

KLEIN

SCHA

LIG



WONEN

“

Een plek die je kunt inrichten, zoals je zelf wilt en waar je je veilig voelt, we hebben er allemaal behoefte aan. Voor dementerenden geldt dit nog veel sterker. Zij raken langzaam de grip op hun leven kwijt. Juist zij zoeken naar beschutting en veiligheid, ondanks dat zij zich afzetten tegen een opname.

”

KLEIN
SCHAA
LIG
WONEN

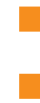


Ezra van Zadelhoff

De cliënt is de belangrijkste bezoeker van ons huis
Hij is niet van ons afhankelijk
Wij zijn van hem afhankelijk
Hij is geen onderbreking van ons werk
Hij is ons doel
Hij is geen buitenstaander in onze organisatie
Hij is daar een deel van
Wij doen hem geen gunst als wij hem bedienen
Hij bewijst ons een dienst als wij hém mogen bedienen

(uit: visie Sevagram)

Definitie



“We spreken van kleinschalig wonen als een kleine groep mensen (maximaal 6 - 8 personen), die intensieve zorg en ondersteuning nodig hebben, met elkaar in één groepswoning wonen.

Hier kunnen zij een zo normaal mogelijk leven leiden. Eigenlijk net als thuis.”



Bewoner:

“En als ik even geen zin heb in andere mensen, dan trek ik me terug in mijn eigen kamer. Lekker in mijn eigen luie stoel zitten en tv kijken of een middagdutje doen. Heerlijk.”



[voorwoord]

Dit boekje is gemaakt speciaal voor u, (toekomstig) bewoner, mantelzorger, (zorg)medewerker, vrijwilliger of anderszins geïnteresseerde in dit bijzondere thema. We willen namelijk graag dat u een goed en helder beeld krijgt over kleinschalig wonen. Waarom willen we dat? Omdat veel mensen een verkeerd beeld hebben van de opvang en begeleiding van dementerende ouderen. “Dat kan vast niet anders dan op grote afdelingen waar te veel bewoners verblijven onder de druk van rigide en routineuze werkprocessen”, denken velen. **Misschien u ook?**

Dit boekje laat zien dat het binnen Sevagram wel degelijk anders kan. Kleinschalig wonen biedt juist het tegenovergestelde van datgene waar mensen vaak sceptisch tegenover staan. →

De zorg bij kleinschalig wonen is niet gericht op behandeling of genezing, maar op het bieden van een goede kwaliteit van leven in een huiselijke situatie.



[voorwoord]



Bewoners treffen bij kleinschalig wonen een vertrouwde omgeving, geborgenheid, huiselijkheid en veiligheid (zowel overdag als 's nachts) aan, maar primair menselijkheid, waardigheid en gezelligheid.

U treft in dit boekje, zoals gezegd, tekst en uitleg aan over kleinschalig wonen. Maar omdat één foto meer dan de bekende duizend woorden zegt, willen we u vooral graag via beelden laten zien hoe prettig bewoners zich voelen in een kleinschalige moderne groepswooning, voorzien van relevante domotica (huiselijke elektronica).

De foto's laten zien hoe huiselijk ouderen het hebben dankzij de gezamenlijke woonkamer en eigentijdse keuken, hoe gezellig ze het vinden om samen eenvoudige activiteiten op te pakken en hoe prettig ze zich voelen op hun kamer met hun eigen vertrouwde spullen.

Maar bovenal hoe sfeervol kleinschalig wonen is.

We hopen dat dit boekje voor u de drempel verlaagt om, na het maken van een afspraak, vrijblijvend een kijkje in één van onze kleinschalige huizen te nemen. U zult dan zien dat de sfeer informeel is en dat men er eigenlijk heel 'gewoon woont'.

Dementie is ook bij kleinschalig wonen niet op te lossen, maar dementerenden wordt via deze woonvorm wel zo lang mogelijk een goede kwaliteit van leven geboden. Dat is wat we uiteindelijk toch allemaal graag willen.

