# Nieuwsbrief Odensehuis Hoeksche Waard no.4, 2e kwartaal 2015

## ***Inleiding***

Op 6 juli vorig jaar opende het Odensehuis zijn deuren, dit betekent dat we aan het eind van dit kwartaal even hebben stil gestaan bij ons 1-jarig bestaan. Een terugblik op het eerste jaar is dan ook op zijn plaats. Op 4 september zullen we hier aandacht aan besteden met een feestelijke dag, de invulling hiervan kunt u lezen bij de plannen voor komend jaar.

In het 2e kwartaal is de groei van het aantal bezoekers opnieuw toegenomen, variërend van 13 tot 26. Dit betekent dat meer mensen ons weten te vinden. De uitspraak die ik in het Odensehuis in Denemarken hoorde: 'we zijn net één grote familie' begint hier ook zichtbaar te worden. Men begroet elkaar hartelijk en zoekt elkaar steeds vaker ook buiten het Odensehuis op. Dit was zeker ook het streven bij de start en blijkt dus inderdaad door de manier waarop het Odensehuis wordt ingevuld, realiteit te worden.

In juni legde ik een vel papier neer met de vraag aan de bezoekers: 'wat vindt u in het Odensehuis?' Hierop kwamen prachtige reacties, die precies verwoorden wat eigenlijk onze doelstelling was bij de opzet van het Odensehuis. Dit maakt mij blij, dankbaar en ontroerd en kan alleen tot stand komen doordat het team van vrijwilligers samen met de bezoekers hier invulling aan geeft.

Bij 'bezoekers uitgelicht' maakt u kennis met Hendrien en Jan Willem uit Mijnsheerenland. Verder nog een mooi stukje van Ruud, vrijwilliger van het eerste uur! Tenslotte in de rubriek 'uit de informatiemap' een oproep uit de nieuwsbrief Zorgvisie om de Odensehuizen tot bloei te laten komen.

De folder is vernieuwd en voorzien van een inlegvel, waarop ook de actuele gegevens staan. Deze zal komende tijd over de Hoeksche Waard worden verspreid.

Ik wens u weer veel leesplezier toe en hoop u binnenkort een keer in het Odensehuis Hoeksche Waard te kunnen verwelkomen.

Ria Los

## ***Nieuws van het tweede kwartaal***

In april zijn we met de vrijwilligers naar **de film Still Alice** geweest, een cadeautje van Jan Bouma. Een drama met Julianne Moore als een hoogleraar die de grip op haar leven langzaam kwijtraakt nadat de ziekte van Alzheimer bij haar wordt geconstateerd. Zeer ontroerend en herkenbaar voor ons allemaal. De onmacht die je voelt als je de weg niet meer weet, woorden niet meer kan vinden en niemand je nog lijkt te begrijpen, werden zo intens gespeeld.

Met elkaar hebben we ook genoten van een gezellige, drukbezochte en smakelijke **High Tea;** Er waren taarten, salades, gevulde dadels, pannenkoeken enz. enz. Ook dit evenement is zeker voor herhaling vatbaar. Ook de prachtige serviezen van Rosa en de bloemstukken waren een lust voor het oog.

**Het Actief College** verzorgde voor de 3e keer iets bijzonders voor ons; Deze keer een sandwich maaltijd met een fruitspiesje en vlaflip toe. Dank jullie wel en tot volgend jaar.

**De verhalen verteller Nico van Lent** vermaakte ons met het prachtige verhaal van het vrouwtje van Stavoren, met het thema 'hoogmoed komt voor de val'. Jammer genoeg waren er door de vakantie niet veel bezoekers, maar op 4 september kunt u Nico weer beluisteren. Hij kan zeer beeldend vertellen en iedereen hing aan zijn lippen.

**Viering 1-jarig bestaan Odensehuis Hoeksche Waard**

Met zang van Hendrien en prachtige begeleiding van Corrie op de piano vierden we ons 1-jarig bestaan alvast in het klein. Jan Bouwma trakteerde de vrijwilligers en Ria op een mooi cadeau, waarbij hij een ontroerende speech hield. Er stond ook een prima artikel en leuke foto in het AD. Huib heeft voor een heerlijke zalm en huzarensalade gezorgd, wat bijdroeg aan de feestvreugde.

