

ACHTERGROND

Dementerende ouderen volstoppen met pillen om ze rustig te houden, is niet aan de orde bij Huize Wezup. Bewoners van de kleinschalige woonvorm worden juist continu gestimuleerd om actief te blijven.



Bewoners van Huize Wezup hebben zichtbaar plezier in de sportieve activiteiten onder begeleiding van fysiotherapeut Frank Reichenfeld. FOTO JAN ANNINGA

„Demente ouderen continu prikkelen tot activiteit”

DANIËLLE MOLENAAR

WEZUP Het fitnessuurtje staat vandaag op het ochtendprogramma in Huize Wezup, een kleinschalige woonvorm voor mensen die lijden aan dementie of andere ernstige geheugenproblemen. De bewoners zijn tussen de 57 en 91 jaar. Ze hebben veelal ook lichamelijke klachten door hun ziekte. Huize Wezup is gevestigd in een verbouwde boerderij, waar eerder camping 't Hoekien zat. Het is een huiselijk alternatief voor een verpleeghuis.

„We gaan dagelijks met de mensen naar buiten”, zegt Jan 't Hoen. „De mensen slapen 's nachts heerlijk, omdat ze de hele dag door bezig en in beweging zijn. Ze hebben geen slaapmedicatie nodig.” 't Hoen heeft Huize Wezup 2,5 jaar geleden opgezet met zijn vrouw Thea Enninga (58) en dochter Merel Dunning (28). De familie had eerder een huis voor dagbehandeling in Nieuw-Balinge. Ze hebben alle drie een achtergrond in de zorg. Samen runnen ze, tegenwoordig ook met hulp van medewerkers, de woonvorm in het dorp Wezup.

Acht bewoners zijn er dag en nacht. Ze hebben boven een eigen kamer en krijgen zorg op verpleeg-

huisniveau. Overdag en tot een uur of negen 's avonds zijn ze in de huiskamer. Een aantal komt alleen voor dagbesteding. Zij worden gewoon thuis met de auto opgehaald. „Mijn ouders en ik hadden een ideaalbeeld over de zorg voor hulpbehoevende en dementerende mensen”, zegt Merel Dunning. „Dat proberen we nu te verwezenlijken.”

In niets lijkt Huize Wezup op het traditionele, klinische verpleeghuis. Er is een grote woonkamer, een mooie keuken en een tuin met uitzicht op monumentale boerderijen en landerijen. Bij de deur is geen aparte toegang aangelegd voor rolstoelers of mensen die slecht ter been zijn. In plaats van sta-opstoelen staan in de huiskamer gewone fauteuils. „De omgeving is zo ingericht dat de bewoners worden geprikkeld om in beweging te blijven”, zegt Dunning.

„We willen dat de mensen zich thuisvoelen en dat het voor hun familie ook gezellig is. De bewoners moeten hier gelukkig kunnen zijn. Laatst zei een familielid tegen mij: 'Moeder vindt het zo fijn, ze wil nooit meer weg'. Dat is toch heerlijk om te horen?” De bewoners brengen het grootste deel van de dag samen door in de woonkamer en gaan on-

‘Beweging goed voor geestelijke en lichamelijke conditie’

der begeleiding regelmatig het dorp in.

't Hoen en zijn vrouw wonen met hun jongste dochter Eline (15) aan de voorkant van Huize Wezup. „Ook onze jongste dochter helpt op vrijwillige basis mee”, zegt 't Hoen. „En de kleinkinderen van 2 en 4, de dochtertjes van Merel, komen ook regelmatig. Ook de kleintjes worden er op een natuurlijke manier bij betrokken. Ze pakken een bal en gaan met bewoners spelen. Het is een echt familiebedrijfje.”

Het geheel heeft een positief effect op de bewoners, zo is de ervaring. „Wij zien mensen na een tijdje echt opknappen. Door structuur, aandacht, huiselijkheid en intensieve beweging functioneren ze beter. Door bewoners continu te stimuleren en te prikkelen tot activiteit gaan ze minder achteruit en soms zelfs vooruit.” Een keer in de week krijgen de ouderen ook aangepaste fitness.

Huize Wezup is hiervoor een samenwerkingsverband aangegaan met Cure fysiotherapie in Emmen en Westerborg.

De ene week gaat de groep naar Emmen en de andere week komt een fysiotherapeut naar Wezup, zoals vandaag. Na een oefening met een bal en gewichten aan tafel lopen de bewoners over een circuitje om conditie en coördinatie te trainen. Dat gebeurt onder begeleiding van fysiotherapeut Frank Reichenfeld van Cure. Hij zegt dat is gebleken dat dagelijks voldoende bewegen op alle leeftijden belangrijk is. „Bij deze mensen zie je duidelijk dat het goed is voor de geestelijke en lichamelijke conditie.”

De bewoners hebben zichtbaar plezier in de sportieve activiteiten in de tuin van de voormalige boerderij. Fysiotherapeut Reichenfeld doet ook individuele oefeningen. Een dame kan samen met hem verbluffend lang in de ooievaarshouding staan. „Ik heb vroeger veel gedanst”, lacht ze. „Ik deed aan tapdansen.” De aanpak van Reichenfeld, doortastend en met veel humor, slaat aan bij de ouderen. Zelfs de oudste bewoner, een 91-jarige man, doet vol enthousiasme mee. „Niet te lang, want dan krijg ik last van mijn benen.”