Drs. Mariëtte Keijser

Raad van Bestuur

Dames die al lang geleden nog een aardappelmesje ter hand hebben genomen, weten na komst in een kleinschalige groeps-woning plotseling niet meer van ophouden. Het blijkt een



aanstekelijke bezigheid te zijn. En een van de heren waakt over de pan met zuurvlees, want laat het niet gebeuren dat deze heerlijke Limburgse lekkernij aangebrand op tafel komt!



Kleinschalig wonen wonen zoals thuis

HUISELIJKE OMGEVING

Iedereen woont het liefst in zijn eigen huis, ook wanneer hij zorg nodig heeft. Voor mensen met dementie komt ooit het moment dat dit niet langer mogelijk en nog verantwoord is. Wij hebben ervaren dat mensen die door dementie niet langer thuis kunnen wonen, zich het meest op hun gemak voelen in een veilige, rustige, herkenbare en huiselijke omgeving. Grootschalige verpleeghuizen zijn volgens Sevagram hierop niet het goede antwoord, het creëren van een kleinschalige omgeving is dat wel.

De bewoners vormen samen een zo normaal mogelijk huishouden en kunnen zelf zo veel mogelijk hun dagelijks leven inrichten, zoals zij dat graag zelf willen. Onze medewerkers zijn onderdeel van dat huishouden



De beperkte schaalgrootte maakt het makkelijker om in te spelen op individuele behoeftes en wensen.



en sluiten, in de ondersteuning en zorg die zij bieden, zoveel mogelijk aan bij de leefwijze en vertrouwde rituelen van de bewoners.

EEN GEWOON HUISHOUDEN

Bewoners hebben ieder een eigen kamer, een gezamenlijke woonkamer en een moderne keuken waar ze ook zelf desgewenst kunnen koken. Zij kunnen van huis enkele **vertrouwde** meubels meenemen, zodat ze zich snel thuis voelen in hun nieuwe woonomgeving.

Bewoners beslissen bij kleinschalig wonen zelf wanneer ze opstaan en naar bed gaan. Onze medewerkers doen daarbij hun uiterste best het bewoners naar de zin te maken en helpen hen bij het voeren van een huishouden.



... vrij van Zweedse banden

Anita, dochter van mevrouw Lemmerlijn: "Sinds mijn moeder hier woont kom ik weer echt bij haar op visite. Ik weet dat ze het goed heeft en dat er naar haar wordt omgekeken. Ik kom nu naar háár toe niet om te regelen, te verzorgen en om de koelkast bijvoorbeeld te checken. Ik ga gezellig met mijn moeder kletsen of een eindje wandelen. Maar als eerste drink ik het door haar zelf gezette lekkere verse kopje koffie."

Bovendien werken onze medewerkers samen met verschillende disciplines, zoals verpleeghuisarts, psycholoog en fysiotherapeut. Geconstateerd moet worden dat bij kleinschalig wonen de bewoners minder snel in paniek raken, minder vaak noodgedwongen vastgebonden worden (vrij van Zweedse banden!), minder vaak weggelopen, beter slapen en veel minder rustgevende medicatie nodig hebben.

In Nederland stijgt het aantal kleinschalige woonvoorzieningen in de verpleeghuissector gestaag.

De reacties van bewoners, mantelzorgers, medewerkers en vrijwilligers zijn veelal lovend, omdat de beperkte schaalgrootte het veel makkelijker maakt om in te spelen op individuele behoeftes en wensen.

De bewoner staat daadwerkelijk centraal. Dagelijkse huishoudelijke bezigheden gaan gewoon door: wassen, strijken, boodschappen doen, koken, het gebeurt allemaal net



Meneer Kicken, bewoner:
"Toen ik jarig was hingen er slingers en werd ik verrast met een feestelijk gedekte tafel. Kopje koffie en stukje cake, zó wil ik hier wel elke dag jarig zijn!"

zoals thuis. Weet een zorgmedewerker niet precies hoe je sudderlapjes maakt? Menig bewoner kan het hem enthousiast vertellen of misschien zelfs voordoen. En ook niet onbelangrijk: de geur van het eten doet eten. Het probleem van slecht of te weinig eten komt in kleinschalige woonvormen veel minder voor.

