

Verplant

Ann Peuteman

Verplant

WAAROM HET HEERLIJK WONEN KAN ZIJN
IN HET WOONZORGCENTRUM

P E L C K M A N S

Voor mijn prachtige moeder,
die van haar leven niet naar een rusthuis wil.

‘Je kan een boom niet zomaar uit de grond halen en op een andere plek weer verplanten. Er moet vooraf de nodige aandacht, en ook zorg, besteed worden aan de nieuwe plantplaats. Het is nodig dat de boom daar alle omstandigheden en factoren terugvindt die hij nodig heeft om verder te kunnen groeien.’

(Vartago bvba – professionele boomverzorgers)

Inhoud

Vooraf	11
Hoofdstuk I: (On)bewoonbaar	19
<i>Ten eerste: 'Ik bepaal zelf wel hoe mijn huis eruitziet'</i>	21
<i>Ten tweede: 'Ik had geen bezoek meer verwacht'</i>	28
<i>Ten derde: 'Kiki is de enige die me kan opvrolijken'</i>	32
<i>Ten vierde: 'Hier kan ik niet meer van de radar verdwijnen'</i>	36
Roger Lybaert (89): 'Het enige wat telt, is dat ik bij mijn vrouw kan zijn'	41
Hoofdstuk II: (On)doenbaar	49
<i>Ten eerste: 'Verpleegkunde studeer je niet om in een carwash te gaan werken'</i>	51
<i>Ten tweede: 'Ik weiger mijn hersenen zomaar te laten afsterven'</i>	56
<i>Ten derde: 'Onze salsafeestjes zijn ondertussen legendarisch'</i>	59
<i>Ten vierde: 'Het is hier al even erg als in Club Med'</i>	62
Leen De Roo (43): 'Ik had nooit gedacht dat je zo'n band met de bewoners kan hebben'	67

Hoofdstuk III: (On)werkbaar	73
<i>Ten eerste: 'Voor wie applaudiseren we eigenlijk?'</i>	75
<i>Ten tweede: 'Straks zal er niemand zijn om voor ons te zorgen'</i>	79
<i>Ten derde: 'We zorgen niet voor lichamen maar voor mensen'</i>	83
<i>Ten vierde: 'Hier is iedereen gelijk'</i>	87
<i>Ten vijfde: 'Het personeel moet hier ook een beetje wonen'</i>	90
 Lutgart Simoens (92): 'Toen ik hier net woonde, leefde ik weer op'	 93
 Hoofdstuk IV: (On)eetbaar	 99
<i>Ten eerste: 'Voor mijn lang leven mag ik geen vet meer eten'</i>	102
<i>Ten tweede: 'Alsof je alleen nog vliegtuigmaaltijden krijgt'</i>	106
<i>Ten derde: 'Waar is dat rusthuis met Griekse yoghurt en geroosterd brood?'</i>	113
<i>Ten vierde: 'Een magnetron op de kamer? Dat dekt onze verzekering niet'</i>	115
 Sabrina Van Ooteghem (42): 'Ik heb de allermooiste job van de wereld'	 117
 Hoofdstuk V: (On)bespreekbaar	 123
<i>Ten eerste: 'Ik zou zo graag de wolken kunnen zien'</i>	125
<i>Ten tweede: 'Onze bewoners hebben het gsm-nummer van de directeur'</i>	128
<i>Ten derde: 'Zolang iemand leeft, moet hij dat voluit kunnen doen'</i>	130
<i>Ten vierde: 'Die mensen hier zou ik vroeger nooit zijn tegengekomen'</i>	134

<i>Ten vijfde: 'Iedereen heeft het recht om te vallen'</i>	137
<i>Ten zesde: 'Mijn euthanasiepapieren liggen klaar'</i>	139
Frans Goethals (95): 'Hier ben ik tenminste niet de hele tijd alleen'	145
Hoofdstuk VI: (On)betaalbaar	151
<i>Ten eerste: 'Ik heb niet genoeg geld om nog tien jaar te leven'</i>	154
<i>Ten tweede: 'Met een zorgvolmacht kan je je veel ellende besparen'</i>	161
<i>Ten derde: 'Incontinentie levert meer op dan een depressie'</i>	167
Leontine 'Tiny' Schramme (84): 'Af en toe vraag ik me af wat ik hier zit te doen'	169
Hoofdstuk VII: (On)misbaar	175
<i>Ten eerste: 'Als een soort Romeo en Julia moesten we naar elkaar staan zwaaien'</i>	178
<i>Ten tweede: 'Het voelt alsof ik weer vijftien ben'</i>	183
<i>Ten derde: 'Veel bewoners willen alleen maar worden aangeraakt'</i>	186
Ten slotte: Strijdbaar	193
Dankbaar	199
Literatuurlijst	203

