BUNGALOWWONEN: KLEINSCHALIG WONEN BINNEN DE BESTAANDE MUREN VAN EEN VERZORGINGSHUIS

Utrecht, april 2005
Christina Mercken (Xina Tekst & Support, Amsterdam)
In opdracht van het Aedes-Arcares Kenniscentrum Wonen-Zorg

Zorgcentrum De Meerpaal wilde het traditionele zorgsysteem veranderen en zocht naar een manier om het wonen voor bewoners zo persoonlijk mogelijk in te vullen. De nieuwe zorgvisie vroeg om aanpassing van de werkwijze én om aanpassing van het gebouw. Kleinschalige wooneenheden, zogenoemde bungalows, werden gebouwd binnen de bestaande muren van het verzorgingshuis.

Naar een modern zorgproduct

Traditionele verzorgingshuizen voldoen niet meer aan de eisen en behoeften van deze tijd. De ouderen van nu, en zeker de ouderen van de toekomst, wensen een meer individuele benadering die ruimte biedt voor persoonlijke inbreng en groei. Begrippen als zelfstandigheid, mondigheid, zingeving en variatie spelen een belangrijke rol, maar krijgen te weinig ruimte binnen de traditionele organisatiestructuur die zorg en dienstverlening zo veel mogelijk uit handen van de bewoners neemt. Daarnaast hebben verzorgingshuizen, door de toenemende levensverwachting, te maken met een absolute toename van de vraag naar zorg. Een toename die niet kan worden opgevangen met het traditionele zorgconcept.

Zorgcentrum De Meerpaal

Het dertig jaar oude zorgcentrum De Meerpaal in Vlaardingen wilde zich aanpassen aan de eisen en behoeften van deze tijd. Samen met bewoners, familieleden, medewerkers en management ontwikkelde het zorgcentrum een nieuwe zorgvisie waarin kleinschalig wonen centraal staat en dat gebaseerd is op drie uitgangspunten:

- **Meer ruimte voor de individuele leefstijl**
  De tevredenheid van ouderen wordt voor een groot deel bepaald door de mate waarin zij zelf sturing (kunnen) geven aan hun leven. Ouderen die zelfstandiger opereren, hebben minder klachten en zijn minder snel ontmoedigd. Dat vertaalt zich in hun zorgvraag.

- **Zorg en dienstverlening alleen waar dat nodig is**
  In plaats van in te spelen op de afnemende lichamelijke en geestelijke vermogens van ouderen, moet de zorg- en dienstverlening meer inspelen op wat ouderen nog wél kunnen. Hierdoor kan een deel van de zorg worden besteed aan urgentere zaken.

- **Herwaardering en inzet van de mantelzorg**
  Door professionalisering en doelmatigheid van de zorg spelen familieleden, bekenden of vrijwilligers geen rol van betekenis meer in het dagelijks leven van bewoners. Deze zorgvorm moet weer in ere herstel worden.

Een nieuwe zorgvisie betekent aanpassing van de geboden zorg en dienstverlening, van de werkwijze van medewerkers en van de inzet van familieleden, vrijwilligers en bewoners zelf. Én het betekent aanpassing van het gebouw om kleinschalig wonen en variatie mogelijk te maken. De traditionele bouwstijl, met lange gangen en kamers aan weerszijden, bood te weinig ruimte voor de behoeften en eisen van de 21ste eeuw. Die bouwkundige aanpassing moest plaatsvinden binnen de muren van het bestaande zorgcentrum.

Zo thuis mogelijk wonen
De Meerpaal koos voor gevarieerde woonvoorzieningen met het accent op kleinschaligheid. Centraal daarbij staat de min of meer nieuwe woonvariant van kleinschalige bungalows bestaande uit vijf privé-appartementen en een gemeenschappelijke huiskamer en keuken. Omdat niet iedereen wil samenwonen zijn er ook één- en tweepersoonsappartementen.