MAATWERK

Riny Hoonings, locatiemanager VKH-B (groot verpleeghuis voor dementerenden) zegt over deze vernieuwende woonvorm: "De landelijke ontwikkeling is geen groot-schalige verpleeghuizen meer, maar dat kan op verschillende manieren worden opgepakt. Ik denk dat je een gevarieerd en gespecialiseerd zorgaanbod moet bieden.

Verzorgende Laura: "De een kookt liever en de ander doet weer graag bloemschikken of strijkt een berg was. Ieder doet wat hij thuis ook graag deed. En zo doet de één de bruine bonen, de ander de spekjes en de volgende weet precies hoeveel peper en zout. En gezamenlijk komt er zo een ouderwetse lekkernij op tafel waar de jongelui nog heel wat van kunnen leren!"



Maatwerk dus. Afhankelijk van de situatie, de zorgbehoefte. Eerst wordt goed gekeken of deze woonvorm past bij de betreffende oudere. Ook voor Sevagram is zo lang mogelijk thuis wonen nummer één. Echter, ernstig dementerenden zijn gaandeweg hun ziekteproces helaas niet langer in staat de regie over hun eigen leven te voeren. Ze hebben vaak geen besef meer van tijd of plaats en kunnen dingen die voor ons gewoon zijn niet meer in de context plaatsen. Vervolgens worden deze mensen nog te vaak vanuit hun kleine woon- en leefwereld van het ene op het andere moment geplaatst in een verpleegafdeling met dertig bewoners, waar opeens veel prikkels en nieuwe indrukken aanwezig zijn. Je ziet dan ook vaak dat ze dan het spoor helemaal bijster raken.

Een zoon:
“Ik denk altijd maar: hoe zou
ik willen dat er mij wordt
omgegaan als ik het allemaal
niet meer zo goed begrijp?
Kleinschalig wonen zou ik een
prima optie vinden.
In elk geval niet te veel
mensen om mij heen.”

RUST

RUST

Zorgverlening is dus geen technisch proces waarbij alleen kwaliteit van zorg en kostenvermindering de leidende motieven moeten zijn. Kwaliteit van leven als uitgangspunt nemen biedt meer mogelijkheden om de zorg persoonlijker en dus menselijker te maken. Sevagram heeft dit niet voor niets als kernthema van haar activiteiten benoemd. Wat kan Sevagram bijdragen aan de verbetering van de kwaliteit van leven van haar bewoners? De mensen die voor het eerst hebben kennisgemaakt met deze woonvorm zijn in ieder geval super-enthousiast. Het woord dat je het vaakst hoort is ‘rust’. De bewoners zijn rustig, in de omgeving is rust, er heerst een vredige sfeer, die beter aansluit bij de belevingswereld van de bewoners.

"Ik help vaak zelf mee en de hemel gaat dan voor je open. Niet: ik moét om 07.00 uur beginnen, omdat ik anders mijn werk niet afkrijg. Nee, hier begin je met een kopje koffie, terwijl je de was vouwt en je wacht tot de eerste bewoner wakker wordt. Dan ga ik het andere deel van mijn werk doen. Wat een verademing."