Vooraf

Het allereerste artikel dat ik ooit als journaliste schreef, ging over een rusthuisbewoner. Voor de Gentse editie van de krant *Het Volk* werd ik uitgestuurd naar een woonzorgcentrum in Sint-Amandsberg waar de toenmalige schepen van Burgerlijke Stand een honderdjarige zou fêteren. In mijn verslag, dat nauwelijks een paar honderd woorden lang was, schreef ik dat de viering plaatsvond in 'het gezellige bejaardentehuis'. De krant was nog warm toen de chef van de Gentse redactie al aan mijn bureau stond. Hoe haalde ik het in mijn hoofd om zo subjectief te zijn? Waarop baseerde ik mijn bewering dat die plek gezellig was? Had ik misschien alle rusthuizen van de stad vergeleken? Sindsdien weer ik het woord *gezellig* uit elk artikel – het staat me zelfs tegen het hier neer te pennen. Wel heb ik uiteindelijk gedaan wat die chef 25 jaar geleden zo schamper opperde: tientallen woonzorgcentra bezocht en ook een beetje vergeleken. Niet alleen in Gent, maar over heel Vlaanderen.

Dat kwam zo. Jaren geleden begon ik me haast toevallig te verdiepen in het leven van tachtigplussers. Omdat ik daar geregeld reportages over maakte voor *Knack*, maar ook in een poging mijn eigen angst om oud te worden te bezweren. Te vaak begreep ik uit de verhalen die ik hoorde in de marge van interviews met voormalige politici of opiniemakers hoe moeilijk het is om jezelf te blijven als je de tachtig voorbij bent. 'Daar moet toch iets aan te doen zijn tegen de tijd dat

ik zover ben?’ dacht ik. Die zoektocht zou uiteindelijk resulteren in *Grijsgedraaid – Waarom we bang moeten zijn om oud te worden*, dat in het voorjaar van 2019 verscheen. Hoewel ik ter voorbereiding van dat boek nogal wat bewoners van woonzorgcentra opzocht, heb ik het in de meeste hoofdstukken amper over het leven daar. Toeval is dat niet. Ik ergerde me er al een tijd aan dat het debat over de manier waarop we met de oudste Vlamingen omgaan keer op keer tot problemen in de ouderenzorg werd herleid. In mijn ogen nam dat de aandacht weg van een veel groter probleem: hoe we ouderen zoveel uit handen nemen dat er hun amper nog iets rest om ’s ochtends voor op te staan.

Ontzettend veel mensen bleken mijn mening te delen. In de maanden na het verschijnen van *Grijsgedraaid* stroomden de lezersreacties mijn mailbox binnen en na de vele lezingen die ik erover gaf, werd ik telkens weer aangesproken door toehoorders die hun verhaal kwijt wilden. Vaak ging het over hun eigen worsteling met oud worden, de hindernissen waar hun bejaarde vader of moeder tegenaan liep of hun ervaringen als mantelzorger, thuisverpleegkundige of verzorgende. Opvallend veel mensen begonnen ook over iets waar ze nóg banger voor zijn dan voor oud worden: naar een woonzorgcentrum moeten verhuizen. Rusthuizen hebben in Vlaanderen dan ook een bijzonder kwalijke reputatie. Sterfhuizen of wachtkamers van de dood worden ze genoemd, en dat is allesbehalve verbeterd sinds zovele bewoners er tijdens de eerste coronagolf overleden. Wat ook niet helpt, is dat er in de media geregeld verhalen opduiken van onaanvaardbare praktijken in een klein deel van de woonzorgcentra, waar bewoners al om vijf uur in bed worden gelegd voor de nacht, vol pillen worden gestopt om rustig te blijven of urenlang aan een stoel worden vastgesp. Die excessen hebben niet alleen grote gevolgen voor de

betrokken bewoners, ze zorgen er ook voor dat de doorsnee Vlaming niet gelooft dat de zorg in de meeste rusthuizen naar behoren is. Nochtans is dat zo. Toch als je goede zorg definieert als het product van een geoliede machine, die ervoor zorgt dat bewoners op vaste tijdstippen worden gewassen en aangekleed, dat ze medicatie krijgen en dat hun een voedzame maaltijd wordt voorgezet.

