



# SOCIALE DAG

## Vrijdag 8 april 2011

In de Gouden Jaren  
Danebroekstraat 33  
3300 Tienen

### Groepswerk:

Eva Brouwers      6 LWE  
Melissa Everaerts 6 LWI  
Marie Landsheere 6 EMT  
Melissa Loonbeek 6 LWE

## Hoofdstuk I: de instelling

In de Gouden Jaren is een woon- en zorgcentrum gelegen in het hartje van Tienen. Het is één van de nieuwere rusthuizen in deze streek, want het is pas open sinds 1 april 2007. De ligging van het centrum is tamelijk uniek. Het ligt op een wandelafstand van de Grote Markt en vlak naast het park.

Op de gelijkvloers bevindt zich de eetzaal, een grote zithoek, een kapsalon en een deel van de kamers. De andere kamers zijn verdeeld over de eerste en tweede verdieping. Het gebouw heeft ook een derde verdieping.

In de kelder is er de keuken en een zaal waar de hulpbehoevenden hun eten krijgen en waar namiddagactiviteiten doorgaan. Aan de achterkant van het gebouw is er een tuin met terras. Naast de dagelijkse zorgverlening en een kapsalon biedt het rusthuis ook nog een pedicure en kinesi- en ergotherapie aan.

Het centrum telt in totaal 79 kamers voor (minder-) valide, dementerende en verscheidene zorgbehoevende bejaarden. Het rusthuis kan 44 RVT bewoners en 35 rusthuis bewoners opnemen. De meeste bewoners hebben elk hun eigen kamer. Sommigen delen er één omdat ze geplaatst worden door het OCMW of omdat ze er zelf voor kiezen.



## Hoofdstuk II: de activiteiten van de dag

### Eva Brouwers

Vrijdag 8 april 2011 was het "sociale dag" voor de zesdejaars van onze school. Ik koos het woon-en verzorgingstehuis "De Gouden Jaren " uit. De bewoners van dit rustoord zijn zwaar hulpbehoevend. Het leek me leuk om een dag tussen de bejaarden te leven.

Wat me dadelijk opviel toen ik bij het zorgcentrum aankwam, was de rustige sfeer die er heerste. Een vriendelijke verzorgster, tevens kinesist gaf ons een rondleiding. Het tehuis herbergt 61 bedden voor mindervalide en dementerende bejaarden. Het tehuis kiest bewust voor deze kleinschaligheid. Zo blijft er ruimte voor menselijk contact, een praatje maken met de ouderen. De verzorgers hebben respect voor iedereen zijn eigenheid ( eigenaardigheid).

Tijdens de rondleiding viel het mij op dat het tehuis heel gezellig was ingericht. Het gebouw wordt keurig onderhouden. De verzorger vertelde dat het team oog heeft voor de fysische, psychische en sociale behoeften van de ouderen. Om deze doelstellingen waar te maken werkt het hele team hiervoor goed samen en helpen ze elkaar.

Na de rondleiding verfriste ik samen met een vriendelijke verzorgster de bejaarde. Na het wassen deden we mee aan hun ochtendgymnastiek. Tijd om de benen te strekken. De bejaarden gaven het beste van zichzelf. Het was geweldig om te zien hoeveel plezier de ouderen aan deze stretching beleefden.

Mij viel het ook op dat deze ontspanningsruimte heel grote ramen heeft. De ramen geven uit op het stadspark van Tienen. Het zonlicht schijnt gretig naar binnen . Je wordt er goed gehumeurd van. Dat is een slim truckje van de architect.

Om twaalf uur werd het eten geserveerd in de refter. Velen moesten geholpen worden tijdens het eten.

Omstreeks 14 uur trokken we de jassen aan bij de ouderen. We strekten onze benen in het stadspark. Met de rolstoel wandelen was toch moeilijker dan ik dacht. We wandelden op een heel rustig tempo en genoten van de natuur in de lente. Fijn dat dit tehuis vlakbij het stadspark ligt. Na deze korte wandeling brachten we de oudjes naar hun kamers of naar de ontspanningsruimte . Nadien namen we afscheid van hen.

Ik denk dat de meeste bejaarden hier gelukkig zijn. Ik heb mijn besluit gemaakt namelijk : "Je blijft in je hart zo jong als je zelf wilt" ondanks al je beperkingen.

## Melissa Everaerts

Rond kwart voor acht kwamen Melissa Loonbeek en ik aan op de afgesproken plaats. We waren goed op tijd vertrokken omdat we dachten dat we even gingen moeten zoeken voor we het gevonden hadden, maar dat viel allemaal goed mee. Vervolgens kwamen Marie Landsheere en Eva Brouwers aan zodat we tegen acht uur naar binnen konden gaan.

Binnen werden we al gauw verwelkomd door de vriendelijke kinesist die ons meteen meenam naar de ontbijtzaal voor de hulpbehoevenden. Hier was een verpleegster volop bezig met de mensen bij te staan tijdens hun ontbijt. Een paar mensen hadden al gedaan met eten, dus mochten we hen mee naar boven nemen naar de zitplek, waar ze de rest van de dag zouden doorbrengen. Vervolgens brachten we de overigen in verschillende kleine groepjes naar boven.

