

'Ik heb mijn hart verloren op Monnikenheide'

TEKST: SARAH DEVOS
BEELD: SARAH DEVOS,
GITTE MERTENS & ERIKA
RACQUET

'Warme en professionele dienstverlening aan personen met een handicap en hun gezin', lees ik aan het onthaal van Monnikenheide, waar ik een middag mag meedraaien. We zitten middenin het Zoerselbos en de vijver met eenden, fluitende vogels en – vooral – de vriendelijke begroetingen van de bewoners maken deze eerste lentedag zo mogelijk nóg zonniger.

Ik start bij Ann Boden, opvoedster bij de dagwerking in groep de Klaver. 'Ik werk al sinds 2005 bij Monnikenheide, op verschillende posities. Hier, in de Klaver, brengen dertien gasten hun weekdag door. De groep is heel heterogeen: sommige cliënten zijn heel kwetsbaar, anderen net heel talig of actief. We maakten bewust een mix, dat is fijn voor iedereen,' vertelt ze.

Doedelen: een schot in de roos

Terwijl we praten, is de groep aan het doedelen, een sensorische, belevingsgerichte activiteit die zorgt voor basale stimulatie van zintuigen en emoties. 'Echt een topactiviteit,' legt Ann uit. 'Er komt altijd enorm veel reactie op. Cliënten van heel uiteenlopende niveaus vinden het zalig en wij vinden het zelf ook supertof om te doen. Alle gasten genieten van die fysieke aanrakingen en gewaarwordingen tot in de puntjes van hun lichaam. Bij het doedelen werken we acht weken rond één thema, zoals koffiezetten of warm-koud. De eerste doedel rond een nieuw thema is altijd wennen, maar na een tijdje weten ze wat er gaat komen, en dat vinden ze erg fijn. Nu werken we bijvoorbeeld met warme pittenzakjes en voetbaden, handwarmers, ijsblokjes en natuurlijk een lekker ijsje.'



'Koffie naar den akker'

Het dagschema in de Klaver is erg gestructureerd. 'Dat vaste ritme is echt nodig. Elke week heeft ook ongeveer hetzelfde stramien. Op maandagochtend brengen we koffie naar 'den akker', onze moestuin. In de namiddag genieten we van verhalen of liedjes en poetsen we de golfkar. Natuurlijk hoort daar ook 'een toerke' bij met zes gasten.' (Licht) 'Op dinsdagnamiddag doen we altijd sport en spel of bij slecht weer gaan we knutselen, film kijken of karaoke zingen, plonsen in ons therapeutisch bad of naar de markt.'



In De Klaver verloopt alles erg gestructureerd. Derde van rechts: Ann Boden.

Muziek, beauty en soep

'Woensdag is dansdag. Heel frappant trouwens, iedereen heeft een andere muzikale voorkeur – van de Samsanrock over de Alpenzusjes tot roeien op de Noordzeekusten. Samen met de collega's doen we ontzettend veel moeite om ook van onze niet-sprekende cliënten te ontdekken wat hun favoriete muziek is – echt kicken als je dat dan te weten komt. Donderdag is het doedeltijd en genieten we van een beautymomentje, zoals een massage of voetbad. En weet je wat zo leuk is? Onze gasten masseren je even graag terug!' (Licht) 'Vrijdag maken we soep, rijden we met de golfkar of knuffelen we onze konijntjes en maken we hun hok schoon.'

'We wandelen elke dag, zelfs als het vriest.'

Winter en zomer wandelen

'Wandelen, dat doen we elke dag, behalve als het te hard regent,' vertelt Ann enthousiast. 'Zelfs als het vriest, leggen we kersenpitjes in de rolstoelen en duffelen we iedereen lekker warm in. Natuurlijk is niet iedereen vanzelf geïnteresseerd in de natuur, maar je ziet dat ze erin groeien en er meer oog voor krijgen. Ook als de vogeltjes naar onze zelfgemaakte vetbollen komen, dan reageren ze daar supersterk op. De gasten mopperen soms wel eens: alwéér wandelen? Maar ze weten dat we toch gaan. Niet alleen ik vind dat belangrijk, ik merk dat ouders het ook aanmoedigen. Thuis is bewegen en naar buiten gaan vaak ook wat minder vanzelfsprekend dan hier.'