In elk geval mag de overgrote meerderheid van de Vlamingen er niet aan denken om op een dag naar een woonzorgcentrum te moeten verhuizen. 'Van mijn leven ga ik niet naar een rusthuis. Wanneer ik écht niet meer thuis kan blijven wonen, moeten ze me maar een spuitje geven.' Ontelbare keren heb ik dat gehoord. Zowel van jongere mensen die nog decennia van zo'n scenario af staan als van ouderen die al bijna tot het doelpubliek van de woonzorgcentra behoren. Er zijn zelfs mensen die de daad bij het woord voegen en uit het leven stappen of om euthanasie vragen eens ze beseffen dat ze niet meer alleen kunnen blijven wonen. Liever dood dan een paar jaar verkommeren in een woonzorgcentrum, denken ze.

Ik daarentegen wil wél naar een rusthuis. Toch over een jaar of veertig. Er is namelijk een scenario dat me nog veel meer afschrikt dan het vooruitzicht van een verhuizing naar een woonzorgcentrum en dat is om dag na dag helemaal alleen in een stoel bij het raam te moeten zitten. Eigenlijk heb ik dat pas beseft toen ik een vijftal jaar geleden met thuisverpleger Dries mee op ronde ging in Blankenberge. Ontiegelijk vroeg reden we naar een groot flatgebouw aan een drukke weg. Alsof het zijn eigen voordeur betrof, draaide Dries de sleutel in het slot van een appartement op de begane grond en stapte binnen. 'Buenos días', riep hij in de richting van de slaapkamer. Marie Louise lag nog in het bed waar een andere thuisverpleger haar zo'n twaalf uur eerder in had gelegd. In nog geen tien minuten

tijd hielp Dries haar met wassen en aankleden. Daarna kwam Marie Louise steunend op haar rollator de woonkamer binnen en liet ze zich met veel moeite in haar fauteuil zakken. Amper wakker en alweer moe. Ondertussen schoof Dries routineus de gordijnen open en begon hij in de kitchenette boterhammen te smeren. Of ze verder nog iets nodig had, vroeg hij. Moest de televisie niet aan? Wilde ze nog een kop thee? 'Nee, maar wil je het licht weer uitdoen?' vroeg ze. Dries deed het en nam afscheid. 'Elke dag, net voor ik wegga, vraagt ze me om het licht uit te doen', vertelde hij terwijl we weer naar de auto stapten. 'Geen idee wat ze een hele dag doet.' Later die ochtend zouden we nog een paar keer aan haar raam voorbijkomen en telkens zat Marie Louise op dezelfde plek voor zich uit te staren. Met het licht uit.

Nog altijd denk ik soms aan haar. Hoe roerloos ze daar zat in het halfduister. 'Zou ze daar nog altijd zitten?' vraag ik me dan af. Ik weet in alle eerlijkheid niet wat ik erger zou vinden. Te horen krijgen dat ze ondertussen is gestorven of weten dat ze er nog altijd zit. Helemaal alleen. Zover wil ik het echt niet laten komen. Liever trek ik dan naar een woonzorgcentrum, waar ik tenminste gezelschap heb. Maar dan wel op voorwaarde dat het een plek is die bij me past en waar ik mezelf kan blijven. En daar beantwoorden de meeste woonzorgcentra vandaag totaal niet aan.

Die verschrikkelijke naam alleen al: woonzorgcentrum. Een centrum is een plek waar je je laat onderzoeken, een paar weken gaat revalideren, je identiteitspapieren in orde maakt of gaat winkelen. Geen plek waar je je thuis kan voelen. Wel geeft die veel te steriele term perfect aan in welke richting de slinger de voorbije decennia is doorgeslagen. Natuurlijk was het nodig dat de fysieke zorg beter werd, maar de steeds grotere efficiëntie is uiteindelijk ten koste gegaan van de huiselijkheid.

