



## **Wat is wonen en leven?**

We proberen te vatten wat de zo vanzelfsprekende termen 'wonen' en 'leven' werkelijk inhouden? En waar gaat het precies om voor de persoon die woont en leeft? We proberen ook te begrijpen wat maakt dat iemand kan zeggen goed te wonen en te leven.

Wanneer iemand in het woonzorgcentrum komt wonen, dan is het goed dat hij er niet alleen voor staat om zijn wonen en leven vorm te geven. Maar wat is dan begeleiden naar goed wonen en leven? En hoe ga je om met de zeer grote verscheidenheid van hoe goed wonen en leven er voor mensen uitziet?

- **Wat is wonen?**

Wonen betekent niet alleen gehuisvest zijn. Wonen is veel meer! Wonen is niet enkel passief, maar ook actief. Wonen is zich een plek eigen maken, de plek doen aansluiten op wie we zijn en wat we belangrijk vinden. Wonen laat toe om bij onszelf te komen binnen de bescherming die deze eigen plek biedt. Door er te zijn en er te handelen, groeit verbondenheid met die plek. We doen er krachten op om opnieuw de wereld in te trekken. De eigen plek vormt zo een uitvalsbasis voor het leven buitenshuis.

- **Wat is leven?**

Leven is invulling geven aan elk moment. Leven is op elk moment een min of meer bewuste keuze maken. In de vele keuzes worden patronen zichtbaar en dus een levensstijl. Dat komt omdat we vaak vergelijkbare keuzes maken op basis van persoonlijke waarden en normen, persoonlijkheid, spontaan gegroeide gewoontes, waarden en normen in de lokale en ruimere gemeenschap, ...

- **Wonen is leven**

Al levend geven we vorm aan het wonen. Onze levensstijl bepaalt hoe onze woning eruit ziet. De woning krijgt letterlijk invulling naargelang wat we er doen en wat we er naar binnen brengen.

Al wonend geven we vorm aan het leven. De woning en zijn inrichting, maar ook de ruimere omgeving, bepalen mee hoe die levensstijl er kan uitzien.

- **In het woonzorgcentrum (WZC) zijn wonen en leven nauw verbonden**

Naarmate we meer tijd doorbrengen op de plek waar we wonen, wordt de samenhang tussen 'wonen' en 'leven' sterker. Dit geldt in het bijzonder voor de bewoner van het woonzorgcentrum. Als gevolg van de ingeperkte fysieke en/of cognitieve mogelijkheden, verlaat hij de woning minder of minder lang. Het belang van de kwaliteit van de woonomgeving voor de kwaliteit van leven neemt dus toe. We spreken daarom van een woon- en leefomgeving en van een woon- en leefklimaat.

- **De bewoner van het WZC leeft mét zijn naasten, ook in het woonzorgcentrum**

Een nieuwe bewoner brengt ook zijn naasten mee. Ook zij treden toe tot de gemeenschap in en rond het woonzorgcentrum. Als we spreken over wonen en leven van de bewoner, spreken we ook over het leven van de bewoner in zijn netwerk. De kern van zijn persoonlijke netwerk verweeft zich met zijn nieuwe netwerk in het woonzorgcentrum.

- **De materiële en de sociale kant van de woonomgeving versterken elkaar**

De woonomgeving is zowel materieel (het gebouw, de inrichting en de buitenruimte, ...) als sociaal (de mensen die er wonen, werken of op bezoek komen en hoe zij zich in die omgeving gedragen). Beide versterken elkaar én dragen bij tot verschillende domeinen van de kwaliteit van leven.



### **Wat is goed wonen en leven?**

- Goed wonen en leven veronderstelt regie houden, identiteit en betekenisvolheid ervaren

Goed wonen en leven in het woonzorgcentrum veronderstelt vooreerst dat de bewoner de regie over het eigen leven houdt. Enkel wanneer hij zelf grote en kleine keuzes kan maken kan hij aansluiting blijven vinden bij wie hij is en wil zijn. Het laat hem toe zich te laten zien zoals hij wil gezien worden en betekenisvolle sociale rollen te blijven opnemen. Zelf vorm kunnen geven aan wonen en leven vormt de basis voor een betekenisvol leven.

