort er gewoon bij. Want zonder welzijn doet het leven pijn.'

Onmisbaar?

Kortom: het laatste woord is nog niet gezegd over de dagbestedingscoach – of welzijnscoach, zoals sommigen deze professional ook wel noemen. Hoewel de meerderheid van de workshopdeel-

nemers zo'n coach wel ziet zitten, zijn er eveneens goede argumenten genoemd door tegenstanders.

Marijke, zelf groot voorstander van de dagbestedingscoach, kan zich ook situaties voorstellen waarin de dagbestedingscoach weinig toevoegt. Bijvoorbeeld als een team al een sterk 'welzijnsgen' heeft, doordat meerdere SPW'ers er deel van uitmaken, en is voldaan aan een aantal randvoorwaarden: de teamleden hebben een passende scholing gevolgd, de zorgorganisatie heeft een duidelijke visie op kleinschalig wonen en er zijn goede werk-omstandigheden voor woonbegeleiders met onder meer deskundigen op wie zij kunnen terugvallen.

Maar in veel gevallen is een dagbestedingscoach wél nodig, vindt Marijke. 'Zeker in de eerste fase, als medewerkers de overstap maken van grootschalig naar kleinschalig wonen. In het verpleeghuis was de activiteitenbegeleider er voor de activiteiten en deden de verzorgenden de verzorging. Die gescheiden taakverdeling verdwijnt bij het kleinschalig wonen. Dat betekent voor medewerkers een enorme ommezwaai. Om die goed te laten verlopen, is de inbreng van de dagbestedingscoach een uitermate krachtige ondersteuning.'