

# Van onderzoekster naar 'zorgboerin'

*Dieneke Smit en  
De Reigershoeve*

## Dieneke Smit

doet sinds 2008 promotieonderzoek naar het effect van activiteiten op de kwaliteit van leven van mensen met dementie. In september 2013 begon zij samen met haar vader Henk in Heemskerk woonzorgboerderij De Reigershoeve. Hoe heeft zij daar haar kennis over activiteiten voor mensen met dementie in de praktijk gebracht? En blijkt het ook te werken?

Dieneke en Henk hebben zelf ervaring met dementie in de familie: de moeder, broer en schoonvader van Henk hadden de ziekte. Die ervaring ligt ten grondslag aan hun gedrevenheid om de zorg voor mensen met dementie te verbeteren. Met De Reigershoeve hebben zij nu een omgeving waarin zij hun ideeën daadwerkelijk in de praktijk kunnen brengen.

De Reigershoeve is een kleinschalige zorgboerderij die wonen en zorg biedt aan 27 mensen met dementie. De bewoners leven in vier groepen van zes of zeven in een eigen woning; één daarvan is bestemd voor mensen

die op jonge leeftijd dementie hebben gekregen. Alle bewoners hebben zorgzwaartepakket 5 of 7. Doordat de woonzorgbegeleiders van De Reigershoeve in een vaste woning werken, leren ze de bewoners goed kennen en andersom. Huisarts, geriater en psycholoog komen wekelijks langs om de bewoners en het personeel te begeleiden.

'We vinden het heel belangrijk dat onze bewoners het gevoel hebben relatief vrij te zijn,' zegt Dieneke. Door haar onderzoekservaring kent ze het belang van een zinvolle dagbesteding die aansluit bij waar de bewoners van houden en wat ze gewend zijn. 'Activiteiten doen ertoe. Uit het onderzoek van de Monitor Woonvormen Dementie waarvan ik heb meegewerkt, blijkt dat er niet zo veel factoren zijn die de kwaliteit van leven van mensen met dementie in het verpleeghuis daadwerkelijk beïnvloeden. Activiteiten zijn een van de elementen die een relatie hebben met kwaliteit van leven, ongeacht de ernst van de dementie. Bovendien hebben we ontdekt dat sommige activiteiten, zoals reminisceren, sterker

samenhangen met het welbevinden van mensen met dementie dan andere. Maar dat zijn nu net de activiteiten of bezigheden die er in de verpleeghuiszorg vaak bij inschieten. Op De Reigershoeve proberen we daarvoor wél ruimte te creëren.'

## MANIER VAN LEVEN

Inmiddels is De Reigershoeve voor Dieneke en Henk een manier van leven geworden. Samen met hun medewerkers zetten zij zich iedere dag in voor een betere kwaliteit van leven van de bewoners. Rekening houden met bestaande gewoonten speelt daarbij een belangrijke rol. 'Gewoonten geven mensen houvast,' zegt Dieneke, 'daarom voegen wij ons naar die van onze bewoners.' Daarnaast zien Dieneke en Henk erop toe dat het activiteitsaanbod goed is afgestemd op wat de bewoners nog kunnen. Daardoor kunnen zij ondanks hun dementie succeservaringen opdoen. 'Belangrijk is ook om goed te kijken naar wat mensen leuk vinden,' zegt Dieneke. 'En dat hoeft niet altijd iets te zijn wat iemand altijd al prettig heeft gevonden. Ook dingen >

die men vroeger nooit heeft gedaan kunnen een groot succes zijn, als die maar aansluiten bij de huidige mogelijkheden van de cliënt.'

Tijdrovend is het wel. Dieneke: 'In het stadium van dementie waarin de mensen hier verkeren, moet je erbij blijven als je activiteiten met hen wilt ondernemen. Slechts een enkeling kan zelfstandig aan iets verder werken als het zijn of haar interesse heeft. Ook maakt het uit of het om activiteiten gaat waarin mensen in het verleden routine hebben opgedaan, boontjes doppen bijvoorbeeld of de was buiten aan de waslijn ophangen. Maar ook daarbij is op een gegeven moment hulp nodig of lukt het iemand helemaal niet meer. Ook dat is echter niet einde verhaal: soms geniet een bewoner er nog wel van om toe te kijken hoe een ander met zo'n vertrouwde activiteit bezig is. Het gaat dan ook niet zozeer om zelf meedoen, maar om de mate van betrokkenheid. En vooral ook om lekker gek doen samen, samen lachen, vreugde ervaren.'

### VERWACHTINGEN

Bij de opening verhuisden verschillende mensen met moeilijk hanteerbaar gedrag naar De Reigershoeve die eerst in een andere instelling hadden gewoond. Inmiddels gaat het een stuk beter met hen. Zoals de bewoner die bekend stond als agressief en steeds probeerde te ontsnappen, bijvoorbeeld door de glaasjes van de brandmelder in te drukken. In zijn eerste week op De Reigershoeve is hij eveneens weggelopen en die behoefte heeft hij nu soms ook nog. 'Maar hij heeft hier wel het idee zelf meer de regie te hebben en daardoor voelt hij zich prettiger,' aldus Dieneke. 'Er zijn dingen die hij leuk vindt, zoals de beesten. Dat geeft hem een doel, hij helpt met voeren van de dieren.'