Op dat vlak waren de benamingen vroeger toch mooier: home of rusthuis. Die woorden geven tenminste aan wat zo'n plek zou moeten zijn. Zelfs het Engelse *retirement home* is innemender dan woonzorgcentrum.

Een naamsverandering zou dus al een goed begin zijn, al heeft dat natuurlijk alleen zin als de vlag de lading ook dekt. Dat wil zeggen dat er binnen de muren heel wat moet veranderen. Sterker nog: de muren zelf moeten anders. Net als de mensen die er werken en wonen. Vandaag is de gemiddelde Vlaamse rusthuisbewoner een zwaar zorgbehoevende vrouw van 83 die het niet al te breed heeft. Dat bleek onlangs nog uit cijfers van het socialistische ziekenfonds. De leeftijd waarop mensen naar een rusthuis verhuizen, neemt jaar na jaar toe. De meesten zetten die stap pas als het echt niet anders meer kan. Het gevolg is dat 80 procent van de ouderen al erg zorgbehoevend is als ze in het woonzorgcentrum arriveren.

Dat heeft natuurlijk nefaste gevolgen voor het dagelijkse leven daar. Zo vertelde radiocoryfee Lutgart Simoens me dat ze naar een woonzorgcentrum was verhuisd omdat ze niet meer de hele tijd alleen wilde zijn in haar veel te groot geworden huis. Ze hoopte vooral op wat aangenaam gezelschap. 'Maar met de meesten kan je niet meer praten', zuchtte ze. 'Je zit hier aan tafel met allemaal mensen die niets te zeggen hebben en nergens in geïnteresseerd zijn. Ze zitten daar maar voor zich uit te staren. Ontzettend treurig.'

Dat er vooral – en op sommige plaatsen zelfs uitsluitend – zwaar zorgbehoevende mensen in de Vlaamse woonzorgcentra wonen, heeft voor een groot stuk met het beleid te maken. Al vele jaren is de overheid ervan overtuigd dat iedereen zo lang mogelijk thuis moet blijven wonen en dus werden er steeds meer middelen in de thuiszorg geïnvesteerd. Dat is ook goed. Mensen die dat willen, moeten de kans krijgen om in hun

vertrouwde omgeving te blijven zolang dat enigszins haalbaar is. Maar er zijn ook krasse ouderen die wellicht gelukkiger zouden zijn op een plek waar er goed voor hen wordt gezorgd en ze tussen generatiegenoten wonen. Alleen is de financiering van de ouderenzorg daar vandaag niet meer op afgestemd. Een groot deel van de inkomsten die woonzorgcentra van de overheid krijgen, wordt berekend op basis van de zorgbehoevendheid van de bewoners. Lees: hoe meer mensen er slecht aan toe zijn, hoe meer geld om personeel te betalen.

Doordat de meeste bewoners amper nog hun kamer uit kunnen, hebben andere ouderen natuurlijk nóg minder zin om in zo'n rusthuis te gaan wonen. Om er een fijne woonst van te maken, is het onontbeerlijk dat er ook mensen terecht kunnen die ondanks hun ouderdomskwalen nog behoorlijk fit en helder van geest zijn. Het zou al een goed begin zijn om ervoor te zorgen dat geliefden er altijd samen kunnen intrekken. Ook als een van beiden nog opvallend kloek is. Van personeelsleden van woonzorgcentra hoor ik dat ze het alleen maar fijn vinden als er iemand komt wonen die zich nog goed kan behelpen. Al is het maar omdat hij hun werk uit handen kan nemen door voor zijn partner te zorgen en ook andere bewoners bij te staan. Daarnaast zorgt een betere mix tussen zwaar zorgbehoevende en relatief gezonde bewoners ook voor een huiselijkere sfeer. Dan kunnen mensen bij elkaar op de kamer gaan buurten, deelnemen aan activiteiten die uitdagender zijn dan bingo en zangstonden of zich bemoeien met de inrichting van de gangen en de cafetaria.