- De regie houden en voeling houden met de eigen identiteit, kunnen slechts in dialoog met een rijke materiële en sociale leefomgeving

Wat heb je eraan als je wel vrij keuzes kan maken als er weinig mogelijk is? Zelf vorm geven aan een betekenisvol leven kan slechts in dialoog met de materiële en sociale leefomgeving. Deze dient voldoende verscheiden en beschikbaar te zijn. Elk van ons is afhankelijk van anderen om met ons leven te doen wat we willen doen. Dit geldt in het bijzonder voor de bewoner van het woonzorgcentrum die ook in het waarmaken van zeer eenvoudige keuzes anderen nodig heeft. Maar het gaat om een dialoog. De omgeving 'voedt' de bewoner, de bewoner heeft een eigen inbreng in de omgeving en is er op zijn manier van betekenis. Deze omgeving is er ontvankelijk voor.

- (Zelf)zorg maakt deel uit van het wonen en leven

Wonen en leven neemt geen pauze tijdens zorgmomenten. Ook tijdens het (ochtend)toilet, de maaltijden en rondom het slapen leven we ten volle. Ook op dat vlak hebben mensen verwachtingen, weet men wat men belangrijk vindt en wat niet.

- We zoeken de zin van het leven niet in loutere zorgactiviteiten

Ons wassen, kleden, eten, verplaatsen, naar het toilet gaan, ...: deze zelfzorgactiviteiten ervaren we wel als noodzakelijk, maar doorgaans zoeken we er de zin van het leven niet. Ze krijgen wel betekenis omdat ze ingebed zijn in een veel breder levens- en waardenpatroon. Maaltijden zijn momenten om te bouwen aan onze relaties, onze kleding een manier om uit te drukken en in relatie te treden met anderen.

- Betekenisvolheid houdt nauw verband met de ervaring van verbondenheid

Betekenisvolheid of de ervaring dat het geleefde leven zinvol is, komt tot stand wanneer bewoners zich verbonden voelen met zichzelf (het eigen verleden, de eigen waarden, het toekomstperspectief, ...) en met anderen. Verbinding met zichzelf en verbinding met anderen versterken elkaar. Werken aan wonen en leven betekent dus ook het creëren van een woon- en leefomgeving die deze verbinding bevordert.

- Mensen met dementie blijven mens. Ook voor hen telt het behoud van regie, identiteit en betekenisvolheid.

Ook mensen met dementie of mensen met cognitieve beperkingen geven invulling aan hun leven. De leefwereld verkleint weliswaar naarmate de cognitieve beperkingen groter zijn of worden, maar het is essentieel dat ook zij zich kunnen blijven verbinden met zichzelf en anderen. Voor wie net het behoud van identiteit onder druk staat, is aandacht hiervoor in het bijzonder van belang.



### Goed wonen en leven is heel verscheiden

- Activiteiten op vlak van wonen en leven zijn veel meer verscheiden dan zorgactiviteiten en dus moeilijker te standaardiseren

Iedereen wil zich wassen, zich kleden, eten, zich verplaatsen, ... Dit kan je nog min of meer standaardiseren, met een marge rondom de standaard die ruimte biedt voor specifieke verwachtingen of behoeftes. Maar wat met de besteding van de overige tijd? De variatie in mogelijkheden en wat mensen kunnen en willen doen is immens. De vraag rijst dan hoe je dit als organisatie kan opvangen?

- Een persoonsgerichte attitude van de zorgverlener legt een stevige basis

Een persoonsgerichte attitude van de zorgverlener is een krachtige start in het hanteren van de enorme verscheidenheid aan verwachtingen op vlak van wonen en leven. Een bewoner die zich erkend weet als persoon staat sterker, voelt zich beter met zichzelf en kan meer aan. Dit is het geval als hij zich oprecht begroet en verwelkomd voelt, als hij ervaart dat de zorgverlener contact met hem maakt of probeert te maken, als hij zich beluisterd en begrepen voelt in wat voor hem van belang is. Deze persoon kan meer aan en zal makkelijker zijn weg in huis vinden. Hij durft te vragen, maar begrijpt ook dat sommige dingen niet of niet meteen kunnen. Hij aanvaardt dat dingen gecombineerd of gestandaardiseerd moeten worden om het werkbaar te houden. Hij zoekt mee naar oplossingen voor zijn eigen specifieke verwachtingen.

- De verscheidenheid in verwachtingen is kleiner dan het lijkt

Het leven heeft veel te bieden, maar als puntje bij paaltje komt hebben we niet zo heel veel breekpunten, punten die er écht toe doen. Dit geldt nog meer voor ouderen en dus ook voor bewoners van het woonzorgcentrum. Door te focussen op die breekpunten, kernthema's, prioriteiten, ... van de bewoner en daar met de persoon een antwoord op te zoeken, doe je al bijzonder goed werk.