Na de start van De Reigershoeve zagen de medewerkers de dagelijkse bezigheden met de bewoners niet altijd als activiteiten. Zij vonden soms dat zij

maar druk waren met de lichamelijke verzorging terwijl zij lekker met activiteiten in de tuin aan de slag wilden gaan. Ook familie had hier soms andere verwachtingen van. Dieneke en Henk zijn het ermee eens dat er nog veel verbeterd kan worden wat betreft de bezigheden van de bewoners. 'Maar het is aan de andere kant ook de kunst om uit te blijven leggen wat er wel gebeurt en vanuit welk idee. Ook tijdens de lichamelijke verzorging kun je al veel voor iemand betekenen op het punt van betrokkenheid. Bijvoorbeeld door iemand lekker met een crème in te smeren of op te maken. Dit soort bezigheden zien veel mensen niet meteen als activiteiten.'

Het klinkt allemaal mooi, maar wat maakt nu dat het lukt bewoners met dementie bij bezigheden te betrekken? Het begint allemaal met een heldere visie en een sterke overtuiging, vinden Dieneke en Henk: 'Je moet overtuigd zijn van wat het kan betekenen en een goed plan hebben. Vervolgens moet je keuzes maken: hoe zet je de beschikbare middelen in? De Reigershoeve heeft bijvoorbeeld geen technische dienst om zo geld vrij te maken voor activiteiten.'

### INVESTEREN IN MEDEWERKERS

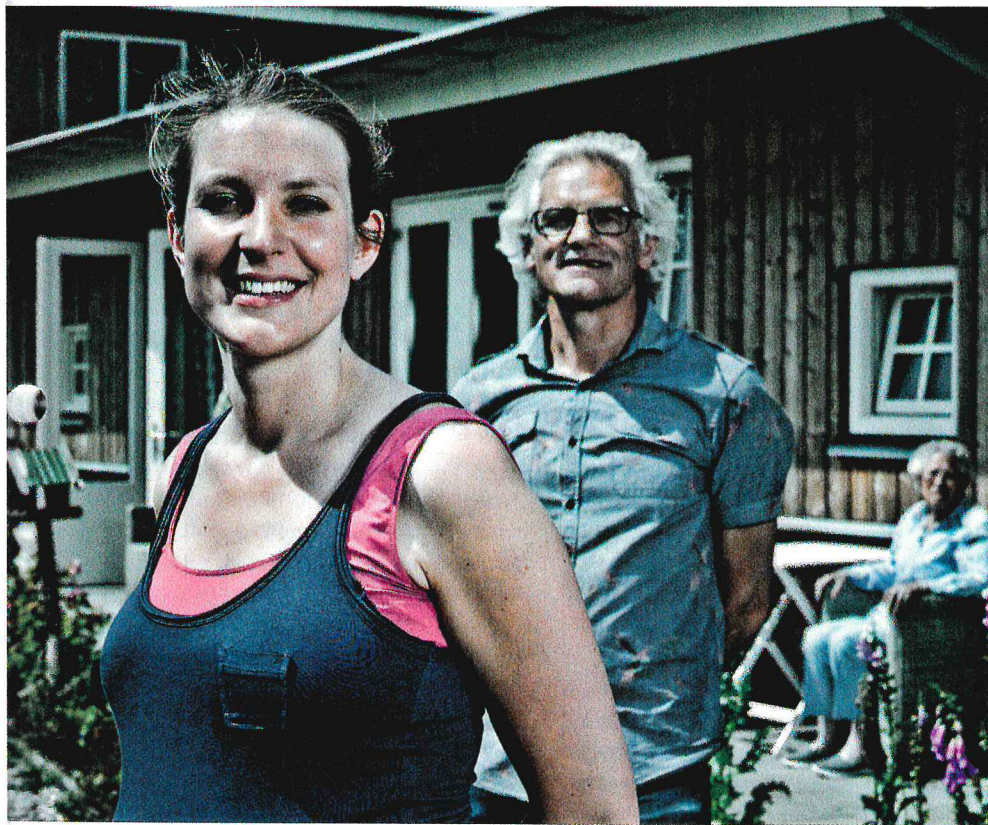
Dieneke: 'Uiteraard is investeren in medewerkers van essentieel belang.

*'Het is mooi te merken dat we de accenten die we toen aangebracht hebben, nog steeds terugzien in de praktijk'*

Dit begon al bij de selectieprocedure, die helemaal gericht was op de zorgvisie. Bij De Reigershoeve werken zowel verzorgenden als sociaal-pedagogisch werkers en activiteitenbegeleiders om kruisbestuiving tussen verschillende disciplines mogelijk te maken. Voordat we opengingen, hebben alle medewerkers samen twee weken een scholing gehad waarin onze zorgvisie de rode draad vormde. Het is mooi te merken dat we de accenten die we toen aangebracht hebben, nog steeds terugzien in de praktijk. Maar natuurlijk is eenmalig aandacht besteden aan de visie is niet genoeg. Daarom hebben we na een half jaar visiedagen gehouden om te kijken of we het echt deden zoals we hadden bedacht en zoals het in de vacaturetekst stond. Na afloop bleek gelukkig dat we die tekst niet hoefden aan te passen.'