In de hoofdstukken die volgen, heb ik geprobeerd om een rusthuis te bouwen waar ikzelf later zou willen wonen. Een plek waar je als bewoner eerder een mede-eigenaar dan een patiënt bent, waar je mee aan het stuur zit in plaats van het leven te moeten ondergaan. Sommige nieuwigheden, zoals de

plofkoffer en de groepsaankopen, heb ik zelf bedacht of zijn me ingefluisterd door creatievelingen met een hart voor de ouderenzorg. Maar veruit de meeste voorstellen zijn helemaal niet verzonnen: ze worden vandaag al ergens in Vlaanderen in de praktijk gebracht. Al is het maar in één woonzorgcentrum. Alleen al door al die vernieuwende praktijken en experimenten samen te brengen, zouden rusthuizen een pak aantrekkelijker worden.

Ann Peuteman

Gent, ergens halfweg de tweede coronagolf

Hoofdstuk I: (On)bewoonbaar

Soms heb ik even genoeg van de anderen. Zeker als ze na het middageten over de politiek bakkeleien. Bijwijken kan ik daar wel van genieten, maar niet als ze over vroeger beginnen. Wie zit nu nog te wachten op een nieuwe theorie over de val van Paars-Groen of de deconfiture van de Volksunie? Dan trek ik me liever in mijn kamer terug, doe ik de deur op slot en sluit ik de gordijnen. Vervolgens nestel ik me in mijn luie stoel bij de leeslamp die ik een jaar of veertig geleden op een rommelmarkt heb gekocht. Ik plug mijn smartphone in het versterkertje en zet Spotify op. Blood Sugar Sex Magik van de Red Hot Chili Peppers of The Southern Harmony and Musical Company van The Black Crows. My all-time favourites. Net zoals The Doors trouwens. Al is het niet zozeer voor hun muziek dat er, net als lang geleden op mijn kot, een levensgrote poster van Jim Morrison aan de deur hangt. Ondertussen sla ik Bezonken rood van Jeroen Brouwers open – ik herlees veel klassiekers tegenwoordig. Jammer dat mijn ogen er zo moe van worden. Eigenlijk zou ik alleen nog romans met een groot lettertype van de plank moeten nemen.

Mijn iPad roept me, maar ik laat het zo. In facetimen met mijn kleindochter heb ik nu even geen zin en over een paar dagen komt ze toch logeren. Ik wil alleen zijn met mijn gedachten en herinneringen. Misschien dommel ik wel even in. Dat heeft ook de kat begrepen, want ze springt bij me op schoot en begint meteen

luid te spinnen. Straks even vragen of iemand van het personeel me wil helpen de kattenbak schoon te maken. Dan vraag ik haar ook alvast of ze vanavond mee wil gaan naar de tuin, want mijn koriander, rozemarijn en basilicum hebben dringend water nodig en zo'n volle gieter is me wat te zwaar geworden.

Op de gang hoor ik de wielen van de kar op de tegels. Het is drie uur, de zorgkundigen delen punten slagroomtaart uit. Mijn buurvrouw trakteert voor haar negentigste verjaardag. Bij mij wordt niet aangeklopt, want ik heb het 'niet storen'-knopje ingedrukt. Op taart ben ik nooit zo dol geweest en straks zet ik wel een kopje koffie met mijn eigen espressotoestel. Daar heb ik pas in geïnvesteerd toen ik de tachtig al voorbij was en nu kan ik me niet meer voorstellen dat ik zolang koffie van capsules heb gedronken. Afen toe kan ik toch maar beter naar mijn zoon luisteren.

Gisteren was hij hier nog. Het huis is bijna leeg nu, vertelde hij me. Niet moeilijk, hij blijft maar oude spullen meebrengen. Foto's, notitieboekjes, brieven en documenten vooral. Zou hij er stiekem in hebben zitten neuzen? Ik hoop van niet. Hij hoeft niet alles te weten. Er is nog wel het een en ander dat ik hem binnenkort eens wil vertellen, maar sommige dingen gaan niemand wat aan. Die neem ik mee in mijn graf. Bij wijze van spreken toch. Daarom ben ik blij met de plofkoffer die hier op elke kamer staat. Daar kan je alle documenten, foto's en prullaria in doen waarvan je niet wilt dat iemand ze ooit te zien krijgt. Leg je het loodje, dan drukt de directeur van het woonzorgcentrum op een knop en wordt alles vernietigd. Toch wel een geruststelling.