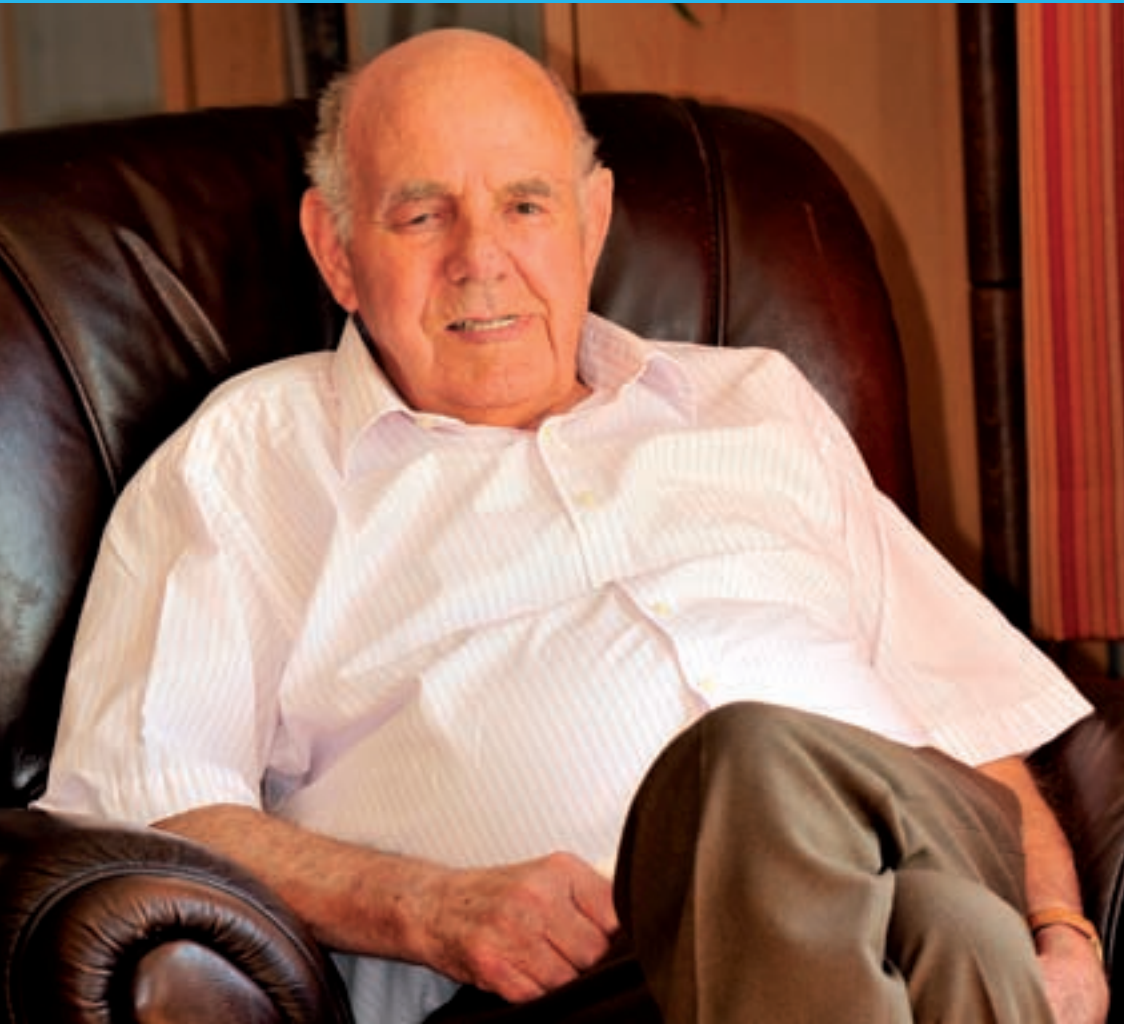
Chantal Vroomen, verpleegkundige

Een groot contrast met de afdelingen van dertig bewoners, waar vaak te veel onrust en drukte heersen. Voor medewerkers en vrijwilligers is het in het begin ook behoorlijk wennen. Men is immers gewend om er 's ochtends meteen keihard tegen aan te gaan. Nu kan het zijn dat je 's morgens om zeven uur binnenkomt en iedereen nog ligt te slapen. Essentieel is dat je met de stroom van de bewoners meegaat. Ook zelf die rust zien te vinden. Samen ontbijten, samen warm eten, er bij gaan zitten, niet er om heen blijven rennen. Op een grote afdeling kun je vaak nauwelijks samen een kopje koffie drinken. In de kleinschalige woonvorm is de keuken van iedereen. Dus kan ook familie zelf koffie zetten, koken of

Voor mensen met dementie is een goede kwaliteit van leven bieden heel belangrijk. Iedereen heeft daar recht op.



Gerda Voskuil over haar echtgenoot: "Ik heb jarenlang zelf voor mijn man gezorgd, maar het werd op een bepaald moment echt te zwaar voor mij. Ik zag enorm op tegen de stap om hem 'weg te doen', want zo voelde dat. Maar nu hij hier woont en ik nog steeds van alles met hem samen kan doen voelt dat heel anders. Het is alleen een nieuw huis, waar hij zich thuis voelt."



een vlaai bakken. En actief bijdragen aan het welzijn van hun dierbaren, onder professioneel toezicht van onze medewerkers. Van de familie/mantelzorg verwacht Sevagram ook dat ze actief deelnemen aan de huishouding en het 'gezinsleven'.

