





INLOOPHUIS VOOR MENSEN MET DEMENTIE,
HUN FAMILIE EN VRIENDEN:

'Ik mag zijn,
wie ik ben'




Het beeld dat overheerst van dementie is vaak dat van een hoogbejaarde die wegwijnt in een verpleeghuis. Niets is minder waar als we de drempel overstappen van het Odensehuis in Amsterdam. Je voelt het. Er wordt gepraat en gelachen. De sfeer is ongedwongen. In het Odensehuis zijn mensen met dementie nog lang niet afgeschreven. | **TEKST: BETTY ROMBOUT**
BEELD: PAUL VAN DER KLEI



Mensen met dementie en hun familie gaan de waarheid vaak uit de weg. In het begin is er ook niet veel aan de hand. Verergert de situatie dan verbergen, vooral ouderen, het probleem. Zorgprofessionals zijn bekend met dit verschijnsel. Het lastige is echter dat de hulp hierdoor pas laat wordt ingeroepen met alle gevolgen van dien. Soms moet voor een dementerende met spoed opvang geregeld worden. Of het blijkt dat de partner overspannen is. Deze situaties kunnen voorkomen worden door een betere en eerdere herkenning en erkenning van de problemen. Dementie zou veel minder een taboe moeten zijn.

ZELF DOEN

Een aantal zorgorganisaties, met steun van de gemeente Amsterdam en Agis Zorgverzekeringen, is twee jaar gele-

den bijeen gekomen met als doel een betere ondersteuning en informatievoorziening te realiseren voor mensen met dementie. De gedachten leidden al snel in de richting van een centrum dat in een ongedwongen en informele sfeer advies en ondersteuning biedt aan dementerenden, hun familie en vrienden. Een dergelijk inloophuis, dat overigens wel voor andere doelgroepen als (ex)kankerpatiënten bestaat, kenmerkt zich door een grote betrokkenheid van de vrijwilligers. Het centrum staat los van de formele zorgketen en van de formele regelingen. Het gaat om de kracht van het zelf doen, het ontsnappen aan formele bureaucratische mechanismen. De initiatiefgroep kwam erachter dat in Odense, een plaats in Denemarken, jaren geleden een dergelijk huis voor dementerenden is opgezet. Een initiatief van de Alzheimer Stichting en de lokale overheid in het land. Men ging op bezoek en kwam razend enthousiast 



AAN HET WOORD...

Marjoke Claassen komt met haar man Andre Claassen, die dementerend is, elke donderdag en vrijdag naar het Odensehuis. 'Elke vrijdag doe ik mee aan de computerlessen. Dan neem ik mijn man mee. Hij is hier in goede handen terwijl ik bezig ben. Anders zou ik een oppas moeten regelen en dan ben je toch vaak ongerust. Door het Odensehuis krijg ik heel veel energie. Ik zat echt in een diep gat. We begrijpen elkaar hier als mantelzorgers.' Andre Claassen geeft aan dat hij het fijn vindt om bij zijn vrouw te zijn. 'Omdat het een leuke vrouw is', antwoordt hij spontaan. Wat doet hij allemaal in het huis? 'Kijken en luisteren. Mensen babbelen met elkaar. Tussen de regels door kun je soms leuke dingen horen. Maar ik ben geen af luisteraar hoor!' Zijn vrouw kijkt hem liefdevol aan.

Ook Jaap, de man van Trees Stalenhoeft is dementerend. Hij kan moeilijk praten, maar luistert nauwlettend als zijn vrouw aan het woord is. 'We vinden het heerlijk om hier te zijn. Vooral de gesprekken met anderen vind ik fijn. Je leert van elkaar, je leert omgaan met dementie. We lachen en huilen hier wat af.' Jaap en Trees Stalenhoeft hebben ook een kennis van vroeger ontmoet in het Odensehuis, Dick Helman. Hij is bij het gesprek aan komen schuiven. 'Het is hier harstikke leuk.' Jaap Stalenhoeft kijkt zijn vriend en vrouw aan, en knikt. Ook hij heeft het duidelijk naar zijn zin in het Odensehuis.

terug. Het Odensehuis in Amsterdam is sinds september 2009 een feit.