De bungalows zijn gerealiseerd door de brede centrale gang te versmallen. Hierdoor ontstaat aan één kant ruimte voor een tweede gang die vijf appartementen met elkaar verbindt en die leidt naar de gezamenlijk huiskamer met open keuken. Iedere bungalow heeft daarmee een eigen ingang. Aan de andere kant van de gang is ruimte voor zelfstandige één- en tweepersoonsappartementen.
In totaal zijn 11 bungalows gerealiseerd: 6 basiszorg (waarvan één voor crisisopvang en één voor psychiatrie) en 5 voor psychogeriatrische (PG) bewoners. De PG-bungalows zijn geschakeld. Dat wil zeggen, de huiskamers van twee bungalows zijn met elkaar verbonden middels openslaande deuren. Zo kunnen twee aparte huiskamers samengevoegd worden en kan gemakkelijker gegarandeerd worden dat er altijd een medewerker aanwezig is.
De centrale gedachte bij de verbouwing was dat bewoners ‘zo thuis mogelijk dienen te wonen’. Dat vertaalt zich in eisen ten aanzien van de bouw en inrichting van wooneenheden:

Bungalowwoningen met eigen balkon of terras

- **Kleinschalig en intiem**
  De omgevingssfeer moet kleinschalig, huiselijk en intiem zijn. Dit heeft zijn weerslag op de aankleding en inrichting van het gebouw, loopafstanden moeten bijvoorbeeld zo kort mogelijk worden gehouden en voorzieningen gekoppeld aan het zorgcentrumcomplex, zoals winkeltjes, restaurant en receptie, moeten bijeen worden gebracht in een 'openbare ruimte'.

- **Autonomie en zelfstandigheid**
  Ieder bungalow moet een zelfstandige unit zijn waarin bewoners gezamenlijk zo veel mogelijk zelf hun vraag naar zorg- en dienstverlening kunnen bepalen.

- **Privacy**
  Privacy is een basisvereiste. Alle bewoners hebben een eigen douche en toilet en een deur die ze zelf op slot kunnen doen. Naast de deur voor het eigen appartement, hebben de bungalows ook een eigen toegangsdeur zodat deze woonomgeving niet zomaar toegankelijk is voor 'buitenstaanders'.

- **Vrijheid van inrichting**
  Bewoners moeten hun eigen woning (en dus ook de bungalows) zo veel mogelijk naar eigen inzicht kunnen inrichten, zowel wat betreft meubelkeuze als stoffering en kleur van het schilderwerk. Idealiter zou dit ook gelden voor de indeling van de ruimten, maar dat is binnen een bestaand zorgcentrum moeilijk te realiseren. Flexibele indeling van ruimten is pas echt mogelijk bij nieuwbouw als appartementen casco worden gebouwd.

De bewoners richten zelf hun bungalows in. De bungalows hebben daardoor allemaal een eigen sfeer: andere meubels, andere stoffering, andere kleuren. In de ene bungalow wonen veel bewoners met een rolstoel waardoor de woonkamer ruim is ingericht. In een andere hebben de bewoners een elektrische openhaard laten plaatsen, voor de gezelligheid. Op een plank staan verschillende beelden naast elkaar: een witporseleinen poesje, een donkerhouten Afrikaans beeld en een modern abstract bronswerk. Iedere bewoner brengt zijn stijl mee. En ook de balkons en terrassen worden zelf ingericht. Op een mooie zondag zitten de bewoners samen buiten te ontbijten.

Iedere bungalow heeft zijn eigen inrichting en sfeer

Flexibel omgaan met beperkende regels
Het 'huiselijk'-concept dat ten grondslag ligt aan de inrichting van de ruimten bracht diverse uitdagingen met zich mee. Zo moest de logistiek van de organisatie worden aangepast om etens- en medicijnkarren en schoonmaaktrolley's – die niet bij een huiselijke sfeer passen – af te schaffen. Maar het waren vooral de hygiëneregels die om creatieve oplossingen vroegen. De regels voor instellingen zijn veel strenger dan voor privé huishoudens en werpen daardoor vele belemmeringen op.

Hygiëneregels vereisen bijvoorbeeld dat gekoelde etenswaren ten alle tijden gekoeld vervoerd worden. Dat betekent dat iedere bewoner die boodschappen wil doen voor de bungalow een koelbox mee zou moeten nemen. De Meerpaal moest daarom telkens weer zoeken naar creatieve, flexibele manieren om met de regels om te gaan en tegelijkertijd de gewenste huiselijkheid niet teniet te doen. Vaak moesten compromissen worden gesloten, zoals met de voor het personeel verplichte wegwerphanddoekjes. Stoffenhanddoeken passen beter bij een huiselijke sfeer en daarom hangt nu in iedere bungalowkeuken, boven de stoffenhanddoek, ook een dispenser met wegwerpdoekjes.
De Meerpaal wilde ook op de verpleegunit kleinschalig wonen invoeren, maar daar liep men vast in de regels, de huidige situatie en de te hoge kosten.
Toch is ook op de verpleegunit gezocht naar de uiterste grenzen om de sfeer zo huiselijk en persoonlijk mogelijk te maken: iedere bewoner heeft eigen handdoeken, dekbed, zeep en spulletjes (radio, t.v., kastje, beeldje), de huiskamers zijn kleinschalig (maximaal 7 bewoners) en er wordt gewerkt in kleine groepen.