- Wat we voor de één doen, moeten we daarom niet voor de ander doen

Verwachtingen kunnen heel specifiek zijn, uniek. Niet te verwonderen, want elke persoon is uniek. De unieke vraag van de ene bewoner roept vaak de angst op dat wanneer we daarop ingaan, alle andere bewoners dit ook zullen willen. Zo werkt het echter niet. De persoon die zich erkend weet, heeft er geen moeite mee dat er voor de andere persoon andere inspanningen worden gedaan. Pas wanneer iemand zich in de steek gelaten voelt, kan jaloersheid de kop op steken.

- Georganiseerde groepsactiviteiten vormen slechts zeer klein aandeel in het leven

De bijdrage van medewerkers en vrijwilligers tot kwaliteit van wonen en leven, moet niet in eerste instantie gezocht worden in hun rol bij activiteitenbegeleiding. Veel belangrijker is het om in te spelen op spontane gebeurtenissen. Even van gedachten wisselen over een krantenartikel of iets op de televisie dat de aandacht trekt bijvoorbeeld. Maar ook die gebeurtenissen zelf doen ontstaan, zoals het initiatief nemen om met enkele bewoners een spel te spelen. Of mensen daartoe in gang zetten.

- Een rijke en gevarieerde omgeving ondervangt veel ondersteuningsvragen

Zorgen voor een omgeving waar veel verschillende dingen te beleven vallen, helpt de bewoner om zijn eigen weg te zoeken. Als de omgeving toelaat om mensen te ontmoeten of zich net terug te trekken; te lezen, te wandelen of rustig naar buiten te kijken; een spel te spelen of een glas te drinken in de cafetaria; de kinderen met een tas koffie te ontvangen of met hen de tuin of het dorp in te gaan, ... dan zijn vaak al veel verwachtingen ingelost.

- Het inlossen van een verwachting van één bewoner, draagt bij tot een rijke leefomgeving voor iedereen

Vaak werkt het zo dat het inlossen van een verwachting van één bewoner mogelijkheden schept voor andere bewoners: omdat er specifiek materiaal in huis is gehaald, of omdat er afspraken gemaakt zijn waardoor weerstand of moeilijkheden bij een andere vraag reeds overwonnen zijn, of omdat er een manier van werken gevonden is die ook voor andere bewoners kan werken, of omdat een activiteit op het programma terecht komt waar anderen kunnen van meeprofiteren, ...



### **Begeleiden naar goed wonen en leven**

- Kwaliteit van wonen en leven in de schaduw van de hoge zorgnoden

De reden waarom iemand in het woonzorgcentrum gaat wonen is haast altijd omdat hij hulp nodig heeft bij de activiteiten van het dagelijkse leven (ADL). We benoemen dit hier als zorgactiviteiten. Deze hulpverlening is noodzakelijk en vergt veel tijd. De zorgactiviteiten zijn dan ook dominant aanwezig in de leefwereld van de zorgverlener. Terecht streeft deze naar een hoge kwaliteit van deze zorgverlening.

Maar aandacht voor kwaliteit van wonen en leven dreigt door de vele zorgactiviteiten in de verdrukking te geraten. Terwijl zorg net deel uitmaakt van het wonen en leven. Kwaliteit van zorg is geen doel op zichzelf, maar moet bijdragen tot de kwaliteit van wonen en leven. Dit is het uiteindelijke doel.

- Bewoners hebben ook hulp nodig bij activiteiten van wonen en leven

Iemand die niet zelfstandig zelfzorgactiviteiten kan uitvoeren door verlies van lichamelijke of cognitieve mogelijkheden, heeft onvermijdelijk ook hulp nodig bij andere activiteiten, ook bij deze die zijn leven de moeite waard maken. Het organiseren van activiteiten in groep kan bijdragen tot betekenisvol leven van bewoners, maar kan er niet garant voor staan.

- Bewoners van het woonzorgcentrum hebben vaak ook begeleiding nodig bij de invulling van het eigen leven

Elke bewoner heeft in meer of mindere mate baat bij een methodische begeleiding bij de invulling van het leven in de voorziening. Daar zijn verschillende redenen voor:

- Velen hebben een combinatie van verlieservaringen achter de rug (verlies van gezondheid, verlies van fysieke en verstandelijke mogelijkheden en bijgevolg van onafhankelijkheid, verlies van een partner, verlies van de vertrouwde leefomgeving, verlies van het netwerk van vrienden en bekenden, ...). Het vraagt tijd om dit verlies te verwerken. Er is niet steeds de kracht om nieuwe rollen te vinden en op te nemen.
- Niet iedereen is zich heel bewust van wat hij belangrijk vindt. De vanzelfsprekendheid waarmee het leven en de levensstijl zich in het verleden ontwikkelden, is na al deze ingrijpende verlieservaringen veel kleiner geworden.
- Het woonzorgcentrum is een institutionele omgeving. Hoe goed we ook proberen om zo genormaliseerd mogelijk te werken, de bewoner leeft er samen met een relatief grote groep mensen waar hij niet voor gekozen heeft. Er is veel hulp beschikbaar, maar de hulpverlening wordt zo efficiënt mogelijk georganiseerd en dus, terecht, in belangrijke mate gestandaardiseerd.
- Bewoners weten vaak niet goed wat wel en niet mogelijk is. Niet iedereen is even mondig om op te komen voor eigen verwachtingen. Dit is ten dele generatiegebonden, maar ook de afhankelijkheid maakt het moeilijker om de nek uit te steken. Men heeft al zoveel hulp nodig bij de noodzakelijke zorgactiviteiten, dat men het vragen naar hulp bij woonleefactiviteiten maar achterwege laat.
- ...



### **Werken aan goed wonen en leven doen we samen**

- Werken aan goed wonen en leven vertrekt vanuit de relatie met de bewoner én zijn netwerk

Familieleden en andere naasten hebben het soms moeilijk om het bezoek aan de bewoner invulling te geven. Met de verhuis naar het woonzorgcentrum heeft men alle zorg uit handen gegeven. Daarmee verandert de manier van op bezoek gaan bij het familielid ook drastisch.

Soms is het invulling geven aan het bezoek extra lastig omdat een gewoon gesprek zoals vroeger niet meer mogelijk is. Toch wil men vaak wel echt nog iets betekenen, een meerwaarde bieden. Ondersteuning bieden bij woonleefactiviteiten die aansluiten bij specifieke verwachtingen van de bewoner, kan dan ook heel voedend zijn voor de persoonlijke relatie met het familielid.

- Alle medewerkers en vrijwilligers dragen op hun manier bij tot kwaliteit van wonen en leven

Als kwaliteit van wonen en leven, ondanks zorg- en ondersteuningsbehoeftes, het uiteindelijke doel is van het woonzorgcentrum. Elke medewerker en elke vrijwilliger draagt er om te beginnen toe bij vanuit een bewonersgerichte grondhouding, gekenmerkt door empathie, echtheid en onvoorwaardelijk respect voor de persoon.

Daarnaast heeft elke discipline een specialistische inbreng. Specialistische taken zijn echter nooit een doel op zich. De ondersteuning en hulp bij zelfzorg, de hoteldiensten, het therapeutisch handelen, ... zijn uiteindelijk eveneens gericht op levenskwaliteit, zoals ervaren door de bewoner.

- De begeleider wonen en leven trekt de kar

De begeleider wonen en leven is de specialist op vlak van de ondersteuning bij de invulling van wonen en leven. Zoals elke discipline de kar trekt op vlak van de eigen deskundigheid, zo trekt de begeleider wonen en leven de kar op dit vlak. Zijn competenties zijn hoofdzakelijk agogisch en complementair aan de paramedische, verpleeg- en zorgkundige competenties. Zijn opdracht en deskundigheid laat zich omschrijven in zes rollen of invalshoeken. Zie hiervoor de pagina 'Begeleider wonen en leven'.

- Goed wonen en leven vergt een beleid van anders werken

Omdat kwaliteit van wonen en leven de uiteindelijke doelstelling van de voorziening is, kan het niet anders dan dat deze een beleid voert hiertoe. Enkele essentiële bouwstenen daarvan zijn een heldere en gedragen woonleefvisie en het creëren van ruimte voor medewerkers om tegemoet te komen aan wat er voor de bewoner en zijn naasten toe doet.

Hier komt u bij de kracht van ons concept: Men gaat écht anders werken... Wonen en leven komt tot stand op een Waarderende en Co-Creatieve manier.



### Duurzame organisatiekanteling

Wat we willen doen, is een **kanteling maken** in cultuur.

We willen kantelen:

- van aanbodgestuurd en cliëntgestuurd werken naar relatiegestuurd werken
- van louter uitvoeren of je laten leven naar eigenaarschap opnemen of regie voeren
- van topdown invoeren naar samen ontwikkelen in co-creatie.

Om te kantelen, moet je echt **ANDERS GAAN WERKEN**.

Niet alleen met je bewoners, ook met je medewerkers. Het ene kan niet zonder het andere. Daarom gaat het hier om **duurzame organisatie-ontwikkeling**.

En dat hebben we in **Woonleefwijzer** uitgewerkt.