UIT HET VERDOMHOEKJE

Hoewel het huis draait op de dementerenden en hun familie en vrienden, is er een coördinator aanwezig voor de facilitaire zaken. Een duobaan die Johan Smeets, met wie we spreken, deelt met Bep van Oostrom. Smeets werkt al jaren in de zorg, met name in de dagbesteding. 'Vooral in mijn beginjaren ging het om het aanbieden van programma's. Er werd niet vanuit de vraag gekeken. Hoewel dat nu aan het veranderen is, zijn er helaas nog veel vormen van dagbesteding waar men niet vanuit de behoefte een programma opzet. Toen ik hoorde van het Odensehuis, was ik helemaal enthousiast. Hier wordt alles gewoon gedaan door de participanten, ofwel de mantelzorgers en dementerenden. Dat is belangrijk. Zo beseffen zowel de mantelzorger als de dementerende dat ze nog een hele hoop kunnen, dat ze nog meedoen aan de samenleving. Ze worden uit het verdom-

hoekje gehaald en gaan aan de slag met de mogelijkheden die er nog zijn.'

Samen met de participanten wordt gekeken naar de behoefte. 'Mensen kunnen alleen een kop koffie komen drinken of aan een programma meedoen dat is opgezet vanuit de behoefte. Zo krijgen op vrijdag mantelzorgers computerles. Soms moet je dingen ook uitproberen. Deze week hebben we voor de eerste keer bewegingsles gehad. Deze les gaan we binnenkort evalueren met onze mensen. Zijn ze enthousiast, dan bepalen zij hoe vaak we de les gaan organiseren. Dat is niet mijn taak. Ik zet slechts de randvoorwaarden neer', aldus Johan Smeets.

ONBEGRENSD

Uit het gesprek met Johan Smeets blijkt dat er in feite geen grenzen zijn in het Odensehuis. 'Wij kijken in termen van mogelijkheden en die zijn onbegrensd. Natuurlijk komen er ook belemmeringen op ons pad. Stel, we groeien enorm, dan krijgen we ruimtegebrek. Met onze participanten

bespreken we dan hoe we dit op kunnen lossen, hierbij rekening houdend met hun behoeftes.’

Johan noemt nog een voorbeeld van de ‘onbegrensheid’. ‘We maken geen onderscheid tussen mensen met een lichte en een zware vorm van dementie, ook al brengt die laatste groep waarschijnlijk wat praktische problemen met zich mee. We hebben nu een mantelzorgster wiens man hulp nodig heeft met naar het toilet gaan. Hij is bovendien incontinent. Zijn vrouw verzorgt hem in ons huis. Mocht dit niet meer lukken, waarom zouden we dan de thuiszorg niet inschakelen? Het is maar hoe je er tegenaan kijkt. Wij zoeken, samen met onze mensen naar mogelijkheden. Als de mantelzorgster de behoefte heeft om hier nog steeds te komen met de partner, dan kan dat. We zetten geen schot-

ten, temeer omdat we zien dat een dementerende niet graag verhuist naar een instelling. Hij of zij is nog graag lange tijd samen met zijn partner. En andersom. Dat kan bij ons.’

VEILIGE BASIS

‘Elke week weer merk ik hoe sterk de aanzuigende kracht is van het Odensehuis. Ik zie heel veel vreugde’, vertelt Smeets. ‘Eigenlijk is een dergelijk concept zo basaal. Maar in de praktijk is het dat niet. We vergeten vaak te denken dat mensen zich thuis moeten voelen en dat wij de gast zijn. Maar dat is moeilijk in onze samenleving. De setting vraagt om een enorm sociaal gedrag en respect naar elkaar, warmte en mogen zijn wie je bent. Dé veilige basis voor ieder mens.’



meer informatie Openingstijden Odensehuis in Amsterdam: dinsdag, donderdag, vrijdag en zondag. In de toekomst zullen waarschijnlijk de openingstijden verruimd worden.

De participanten hebben geen indicatie nodig om gebruik te kunnen maken van het Odensehuis.

De startsubsidie is verleend door de gemeente Amsterdam en Agis Zorgverzekeringen. De overige middelen verwerft men via fondsen (dekking aanloopkosten) en sponsors (lopende kosten). De woningbouwvereniging heeft het huis gerenoveerd en ter beschikking gesteld.

www.odensehuis.nl