Een nieuwe werkwijze
De nieuwe zorgvisie vraagt om aanpassing van de werkwijze zodat bewoners zoveel mogelijk zelf hun leven en hun zorg inrichten. Dat is niet gemakkelijk. Veel zorgbehoevende ouderen vinden het moeilijk om hun wensen te uiten, uit dankbaarheid voor wat zij al hebben of uit angst om minder te krijgen als zij ‘moeilijk’ doen. De Meerpaal stond voor de uitdaging een kansrijke omgeving te vormen waarin bewoners daadwerkelijk zelf kiezen. Een klimaat waar er veel ruimte is voor bezigheid, ontspanning, inspraak en zingeving. Bij zingeving gaat het niet alleen om aandacht voor levensbeschouwelijke vragen, maar ook om zinvolle dagbesteding en de mogelijkheid zelf dagelijkse en recreatieve activiteiten in te vullen.

Dit alles vereist veel van de verzorging. De traditionele zorgvormen zijn wat dat betreft een stuk minder veeleisend voor het personeel. Het nieuwe zorgsysteem vereist bovendien vaardigheden waarover niet iedereen van nature beschikt. Omgaan met groepsprocessen en gesprekstechnieken zijn inmiddels belangrijke nieuwe speerpunten geworden in De Meerpaal. Daarnaast moet het personeel leren bewoners ‘los te laten’ en alleen daar waar echt nodig in te springen. Dat stelt het personeel voor nieuwe dilemma’s en vragen. Hoe moeten zij bijvoorbeeld omgaan met conflicten en ruzies in de bungalows? Ingrijpen past niet binnen de nieuwe zorgvisie. Net als in de ‘buitenwereld’ moeten bewoners de kans krijgen hun ruzies zelf uit te vechten.

Niet alle personeelsleden konden of wilden meegaan met deze ontwikkelingen en sommige zijn weggegaan. Anderen zijn juist in De Meerpaal komen werken vanwege de nieuwe werkwijze en de uitdaging die die hen biedt. Om te zorgen dat zij die uitdaging blijvend aankunnen, werkt De Meerpaal continu aan de ontwikkeling van handvatten voor het personeel.

Stimuleren van mantelzorg
Onderdeel van de nieuwe zorgvisie is een hernieuwde waardering voor mantelzorg en vrijwilligers. Het kleinschalig wonen is daarvoor zeer geschikt. In de woonkamer en eigen keuken kunnen bezoekende familieleden gemakkelijker even een maaltijd koken of meedoen aan een activiteit. De huiselijke maakt hun bezoek en verblijf een stuk aangenamer. Daarnaast is het voor vrijwilligers gemakkelijker, minder bedreigend en gezelliger om op een kleine bungalow te werken, dan op een grote afdeling.

Maar niet alleen de inrichting en de sfeer werken stimulerend. De Meerpaal betrekt bewust en actief mantelzorgers. Familieleden willen maar al te graag iets doen als zij op bezoek komen - dat maakt het bezoek voor hen ook aangenamer - maar zij weten vaak niet wat zij kunnen doen of zelfs dat zij iets mogen doen. Daarom nodigt De Meerpaal familieden, vrienden en bekenden van bewoners actief uit op activiteiten, om eens te koken of om te overnachten. Ook de familieleden moeten namelijk leren dat het zorgcentrum het ‘thuis’ van de bewoners is en dat bezoek en deelname dus vanzelfsprekend is.

De visie in de praktijk
In bungalowwonen zouden zelfredzaamheid, onderling hulp, ondersteuning en privacy samenkomen. Vier jaar praktijkervaring laat zien dat er grenzen zijn aan de mogelijkheden.

- **Geen behoefte aan groepsprivacy**
  De opzet van een eigen toegangsdeur met deurbel voor elke bungalow sluit niet aan bij de behoeften van bewoners. De deur wordt nooit gebruikt en staat in alle bungalows altijd open. Bewoners die slecht ter been zijn, hebben geen zin om naar de deur te lopen voor bezoek dat niet eens voor hen hoeft te zijn. Bovendien willen de meeste bewoners betrokken blijven bij wat buiten de bungalow gebeurt. Ze willen niet uitgesloten worden en vragen daarom zelfs om een raam in de interne bungalowgang zodat zij naar de buitengang kunnen kijken. Bungalowprivacy is dus veel minder belangrijk dan werd verwacht. Individuele privacy daarentegen is wel van groot belang, zo blijkt uit het feit dat de eigen appartementdeur wel dicht wordt gehouden.