Na het ontbijt splitsten we ons op. Eva ging met een verpleegster mee die de mensen hielp bij het wassen. Melissa, Marie en ik gingen mee met de verpleegster die instond voor het ontbijt. Zij moest de plateaus van het ontbijt van de andere mensen gaan ophalen. Deze bejaarden aten op hun kamer. Vervolgens brachten we alles naar de keuken en kregen we even vrije tijd.

Tegen tien uur was het tijd voor te turnen. De ouderen zaten allemaal in een kring en de kinesist deed allerlei oefeningen met de benen, armen en nek. Een aantal mensen deed zeer actief mee. Sommigen keken gewoon en andere telden mee bij een oefening.

Het middagmaal vond plaats in de grote eetzaal. Eerst werden de hulpbehoevenden naar de tafel gebracht en mochten we hun slab aandoen. Daarna kwam de rest van de bewoners zodat we de soep konden uitdelen. Daarna volgde de hoofdschotel. Aangezien het vrijdag was, was dit vis. Sommige personen wilden een kleine portie en het viel mij op dat het personeel heel goed wist wie welke portie moest hebben. Toen de bewoners rustig aan het eten waren kregen wij de kans om zelf iets te gaan eten.

Na het eten kwamen twee verpleegsters die verantwoordelijk waren voor de namiddagactiviteiten. De vorige dag was er een groep stagairs geweest die een hele dag lang activiteiten had georganiseerd in het kader van hun eindproject. Omdat de

ouderen er dus een drukke donderdag hadden opzitten kozen de twee verpleegsters voor een iets rustigere activiteit: naar het park. Daar genoten we een tijdje van het zonnetje en de vijver. Daarna reden we nog eventjes rond met hen en keerden vervolgens terug. Terug in het rusthuis gingen net zoals sommige andere bewoners naar het terras. Tegen vier uur namen we onze rugzak en namen we afscheid van dit mooie woon-en zorgtehuis, het zeer vriendelijke personeel en zijn bewoners.

## Marie Landsheere

Toen we om 8 uur aankwamen in het gebouw van 'De Gouden Jaren' in Tienen, was het er nog erg rustig. We profiteerden van de rust om het gebouw te verkennen samen met een vriendelijke en spontane dame. Maar meteen begon het echt werk : het ontbijt afruimen, de bewoners naar de grote zaal begeleiden en de borden bijeenzetten. Dit was ook meteen ons eerste kennismaking met de bewoners. Ze ontvingen ons met open armen en wilden direct een praatje met ons slaan.

Om 10.30u was het dan tijd voor turnoefeningen. We wisten op voorhand echt niet wat deze oefeningen zouden inhouden, dus voor ons was het ook afwachten. Het turnen bestond erin de armen, benen en nek op een rustige manier te bewegen. Tegen de middag werd van ons verwacht de bewoners klaar te maken voor het middagmaal : slabber aandoen en drankje inschenken. Het was vrijdag, dus dat betekende : visdag ! Het eten werd op een bord geschept en wij deelden de borden uit aan de bewoners. Dit was niet altijd makkelijk omdat sommigen meer vis wilden dan anderen en we wilden iedereen natuurlijk tevreden stellen.

Na de middag was normaal een quiz voorzien maar omdat de verantwoordelijke niet aanwezig was zijn we het park in getrokken. Er werd daar dan even halt gehouden om het park en de mooie vijver rustig te bekijken.

Jammer genoeg moesten we na ons parkbezoek al afscheid nemen van de bewoners en het rusthuis.

## Melissa Loonbeek

Om kwart voor acht kwamen ik en Melissa Everaerts aan op onze bestemming. Toen ook Marie en Eva aangekomen waren, gingen we het gebouw binnen. Daar zaten we even te wachten tot iemand ons verder hielp.

Uiteindelijk nam de kinesiste ons mee naar de kelderverdieping, waar in de animatieruimte het ontbijt werd bedeed aan de hulpbehoevenden. Telkens wanneer

iemand gedaan had met eten mochten we ze naar de zitruimte op het gelijkvloers brengen.

Toen we iedereen verplaatst hadden, kregen we de keuze wat we als volgende gingen doen. Ik ging mee op ronde om de ontbijtschotels op te halen op de kamers. Als alles naar de keuken was gebracht kregen we even pauze.

Daarna was het tijd om te turnen. Alle mensen die wilden meedoen verzamelden in een 'cirkel' van zetels. De kinesiste deed de oefening voor en wij deden ze samen na.

Ondertussen was het al middag. We mochten de hulpbehoevenden helpen een slabber aan te doen. Daarna mochten we soep uitdelen en ook het warm eten opdienen. Wanneer iedereen aan het smullen was, trokken wij erop uit om zelf iets te gaan eten.