Noteer vast **vrijdag 4 september** in uw agenda. Dan vieren we de eerste vrijdagopening en ons 1-jarig bestaan met een feestelijke bijeenkomst. De verhalenschenker, de klankschalen en de piano zullen ook dan te horen zijn.

**De mantelzorg steungroep**

Ook het bezoekersaantal van de mantelzorggroep neemt toe. Op dit moment zijn er tien partners/kinderen die zorgen voor man, vrouw of ouder met dementie, die regelmatig op deze groep te vinden zijn. Hier vindt men bij elkaar deskundigheid en de inspiratie om weer door te gaan, of even stoom af te blazen.

'Ik kan er weer even tegen', klinkt regelmatig en 'dit is echt een grote steun voor ons'.
**Elke laatste disnsdag van de maand; 10.30-12.15 uur.**

Als u meer informatie wilt of u aan wilt melden kunt u contact opnemen met de coördinator tel. 06 12 89 23 09 of een mail sturen via de site www.odensehuishw.nl naar coordinator@odensehuishw.nl

## ***Vrijwilliger Ruud stelt zich voor:***

*"Sinds een jaar maak ik deel uit van een team vrijwilligers bij het Odensehuis te Oud Beijerland. Het bijzondere van dit team, bestaande uit Roos, Lydia, Gerrie, Huib, Hans, Henk en ik, is dat een ieder zijn eigen talenten kan inzetten waardoor er een hecht team is ontstaan.*

*Rond 08.30 uur zijn de eerste vrijwilligers al aanwezig en wordt er koffie en thee gezet, de boeken tafel uitgestald, sfeer gemaakt d.m.v. bloemstukjes, de creatieve ruimte ingericht en 1 x per maand de Blauwe kamer gezellig ingericht voor de Mantelzorggesprekken.*

*Dit alles om onze gasten een onvergetelijke dag te bezorgen. Er gebeuren mooie dingen op deze dagen.*

*Er wordt soms met elkaar een maaltijd bereid, er vinden spontane gesprekken plaats, er ontstaan vriendschappen, er wordt gesjoeld en soms ook geklaverjast, er wordt gekleurd op papier of in prentenboeken en er vindt een gezamenlijke lunch plaats.*

*De afgelopen periode hebben we ook mogen genieten van samenzang begeleid door piano, klankschalen concert, een verhalen schenker die op zijn unieke wijze de legende van " het vrouwtje van Stavoren" deed herleven en zorgden leerlingen van het Hoeks College voor een door hen in elkaar gezette lunch.*

*Onlangs hebben we het 1-jarig bestaan van het Odensehuis alvast klein gevierd. Op 4 september vindt de officiële viering plaats.*

*Ik spreek de wens uit dat ik samen met het team vrijwilligers , Ria en onze gasten nog vele mooie momenten mag belevens in het Odensehuis. Mede door het initiatief van Jan Bouma en het bestuur zijn we tot dit resultaat gekomen!”*

## ***Deelnemers Uitgelicht:*** ***Jan Willem en Hendrien Kars***

'Hoe belangrijk vriendschap is, merk je vaak pas als je leven een onverwachte draai maakt - sommige oude vriendschappen vervagen, maar daarvoor in de plaats verrijken nieuwe vrienden je leven.'

(Hendrien)

Jan Willem (72) en ik (67) zijn 41 jaar getrouwd. In 2005 werd Jan Willem, een jaar na zijn pensionering bij Koni, getroffen door een herseninfarct. Met ijzeren discipline trainde hij de slecht werkende rechterkant, zodat zelfs roeien weer mogelijk was. Toch was er veel veranderd door de combinatie met de gevolgen van een ernstig zeilongeluk in zijn jeugd.

Ik vond steun bij 6 bijeenkomsten met mantelzorgers van de casemanagers. De behoefte aan een vervolg was groot, zo werd het net opgerichte Odenshuis de gastvrije plek voor de maandelijkse veilige kring van een groeiende groep mantelzorgers. Er komt van alles ter tafel, er wordt gelachen en gehuild, herkenning en wederzijdse tips steken ons een hart onder de riem. Ook partners/ouders worden opgevangen- er is een luisterend oor, soms een arm om je schouders, een troostend kopje koffie of thee, een spelletje, een lunch.

