

Elke minuut sterft ergens ter wereld een moeder in het kraambed.
Millenniumdoel 5 hinkt achterop

Rust, maar geen routine

Vernieuwende projecten in woon- en zorgcentra brengen bewoners voorbij de muren van hun kamer en gedachten, en doen echt leven

- WZC Sint-Vincentius in Kortrijk bestrijdt depressieve symptomen bij bewoners met het project *Op zoek naar zin*
- Rusthuizen in Vlaamse Ardennen zoeken prikkels in de natuur
- Samen leven is even belangrijk als verzorgd worden

Jozefien VAN HUFFEL

„Wat is dat toch met mijn mensen in de serviceflats? Ze gaan erop achteruit en ze lijken het hoofd te laten hangen.” Doris Doornaert kaartte het een paar jaar geleden aan in woon- en zorgcentrum Sint-Vincentius in Kortrijk. „Was het een normaal verschijnsel bij ouderen? Daar wilden wij ons niet bij neerleggen”, zegt directeur Johan Himpe. „Via ethicus Linus Van Laere ontdekten we het Nederlandse *Op zoek naar zin*.” Het was een cursus voor thuiswonende jonge senioren met depressieve neigingen, die Sint-Vincentius bewerkte voor het eigen doelpubliek.

Op de innovatiebeurs van Caritas West- en Oost-Vlaanderen kreeg het project de publieksprijs „Een kwart van de bewoners in woon- en zorgcentra kampt met depressieve symptomen. Wij voorkomen dat met zeer weinig middelen”, weet Himpe.

Voor *Op zoek naar zin* gaan kleine groepen ouderen in de loop van een jaar twaalf keer in gesprek over het eigen levensverhaal. „Als een puzzel bouwen we het leven van de mensen op”, legt begeleidster Kathleen Vercruyse uit. „Van oppervlakkige thema’s, zoals de eigen naam of het huis waarin ze woonden, belanden we bij de vraag wat ze verlangen van de toekomst en wie ze vandaag zijn.”

„Wat zou ik nog willen? Ik zit hier tot ik sterf”, luidt het eerst. Nadien komen mensen uit bij dingen die heel dichtbij liggen, zoals de komst van een klein-



WZC Haagwinde heeft nu kippen en zet bewoners met hun voeten in de zee. „We durven meer risico’s nemen.” © Kristof Ghyselinck

kind”, zegt Vercruyse. Himpe: „Ze leren positief uitkijken naar – letterlijk – de dag van morgen.”

„Tijdens de sessies zie je mensen die nooit naar de animatie komen. Ze luisteren en vertellen, er wordt geweend en gelachen”, vervolgt Vercruyse. „Het leidt tot een vertrouwelijke sfeer en een band tussen de bewoners.” „Als je enkel bezig bent met de dagelijkse routine, dan gaan mensen zich schikken en zie je ze kleiner worden”, weet Himpe. „Door dit project groeien ze opnieuw.”

Sinds een jaar doorbreekt ook in Zwalm, Zingem, Kruishoutem, Kluisbergen en Maarkedal een vernieuwend project de routine van het rusthuisleven. Ouderen houden er bij welke vogels er neerstrijken in de tuin en samen

met schoolkinderen zaaien ze zelf bloemen en planten.

„Veel bewoners waren vroeger landbouwer of hobbytuinier”, zegt Inge Castelain van WZC Haagwinde in Maarkedal. „Ook vroeger wandelden we met hen, maar specifiek aandacht voor de natuur hadden we niet echt. Dankzij het project *Natuurbeleving met ouderen* komen bewoners opnieuw in contact met een vertrouwd gegeven waar veel herinneringen aan vasthangen.”

Elk seizoen zet met een aangepaste activiteit de bewoners aan verhalen over het leven in de natuur op te rakelen en naar buiten te gaan. ’s Winters praten ze bijvoorbeeld over vogelsoorten en observeren ze welke er te zien zijn rond het WZC. „Bang om ziek te

worden, zitten onze bewoners doorgaans 350 dagen per jaar binnen”, weet Castelain. „Maar almaar vaker wagen ze zich nu naar buiten en daar genieten ze actief van. Het project schudde hen als het ware wakker.”

„We wilden ons er niet bij neerleggen dat bewoners het hoofd laten hangen”

„Voor ons, begeleiders, werkt het net zo goed inspirerend”, zegt Ingrid D’Espeels. „Sinds we in het project bloemen zaaiden, doen we dat nu geregeld zelf. En ook onze kippen kwamen er dankzij

het project.” „In het bos met mijn kinderen besepte ik dat de paden er goed genoeg bijlagen voor rolstoelen”, zegt Castelain. „Vroeger zou dat idee te gek zijn geweest, maar nu durven we meer risico’s nemen. Vorig jaar bijvoorbeeld, gingen we met een paar bewoners tijdens een uitstap naar zee helemaal tot in het water.”

Johan Himpe hoopt dat projecten zoals *Op zoek naar zin* iets kunnen doen aan het negatieve imago van de woon- en zorgcentra. „Wonen met privacy, leven zoals je het zelf organiseert en waar nodig verzorgd worden, zijn hier evenwaardig. Toch hebben velen nog een beeld van een strikt en grijs rusthuis. Wie hier binnenkomt en durft zien hoe het bruist, gaat buiten met een heel ander beeld.”