Belangrijk bij kleinschalig wonen is dus dat men afstapt van het denken in geijkte patronen. Zo dragen de medewerkers geen dienstkleding en gebruiken ze geen serveerwagen, want dat doe je thuis immers ook niet. Als een gast rond etenstijd aanwezig is en de bewoners gaan eten, dan schuift hij als vanzelfsprekend aan tafel aan en eet gezellig mee. Net als thuis."

Laat dementerende bewoners vooral hun persoonlijkheid behouden, ook al kunnen ze sommige zaken niet meer zo goed verwoorden. Zie bewoners in de context van de geschiedenis van hun leven.



nieuw woon concept



Kleinschalig wonen geeft mensen met dementie een laatste klein huis.

Bij Sevagram staat een goede kwaliteit van leven van haar bewoners centraal en dat is de reden waarom kleinschaligheid een wezenlijk onderdeel uitmaakt van Sevagram. Kleinschalig wonen is inmiddels al bij verschillende Sevagram-locaties gerealiseerd. In de nabije toekomst zal dit nieuwe woonconcept nog meer worden toegepast. Voor bewoners, familie, medewerkers en vrijwilligers is deze kleinschaligheid vaak een heel andere manier van wonen, leven en werken.

N.B. Staatssecretaris Bussemaker van Volksgezondheid stelde begin 2009 80 miljoen euro extra beschikbaar voor de opvang van ouderen met dementie die niet meer in hun eigen huis kunnen wonen. Met dit geld wil zij in vier jaar tijd 20.000 plaatsen in kleinschalige woonvoorzieningen creëren.

Mijn moeder zou zo graag ook nu haar leven leiden zoals ze gewend was. Ook al is zij vanwege haar leeftijd kwetsbaar en erg vergeetachtig. Ik mag haar niet wegstoppen in een groot verpleeghuis...





Karin van der Plas, verzorgende:

“Deze woonvorm komt bewoners alleen maar ten goede. Ze krijgen meer aandacht, in tegenstelling tot een grotere woonvorm. Daar was je bang dat een bewoner of familielid je iets vroeg, want dat kostte tijd en die had je niet. Hier kunnen we alle energie in de bewoners steken, daar hebben ze recht op. We hebben in alle rust een luisterend oor. Het woord “straks” kennen wij hier niet.”

De uitdaging zit 'm in het zoeken van een balans tussen de autonomie van de bewoner en de verantwoordelijkheid van de medewerker.



Henk van Dijk, wiens moeder al enige maanden kleinschalig woont: "Vanaf het moment dat moeder er woont is zij gelukkig weer aangekomen. In haar woning deed ze bijna niets meer. Ze was daar ook behoorlijk mager geworden. Als je met zijn allen eet, eet je bijna automatisch veel meer dan als je altijd maar alleen moet eten. Als het lekker ruikt en de tafel is gezellig gedekt dan stimuleert dat alleen maar. Lichamelijk is zij er enorm op vooruit gegaan."



Goede zorg
begint bij
zorgen voor
en
geven om

Dementerende mensen gedragen zich zo gek nog niet. De belangrijkste handleiding in de omgang met hen geven zij zelf aan. Als je je maar bewust in hun verdiept.



Vrijwilligster José aan het woord

“Ik vind kleinschalig wonen een geweldig initiatief. Sta er vierkant achter. Ik ben ervan overtuigd dat deze woonvorm de kwaliteit van leven van bewoners, zorgverleners, familie en vrijwilligers zal verbeteren. Het zal dementerenden ongetwijfeld meer structuur geven, meer rust. Ik weet uit ervaring, dat als een dementerende in een grotere groep scheldt of schreeuwt dit invloed heeft op de andere bewoners. Ze worden daar behoorlijk onrustig van. Ik denk dat je dit in een kleinere woonomgeving veel beter kunt sturen. Uit mijn ervaring met dementerenden weet ik dat vertrouwde rituelen, geluiden, geuren die hen aan vroeger herinneren, heel belangrijk zijn en een rustgevende werking hebben. Daarnaast geeft mij werken in een kleinschalige omgeving door de veranderende rolverdeling tussen zorgverleners, vrijwilligers en familie meer voldoening, omdat je een wezenlijk onderdeel bent van het hele ‘gezinsgebeuren’.”