Na de middag zochten we enkele oudjes die mee naar buiten wilden, aangezien er door onze aanwezigheid volk genoeg aanwezig was om rolstoelen te duwen. Het was bijzonder mooi weer om te gaan wandelen in het park. We gingen aan de kant van de vijver zitten en luisterden naar verhalen die de bejaarden vertelden. De tijd vloog voorbij en wanneer we terugkeerden naar het woon- en zorgcentrum was het al bijna tijd om naar huis te gaan.

## Hoofdstuk III: individuele evaluatie

### Eva Brouwers

Het interieur van het tehuis was heel fleurig en kleurrijk. Het verzorgingstehuis is heel gezellig ingericht. Je voelt je er direct thuis. Alle kamers worden goed onderhouden.

Het verzorgingspersoneel was heel vriendelijk, zowel voor de bewoners als voor ons. Ze hebben veel geduld met de bewoners en behandelen ze met veel respect. Ze hebben indruk op me gemaakt. Ik denk dat het verzorgingsteam fijn samenwerkt. Ook de opdrachten waren goed. Ze waren niet te moeilijk, maar wel noodzakelijk. Ik heb genoten van deze dag. Het was tof om zo een sociale dag te beleven. Toch lijkt het me een zware, uitputtende job. Ik zag dat de verzorgers hun job met hart en ziel uitvoerden.

### Melissa Everaerts

Het verzorgingstehuis was heel netjes. Alles zag er nog heel nieuw uit. De dagzaal was heel goed verlicht door de grote ramen die uitzicht gaven op de tuin. De kamers zelf waren ruim genoeg en goed ingericht.

Het personeel gaf ons uitgebreid uitleg over de bewoners, de taken en het dagelijkse leven in het tehuis. Ze gingen op een vriendschappelijke en vlotte manier om met de bewoners. De meeste bewoners waren ook heel vriendelijk. Sommigen konden wel eens agressief worden, maar dit waren dikwijls mensen die geestelijke problemen hadden.

Mij zijn er vooral twee dingen bijgebleven. Ten eerste heb ik die dag gezien hoe hard die verpleegsters moesten werken. Terwijl ze bezig waren met de ene persoon riep er een andere voor hulp. Ik stond versteld van de efficiënte manier waarop zij te werk gingen zoals bij het ophalen van de plateaus dat op één uur moest gebeuren. Ook psychisch is het geen gemakkelijke job, zeker als je met dementerende en hulpbehoevende moet werken. Toch zag ik dat het verplegend personeel daar voldoening haalde uit zijn of haar job. Ten tweede was ik ook aangedaan door het lot van sommige bejaarden, zoals een man die helemaal gehandicapt was maar geestelijk nog helemaal in orde was, waardoor hij besepte

wat er aan de hand was, of een dementerende vrouw die constant om haar man riep. Ik had erg veel medelijden met hen. Maar er waren ook mensen die er nog enorm fit en fris uitzagen voor hun leeftijd.

Ik vond het een zeer leerrijke ervaring en ik heb door deze dag veel meer respect gekregen voor de mensen die in deze branche werken. Daarnaast heb ik ook gezien dat er verschillende manieren zijn om je oude dag door te brengen en dat we die jammer genoeg niet zelf kiezen.

### Marie Landsheere

Zo'n dagje werken in een rusthuis was voor mij een positieve ervaring. Voorheen wisten we niet echt wat de verpleegsters en verzorgers in een rusthuis moesten doen en we wisten zeker niet dat het zo zwaar was. Ik had niet verwacht dat de bewoners zo vlot met ons zouden omgaan. Ze wouden allerlei dingen over ons weten en vertelden ook meteen over hun eigen leven. Het enige dat ik jammer vond was dat de verantwoordelijke niet aanwezig was. Ik had graag met de bewoners een quiz gedaan of volksspelen gespeeld, maar dit ging jammer genoeg niet door.

Ik vind dat ze ons zeer goed hebben ontvangen en we konden met al onze vragen bij hun terecht. Het was een zeer aparte ervaring, we hebben zeker dingen bijgeleerd en zijn met mensen in contact gekomen waar we normaal niet mee in contact komen.

### Melissa Loonbeek

In de voormiddag heb ik gemerkt dat het werk in zo'n woon- en zorgcentrum bijzonder zwaar is. Ook de aanwezigheid van enkele dementerende ouderen maakt het de verzorgers niet bepaald makkelijk. Het omgaan met deze mensen was op sommige momenten nogal beangstigend. Waarschijnlijk komt dit ook omdat ik het contact met zulke mensen uiteraard niet gewoon ben. Maar ik vond het een hele ervaring en heb enorm veel respect voor de mensen die verantwoordelijk zijn voor hun verzorging.

De namiddag vond ik best gezellig. We kregen toen echt de kans wat te praten met de bewoners.

Over het algemeen vond ik het een heel toffe dag, maar anderzijds is het niet iets wat ik elke dag zou kunnen doen. Maar al bij al vond ik het een erg leuke ervaring, die ooit nog wel eens voor herhaling vatbaar is.