Met de karavaan op pad

'Pas op, wij moeten elke dag een hele karavaan op pad krijgen, hoor. Is iedereen naar het toilet geweest? Goed aangekleed? Oké, dan pakt de ene een fiets, de andere een tandem en nog een andere gaat mee met de rolstoel. We hebben ook slechtziende cliënten, of gasten die wel eens in het midden van de baan durven te lopen. Er komt dus heel wat bij kijken. Wat wel heel fijn is, is dat we hier op Monnikenheide uit een hele resem aan vervoersmiddelen kunnen kiezen. Dat opent zeker mogelijkheden. Op de fiets zie je ze echt genieten van de wind op hun wangen. Heerlijk! En dan genieten wij mee, hè.' (Glimlacht)

Heilzaam laag tempo

Intussen is de doedel afgelopen en toont één van de cliënten me trots haar handen. 'Ik heb net een handmassage gekregen, wil je eens ruiken aan de handerème? Goed, hè!' De stagiair van dienst lacht verlegen. 'Voor alles is een eerste keer,' zegt hij. 'Bij onze gasten is het vooral de uitdaging om hun non-verbale communicatie te leren lezen,' gaat Ann voort. 'Kiekeboespelletjes zijn altijd een hit hier, net als de tovertafel, scheetzakken en pufferballen. We eindigen wel altijd met een ontspanningsoefening. Al die prikkels laten zakken, is echt nodig. Om tot rust te komen, hebben we ook een prachtige snoezelkamer. Het lage tempo in onze groep is voor velen heilzaam, ook voor de cliënten met een iets hoger niveau.'



In de sfeervolle snoezelkamer komt iedereen tot rust.



Samenwerken op veel niveaus

'Het is heel tof om te zien hoe onze gasten voor elkaar zorgen en elkaar aanspreken. Natuurlijk hebben ze allemaal een ander karakter, maar we vinden altijd wel een weg. We knuffelen veel. Dat fysieke laten we echt toe, de ene collega al wat meer dan de andere. Iedereen legt andere accenten, heel waardevol. Ons team is relatief 'oud' – we zijn bijna allemaal 40-plus en dat heeft zeker zijn voordelen. Onze jonge stagiairs schakelen we dan in om bijvoorbeeld TikToks te maken.' (Licht) 'We werken ook nauw samen met de hele familie, via heen-en-weerschriftjes. Elke dag is anders, ook al is de structuur dan heel voorspelbaar.'

Work hard, play hard

'Ik vind dat we best mogen zeggen dat wij écht hard werken. Het is zoveel meer dan bezigheidstherapie. Toch zou ik nooit een andere job willen doen. Je geeft hier veel, maar je krijgt zeker ook iets terug van die gasten. Ik kom uit een hele sociale familie, mijn zussen en nu ook mijn kinderen, zelfs ons vader op zijn manier... Het zit er ingebakken bij ons thuis. Na bijna twintig jaar kan ik wel zeggen dat ik mijn hart heb verloren op Monnikenheide.'

Een breed publiek in het Huis aan 't Laar

Terwijl Ann en haar groep aanschuiven voor de lunch, stap ik naar het grote, zwarte huis, beter bekend als het Huis aan 't Laar. Daar beginnen Gitte en haar groep ook net aan de soep. 'Deze zorgwoning is een DIO-woning,' steekt Gitte van wal. 'DIO staat voor Diensten Inclusieve Ondersteuning. We zitten nabij het domein van Monnikenheide, maar we werken zoveel mogelijk zelfstandig ervan. In twee groepen leven hier in het totaal zeventien bewoners samen en er wordt heel erg gehamerd op het individu.' En dat merk ik meteen. Waar in de Klaver elke cliënt dezelfde dagindeling volgt, heeft elke bewoner hier zijn of haar eigen interesses, hobby's, bezigheden en soms ook werk. 'Klopt,' zegt Gitte. 'We hebben een heel breed publiek. Dat gevarieerde vind ik enorm boeiend.'



Zeventien kalibers

Sommigen sluiten overdag aan bij de dagbesteding op Monnikenheide, met allerhande ateliers (bakkerij, weven, moestuin, semi-industrieel werk...) en activiteiten. Anderen gaan (begeleid) werken, bijvoorbeeld in een speelgoedwinkel, bij de politie of bij een brouwer. Sommige bewoners strijken hun kleding en poetsen hun studio zelf, anderen steunen daarvoor op onze interieuronderhoudster. Sommigen blijven de hele dag in huis, andere gaan al eens naar de bakker of slager in het dorp. Het zijn zeventien verschillende kalibers en ze hebben allemaal een eigen niveau van ondersteuning nodig. Dat kan fysiek zijn, maar het merendeel helpen we verbaal, door bijvoorbeeld samen hun taken en dagplanning te overlopen. Ook doktersafspraken en medicatiegebruik begeleiden we.'