- **Niet altijd gezellig samen**
  De verwachting was dat de bewoners veel met elkaar op zouden trekken dan zij in werkelijkheid doen. De ochtenden worden vaak nog samen doorgebracht met koffie drinken en ’s middags wordt wel samen gegeten, maar ’s avonds trekken de meeste bewoners zich toch terug in hun eigen appartement. Gezamenlijke recreatieve activiteiten worden weinig ondernomen, de meeste bewoners kiezen voor de algemene activiteiten van het zorgcentrum. Gesprekken komen meestal pas op gang als een vrijwilliger of familielid aanwezig is die het gesprek op gang houdt. In één van de bungalows trekken de bewoners zelfs helemaal niet met elkaar op, maar wel tot eigen tevredenheid. Zij vinden dat juist prettig en één bewoner heeft zelfs bewust voor die bungalow gekozen.

- **Onderlinge hulp te moeilijk of te zwaar**
  Een belangrijk onderdeel van de nieuwe zorgvisie was dat bewoners elkaar zoveel mogelijk zouden helpen en dat gezamenlijk wonen in bungalows onderlinge hulp zou stimuleren. De achterliggende gedachte was dat men gemakkelijker een medebewoner kan vragen een rits dicht te doen of iets te pakken dan wachten op een medewerker. Toch werkt dit in de praktijk niet zo. Bewoners vragen elkaar meestal niet om hulp en wachten liever tot familie of de verzorging kan helpen. Daarnaast zijn de bewoners van vandaag niet voor niets opgenomen. Zij hebben een behoorlijke zorgbehoefte en een beperkte hoeveelheid energie. Zorg voor een ander is hen gewoonweg te zwaar.

- **Vooral succesvol bij PG**
  Bungalowwonen is het meest succesvol bij psychogeriatrische bewoners. Zij zijn er lichamelijk veel beter aan toe zijn en kunnen fysiek meer aan. Onderlinge hulp, zoals samen koken, is voor hen minder inspannend en vermoeiend. Daarnaast worden op de PG-bungalows meer activiteiten georganiseerd waardoor bewoners wel degelijk samen optrekken.

- **Samen sterker**
  Het feit dat bewoners minder met elkaar optrekken dan verwacht, betekent niet dat zij geen steun bij elkaar vinden. Het gezamenlijk wonen helpt hen wel om voor hun wensen en belangen op te komen en ook om mee te doen aan activiteiten. Met z’n vijven durven ze simpelweg meer te zeggen dan in hun eentje. Bovendien gaan bungalowbewoners gemakkelijker naar algemene activiteiten, simpelweg omdat zij er samen heen kunnen gaan. Dat is minder bedreigend. En nieuwe bewoners wennen in een bungalow sneller aan het zorgcentrum omdat zij de andere bewoners gemakkelijker leren kennen en met hen mee kunnen gaan naar activiteiten.

Vrijwilligheid voorop
Vier jaar praktijkervaring toont dat bungalowwonen een werkbaar en succesvol woonconcept is, maar dat het nooit en te nimmer moet worden opgelegd. Keuzevrijheid is essentieel en bewoners moeten zich altijd kunnen terugtrekken als zij dat willen. Zodra bewoners dwang of druk voelen, haken zij af. En ook het personeel haakt af als het systeem te dwingend is. Het is de kunst continu variatie te bieden en flexibel te zijn.

Meer informatie
Website Zorggroep Waterweg Noord: www.zorggroepwaterwegnoord.nl
Werkbezoek is aan te vragen bij M.J. Davids, e-mail: mjdavids@zorggroepwaterwegnoord.nl

Zorggroep Waterweg Noord
De Zorggroep Waterweg Noord bestaat uit de Verpleeg- & reactiveringscentra DrieMaasStede (Schiedam) en DrieMaasHave (Maassluis), de Zorgcentra François HaverSchmidt (Schiedam) en Soenda (Vlaardingen), de Zorgcentra Meerpaal en Wetering (Vlaardingen) en zorgcentrum de Tweemaster (Schiedam). Daarnaast heeft de Zorggroep Waterweg Noord een Divisie Transmurale Zorg.