Jan Willem en ik zijn blij met de nieuwe vrienden in het Odensehuis. (Hendrien)

## ***Plannen***

In het tweede jaar van het Odensehuis starten we zoals gezegd in september met de vrijdag als 2e openingsdag. Kijk u vooral op de agenda welke dag er in de maand uitvalt, of neem de agenda mee uit het Odensehuis. Dit hangt samen met de zomer of winterkost dag in de Beijerkorf. We kunnen dan niet in de grote ruimte. Als ook hier voldoende bezoekers zijn, kunnen we kijken of er **in 2016 een derde dag** mogelijk is. Vrijwilligers zijn nodig om ook deze dag voldoende menskracht te hebben om e.e.a. in goede banen te leiden.

Daarnaast starten we met het project van Connie van de Hel en Martine Romer, **'de schatkist van het leven'.** Zij gaan een maandelijkse workshop verzorgen. Er van uitgaande dat iedereen mee kan doen, wordt er voor gezorgd dat iedereen die in het Odensehuis komt, als basis een "Schatkist" ontvangt. De "Schatkist" is een doos of box, die aan het begin nog leeg is.

De "Schatkist" blijft in het Odensehuis. Iedere keer als iemand iets maakt, doet of bedenkt, al dan niet bij de maandelijkse workshop, kan de opbrengst hiervan in de eigen "Schatkist" worden gestopt. Zo wordt een "schatkist" van het eigen leven opgebouwd.

In september start mogelijk een groot opgezet **wetenschappelijk onderzoek** door 4 universiteiten over de effectiviteit van de Odensehuizen. De bestaande 5 Odensehuizen zullen hieraan meewerken, het Odensehuis in de Hoeksche Waard is het enige Odensehuis met een streekfunctie. Er wordt onderzocht of mensen met dementie langer thuis kunnen blijven wonen als zij een Odensehuis bezoeken. Als de uitslag positief is, zal het concept van de Odensehuizen mogelijk landelijk worden uitgerold.

Er zullen ongetwijfeld weer allerlei initiatieven worden ontplooid. Mogelijk kunnen we ook eens met elkaar naar museum Boymans, weer eens een vaartochtje maken en allerhande sprekers of interessante gasten uitnodigen in ons Odensehuis.

Mocht u suggesties hebben om op welke manier dan ook een bijdrage te leveren, dan bent u van harte welkom om eens een kijkje te komen nemen.

## ***Uit de informatiemap***

Deze keer heb ik gekozen voor een artikel uit zorgvisie over de Odensehuizen. In Denemarken is er inmiddels een verpleeghuis gerealiseerd volgens het concept van de Odensehuizen. Wie weet kan dit in Nederland in de toekomst ook worden gerealiseerd.

**'Laat Odensehuizen tot bloei komen'**

De zogenoemde Odensehuizen, inloophuizen voor thuiswonende mensen met dementie en hun naasten naar het voorbeeld van het Byhuset in de Deense stad Odense, draaien op minimale middelen en grote inzet van vrijwilligers. Met ondersteuning van publieke middelen zou er veel meer uit te halen zijn.

Sinds enkele jaren kennen we in Nederland het fenomeen 'Odensehuizen'; inloophuizen voor thuiswonende mensen met dementie en hun naasten. Gezien onze betrokkenheid in het verleden bij deze huizen in Groningen en Amsterdam, was het voor ons een bijzondere ervaring om in juni in het kader van de executive leergang van Leyden Academy het huis te

bezoeken dat de inspiratie was voor de Nederlandse Odensehuizen: het Byhuset in de Deense stad Odense.

Dit bezoek maakte diepe indruk en liet zien dat in Nederland nog veel te winnen valt.