Ook de fysieke omgeving van De Reigershoeve draagt sterk bij aan het mogelijk maken van zinvolle bezigheden. Dat de bewoners zich vrij over het ruime terrein kunnen bewegen, geeft hun een gevoel van vrijheid. Bovendien biedt de tuin veel aanknopingspunten om iets te beleven, te doen of te zien. 'Er is hier een man die regelmatig zijn fiets pakt en een parcours over het terrein fietst,' vertelt Henk. 'Dikwijls lacht en zwaait hij naar iedereen die hij tegenkomt. Soms houdt hij dat wel anderhalf uur achter elkaar vol.' Een andere bewoner heeft de plantenkas als zijn domein. 'Daar zit hij elke dag, dat is zijn rustplek.'

Een belangrijke rol in het aanbod van activiteiten spelen de vele vrijwilligers en de buurt. Vorig jaar kwam op De Reigershoeve iedere week het Smartlappenkoor repeteren; de bewoners konden meezingen. Ook helpen één keer per week kinderen met een verstandelijke beperking mee in de tuin en in de zorg. En er is een project met een basisschool in de buurt om de kinderen daar iets bij te brengen over dementie.



Bij dit alles is de persoonlijke betrokkenheid van eenieder onmisbaar. 'Je doet het met elkaar, je wordt een beetje familie van elkaar: bewoners, familie, vrijwilligers en medewerkers. Kennelijk hebben we het voor elkaar gekregen om een plek te creëren waarvoor mensen zich willen inzetten. Er komen nog steeds veel vrijwilligers en daar zijn we trots op,' aldus Dieneke en Henk.

Veel van de vrijwilligers en medewerkers waren eerst actief in andere organisaties waar veel regels gelden en ze vooral te horen kregen wat er allemaal niet mocht. Op De Reigershoeve is dit niet zo, daar krijgt iedereen ruimte en vrijheid. En over dingen organiseren wordt niet moeilijk gedaan. Zo werd de organisatie van een kermis pas een week van tevoren opgepakt. Dankzij de hulp van vrijwilligers met goede ideeën werd het een succes en kwamen er meer dan honderd bezoekers op af.

### EN NU VERDER

Recentelijk is De Reigershoeve gestart met een project om het activiteiten-aanbod nog verder te verbeteren met bezigheden die persoonsgericht en betekenisvol zijn voor de individuele bewoner en om de medewerkers nog beter toe te rusten voor het ondernemen van activiteiten met mensen met dementie. 'Dit hebben we zo gedaan dat iedereen zijn eigen talenten en sterke kanten kan gebruiken,' vertelt Dieneke. 'Er zijn diverse groepsactiviteiten op het gebied van muziek, bewegen, creatieve expressie en koken, waarbij steeds het reminisceren centraal staat.'

De financiële ruimte die na het eerste jaar is ontstaan gebruiken Dieneke en Henk om vier dagen per week een activiteitendienst in te zetten die het slagen van dit nieuwe project moet bevorderen. Daarbij is de keuze gemaakt om de vaste medewerkers van

Op 27 november organiseert De Reigershoeve een symposium over het activiteitenproject. Aanmelden kan via [info@reigershoeve.nl](mailto:info@reigershoeve.nl).

De Reigershoeve deze dienst te laten invullen. Een bewuste keuze, legt Dieneke uit. 'De vaste medewerkers kennen de bewoners, weten wat zij willen en welke momenten van de dag lastig voor hen kunnen zijn. Daardoor kunnen zij veel makkelijker aansluiting bij hen vinden en dat vergroot de kans op succes bij het aanbieden van zinvolle en plezierige activiteiten.' Vooral in het uitbreiden van de activiteiten buiten de woningen valt nog winst te behalen, denken Dieneke en Henk. 'We zien dat juist de combinatie van er even uit zijn en herkenbare activiteiten in de woning goed werkt.'

'Mensen zullen nu misschien zeggen dat het op De Reigershoeve kan omdat wij er zelf zoveel in investeren en de verdeling van de middelen anders is,' zegt Dieneke. 'Dat klopt ook wel, maar het betekent niet dat anderen het niet ook op deze manier kunnen doen. Ik heb in ieder geval ervaren dat je de bevindingen van mijn onderzoek in de praktijk kunt vertalen. Maar dan moet je wel echt keuzes durven maken en er met zijn allen voor willen gaan.' ♦

TEKST BERNADETTE WILLEMSE EN

HUGO VAN WAARDE

BEELD VINCENT BOON

**Bernadette Willemse** is redacteur van *Denkbeeld*; zij is verbonden aan het Trimbos-instituut en werkt als psycholoog bij de Amaris Zorggroep. **Hugo van Waarde** is adjunct-hoofdredacteur van *Denkbeeld*; hij is zelfstandig werkzaam als adviseur en trainer in de zorg voor mensen met dementie.