61 broow

De heer Spekkens, vrijwilliger:

“ 's Middags ruikt het altijd zo lekker in de keuken,
je krijgt vanzelf honger en zin om mee te helpen.

Kleurige placemats fleuren de tafel op, grote borden met
handgeschilderde bloemen worden op de tafel gezet.

Iedereen steekt de handen uit de mouwen om er een
geslaagd diner van te maken.”



Na woord

Hopelijk hebben de uitleg over kleinschalig wonen, de foto's en de uitspraken u een helder beeld gegeven van deze unieke woonvorm. Kleinschalig wonen als een goed alternatief voor zelfstandig thuis wonen. Dat rust, huiselijkheid, geborgenheid en daarmee menselijkheid biedt aan dementerende ouderen. Als u dit allemaal met eigen ogen heeft kunnen lezen en zien, dan heeft dit boekje zijn doel bereikt.

Ik dank graag alle bewoners, familie, vrijwilligers en medewerkers, die belangeloos, maar wel in het belang van nieuwe bewoners, hebben meegeholpen aan de totstandkoming van deze uitgave en wilden poseren voor de mooie foto's.

Verder dank ik de Raad van Bestuur van Sevagram en de Universiteit Maastricht / CAPHRI voor de mogelijkheid om bij Sevagram een wetenschappelijk onderzoek uit te mogen voeren naar de voor- en nadelen van deze bijzondere woonvorm: kleinschalig wonen.

Dit onderzoek heeft meer dan voldoende stof aangereikt voor de samenstelling van dit boekje.

Mr. drs. Ezra van Zadelhoff
Universiteit Maastricht / CAPHRI





De meeste familieleden vinden het fijn om op bezoek te komen. Ze hebben een eigen sleutel en een aantal neemt actief deel aan de georganiseerde activiteiten.



Bewoner:

“Thuis wonen is natuurlijk
altijd veel beter. Je hebt daar
echte privacy, wonen en
leven in een groep vragen
aanpassing. Hoe dan ook.
Dat kan niemand ontkennen.”

Medewerker:

“Ik ervaar meer zelfstandigheid en veel meer werkplezier.
Als klein team hebben we zelf de touwtjes in handen.
Er is hier meer respect voor de belevingswereld van de
bewoners en de gevoelens van de familieleden.
Kortom, een aanzienlijke verbetering.”

Sevagram is een zorgorganisatie, die cliënten in Heerlen en in het Heuvelland helpt de kwaliteit van hun leven te vergroten. De naam Sevagram is herleid uit het Sanskriet en legt een link naar de wereldleider Gandhi. Sevagram is het dorpje waar Gandhi gewoond heeft en betekent dorp van dienstbaarheid. Dienstbaarheid loopt als een rode draad door het moderne Sevagram heen. De eerste letter van haar naam symboliseert de mens in beweging.

Auteur: Mr. drs. Ezra van Zadelhoff, Universiteit Maastricht / CAPHRI

Redactie: afdeling Communicatie Sevagram T (045) – 560 28 03
Henri Dunantstraat 3 6419 PB Heerlen www.sevagram.nl

Eerste druk, Maastricht 2009

ISBN/EAN: 978-90-810787-6-4

Vormgeving: Meesters Media bv, Maastricht

Illustraties: Margot Peijnenborgh

Fotografie: Jo Goossens

Oplage: 1500 stuks

Dit boekje is dankzij financiële ondersteuning van de Mevrouw J. Jacobs-Boele Stichting, een steunstichting van Sevagram, totstandgekomen. Waarvoor onze dank.

© Sevagram. Niets uit deze uitgave mag zonder toestemming van Sevagram, op welke wijze dan ook, worden gereproduceerd of in enigerlei vorm worden gebruikt.