### *Opvallende rust*

Het Byhuset blijkt zeer professioneel van opzet, met 28 betaalde werknemers ondersteund door een handjevol vrijwilligers. Het is een statig gebouw met vele huiskamers, oefenruimtes, een binnentuin en een restaurant waar de geur van versgebakken brood je tegemoet komt. In het gebouw is niets op slot. Er heerst een opvallende rust, hoewel in de meeste ruimtes volop activiteiten waren. Geen dwalende mensen in de gangen. Elke ruimte is anders ingericht, geen kil Deens design maar voor de doelgroep herkenbare omgevingen waar ze zich thuis kunnen voelen. En dat lijkt te lukken: het is alsof de fysieke omgeving en de persoonlijke omgang gedragsstoornissen tegengaan. In de gang met aandacht gemaakte fotocollages die het leven van een persoon verbeelden. Het koesteren van de identiteit ondanks de dementie: het gaat hier niet over ziekte, maar over leven. Op de vraag aan onze gastvrouwen waarom het Byhuset een eigen keuken hebben, was het antwoord: "Dan weten we dat het eten goed is en het ruikt zo lekker". In een intiem vertrek staan comfortabele stoelen en een bankje. Hier krijgen mensen handmassages. De tastzin zo activeren is een prachtige vorm van menselijk contact waarnaar ieder mens verlangt, ook mensen met dementie.

### *Pittige wandelingen*

Een in alle opzichten stevige verpleegkundige is duidelijk de baas in huis. Niet vanuit macht of protocollen, maar vanuit haar hart. Zij stelt de indicaties vast en wordt in haar beleid niet gehinderd door allerlei regels en toezichthouders. Zij spreekt niet over dagbesteding maar over training, iets leren, actief blijven. Veel nadruk ligt op lichamelijke oefening; zo worden er pittige wandelingen gemaakt waardoor de conditie van mensen merkbaar verbetert. Geen inspectiebezoeken, geen Kamervragen wanneer er eens iemand valt en iets breekt. Dat gebeurt thuis immers ook. Brandende kaarsen op tafel durven we in Nederland niet aan, hier brengen ze sfeer bij de maaltijd. Een nuchter veiligheidsbeleid met als speerpunten samen actief zijn, leefplezier en aandacht voor ieders persoonlijke voorkeuren. Het Byhuset is succesvol: het biedt een tweede thuis aan 342 mensen, er staan zo'n veertig mensen op de wachtlijst met een gemiddelde wachttijd van drie tot vier maanden. De financiering komt van de gemeente, mensen betalen alleen een geringe bijdrage voor het eten en drinken.

***Enige betaalde kracht***

Wat een contrast met de Nederlandse Odensehuizen, die met minimale middelen worden gerund door bevlogen vrijwilligers. Zo neemt de gemeente Amsterdam de huisvesting en de enige betaalde kracht voor haar rekening, verder draait dit Odensehuis volledig op giften en eigen bijdragen. Maar als we de kwaliteit van leven van thuiswonende mensen met cognitieve beperkingen serieus nemen, dan hebben we ook deze voorzieningen serieus te nemen. Iedereen die wel eens een Odensehuis heeft bezocht, kan beamen dat dit grote positieve effecten heeft op de kwaliteit van leven van mensen met dementie, die onze samenleving liever wegzet als zieken waar de zorg voor verantwoordelijk is dan als medemensen met een beperking die niets liever willen dan 'erbij horen'.

Een geringe investering in deze huizen betaalt zich ook in financiële zin terug. Zorgverzekeraars en de samenleving als geheel profiteren als een intramurale opname kan worden uitgesteld omdat iemand fysiek, cognitief en zintuigelijk wordt geactiveerd in plaats van zoet gehouden in de dagbesteding. Mantelzorgers krijgen even lucht zodat ze hun loodzware zorgtaken beter volhouden en hun naaste langer thuis kan blijven wonen.

***Oproep aan gemeenten en zorgverzekeraar***

We hebben groot respect voor wat onze Odensehuizen presteren. Maar zolang we deze huizen vanuit onze publieke middelen niet beter ondersteunen, kunnen zij hun ware potentieel niet verwezenlijken. Daarmee doen we onszelf en deze kwetsbare mensen tekort. Gemeenten en zorgverzekeraars: help onze Odensehuizen om waardige dochters te zijn van hun trotse Deense moeder.

***Maarten Straus en Joris Slaets***

Joris Slaets is directeur van Leyden Academy on Vitality and Ageing en hoogleraar ouderengeneeskunde aan het UMCG

Maarten Straus is directeur Verpleging & Verzorging bij Cordaan.