Met dank aan nonkel Wim

'Ik wist al snel dat ik dat ik deze job wilde doen. Dat komt door mijn nonkel Wim. Ik vond het ontzettend inspirerend dat hij, ondanks zijn beperkingen, toch een zo normaal mogelijk leven kon leiden. Het klikte altijd al tussen ons.' Intussen is iedereen binnengewaaid en wordt de soep uitgedeeld. 'Ik heb een laurierblaadje in mijn kommetje!' roept Sara uit. 'Ah, dan moet jij de afwas doen,' lacht Gitte – en iedereen gniffelt mee.'

'Het is tof om te zien hoe onze gasten ook voor elkaar zorgen.'

De telefoon huult mee

Na het eten loopt een videotelefoontje binnen. Aan de lijn een bewoonster die een weekje in isolatie op haar kamer moet blijven wegens het alom gekende c-virus. 'Ik mis jullie,' snikt ze hartverscheurend. De anderen weten even niet goed wat ze ermee aan moeten, dan beginnen ze één voor één mee te huilen. Er wordt unaniem besloten dat ze wat boekjes en ander entertainment aan haar kamerdeur zullen leggen. Tussen het eten, mopjes maken, afruimen en troosten door, kijken Gitte en haar collega's regelmatig op hun horloge. 'Je mag bijna vertrekken naar je werk, Charlotte,' zegt Gitte. De dag lijkt erg organisch te verlopen.

Gezellige vieruurtjes

'Dat alles vanzelf gebeurt, kan zeker zo lijken,' vertelt Gitte. 'Toch wordt hier heel veel afgesproken, anders gebeurt het niet.' (Licht) 'Natuurlijk kennen ze hun eigen planning intussen min of meer en dat verloopt meestal redelijk vlot. Bij onenigheid tussen twee bewoners moeten we wel eens kortdaat optreden en een discussie afblokken. Toch vind ik dat net plezant, die sociale interacties hier. Ons vieruurtje is bijvoorbeeld altijd heel fijn. Hectisch, zeker als iedereen tegelijk zijn woordje wil doen, maar héél gezellig.' (Licht)



Teambuilding op dinsdag

'Elke eerste dinsdag van de maand doen we ook altijd een groepsactiviteit, zoals zwemmen, een hamburger gaan eten of naar een musical. Dat is goed voor het groepsgevoel. Los daarvan is het wel de bedoeling dat onze cliënten de touwtjes zelf in handen nemen. Tegelijk proberen we zoveel mogelijk een warm thuisgevoel te creëren. Zo mag eenjarige bewoner het menu van de dag kiezen en na het avondeten doet iedereen rustig zijn eigen ding in de living, buiten, bij een hobbyclub of op zijn kamer. In het weekend gaan de meeste bewoners naar huis, in verschillende formules – van vrijdag tot maandag tot enkele uren op zaterdag.'

Alarm voor 's nachts

'Sinds een vijftal jaren blijven de begeleiders 's nachts niet meer slapen in het huis. In de plaats daarvan zijn we verbonden met de nachtdienst op het domein en hebben onze bewoners een alarmknopje voor eventuele noodgevallen. Enerzijds een beetje jammer dat we ons rustige moment voor bureauwerk, dat we vroeger 's avonds laat deden, daarmee verloren zijn, want de administratie neemt toch een flinke hap van onze tijd. Anderzijds is het wel fijn om in je eigen bed te kunnen slapen.'

Het leven zoals het is

'De woning bestaat al acht jaar, en er wonen nog altijd tien van de zeventien oorspronkelijke bewoners. We hebben één koppeltje in huis en onze oudste bewoner is René. Hij is 65 en hij vond zijn levenspartner op www.dottie.be, een sociale netwerksite voor mensen met een beperking. Onze jongste bewoner is 29.' Plots begint één van de bewoonsters te huilen. 'Wat is er? Mis je je papa? Dat snap ik,' zegt Gitte, terwijl ze elkaar eens goed vastpakken in de zetel. 'Je ziet het,' vertrouwt ze me toe. 'We leven, werken en voelen hier niet alleen mee met onze bewoners zelf, maar met hun hele gezin.'

In het Huis aan 't Laar heeft iedereen een ander dagprogramma. In het midden aan de soep: Gitte.

