

Interview met Peter Siebesma > Gepromoveerd: Tess Tournier > Tiny houses bij Prinsentichting > Een goed advies over leuke seks

Markant

tijdschrift voor de
gehandicaptensector
jaargang 27
nummer 1
februari 2022

Zorgtechnologie:

Veel vliegen
in een klap



Ieder mens is op zoek naar antwoorden

Kersen op de taart van het wetenschappelijk onderzoek zijn de proefschriften. Wil je weten over welke vragen we meer te weten zijn gekomen, of uit welke vijver de toekomstige hoogleraren worden gevist, dan houd je die in de gaten. Dus interviewen we in ieder nummer van *Markant* een promovendus. We stellen steeds dezelfde vijf vragen, zoals: wat betekent dit voor de praktijk? Die artikelen staan nu ook bij elkaar op een aparte pagina op de website van de VGN. Leuk om ze samen te zien. Wat opvalt: het zijn allemaal jonge vrouwen. Dat is wel iets anders dan de portretgalerijen die je soms ziet in senaatskamers van universiteiten. Maar toch: waar blijven de mannen?

Kijk je naar de onderwerpen, dan blijken sommige aan elkaar te raken. Die gaan bijvoorbeeld over:

- gezonde leefstijl – een terrein waarop veel winst valt te behalen;
- de betekenis van mensen met een licht verstandelijke beperking voor anderen – een recente *eye opener*, schrijven we met enig schaamrood;
- en toch ook, zoals in deze *Markant*, over 'probleemgedrag'.

Van de acht proefschriften waarover we tot op heden hebben geschreven, komen er zes in aan-



merking voor de Ds. Visscherprijs 2022, die in maart wordt uitgereikt. Dus onze journalistieke selectie lijkt zo slecht nog niet. De vindbaarheid van onze webpagina, wordt vergroot doordat zowel *Markant* als de VGN een plekje hebben op de zojuist gelanceerde 2.0-versie van het Kennislandschap van het Kennisplein Gehandicaptensector. Zo wordt het voor mensen die op zoek zijn naar antwoorden, steeds iets eenvoudiger om die te vinden. Lastig is natuurlijk nog wel, dat er ook kennis is waar misschien niemand op zit te wachten. Bijvoorbeeld dat wat wij 'probleemgedrag' noemen mede wordt veroorzaakt door de organisatiecultuur (Olivier-Pijpers 2021). Toch ook maar even lezen. /JdK

> VGN.NL/ACTUEEL/GEPROMOVEERD

Markant, vakblad voor de gehandicaptensector, wordt uitgegeven onder auspiciën van de Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland (VGN) in samenwerking met Bohn Stafleu van Loghum, onderdeel van Springer Nature.

Redactie Johan de Koning, hoofdredacteur, Ronella Bleijenburg, eindredacteur, Noortje Smit, redactie-assistent, nsmit@vgn.nl

Redactieadres Postbus 413, 3500 AK Utrecht, tel. 06 5335 8421, e-mail: communicatie@vgn.nl

Redactiecommissie Han van Esch, Willem den Hartog, Agnes Hemstede, Marjolein Herps, Marion Kersten, Marlijn Lenselink, Marjoleyn Vreugdenhil (voorzitter)

Uitgever Bohn Stafleu van Loghum, Postbus 246, 3990 GA Houten

Aan dit nummer werkten mee

Auteurs Frank Bluminck, Riëtte Duynstee, Sanne van der Hagen, Boris van der Ham, Krista Kroon, Edith Tulp
Fotografen Martijn Beekman, Aleid Denier van der Gon, Angeliek de Jonge, Stijn Rademaker, Martine Sprangers, Hans Tak
Illustratoren Annet Scholten
Vormgeving Akimoto, Amersfoort

Bijsluiters Bureau van Vliet, Kyra Veenhuijsen, telefoon 023-5714745, e-mail: k.veenhuijsen@bureauvanvliet.com. De tarieven en voorwaarden zijn op aanvraag verkrijgbaar.

Abonnementen *Markant* verschijnt vier keer per jaar. Lidinstellingen van de VGN ontvangen *Markant* als onderdeel van hun lidmaatschap. Abonnementsprijs: € 85,00. Studenten ontvangen 35% korting. Het abonnement kan elk gewenst moment ingaan en wordt automatisch verlengd tenzij twee maanden voor de vervaldatum is opgezegd via het daarvoor bestemde formulier op www.bsl.nl/klantenservice. Als vakblad hanteren wij de opzegregels uit het verbintenisrecht. We gaan ervan uit dat u het abonnement uit hoofde van uw beroep hebt afgesloten. Abonnementenadministratie: Bent u lid van de Vereniging Gehandicaptenzorg Nederland (VGN), Postbus 413, 3500 AK Utrecht? Graag uw mutaties doorgeven aan de vereniging: info@vgn.nl of telefonisch 030-2739300. Voor overige abonnementen: Klantenservice Bohn Stafleu van Loghum, Postbus 246, 3990 GA Houten. Telefoon: 030-6383736. Bij wijziging van de tenaamstelling en/of adres verzoeken wij u de adresdrager met de gewijzigde gegevens op te sturen naar de afdeling klantenservice of wijzigingen door te geven via het formulier op www.bsl.nl/klantenservice.

Voorwaarden Op leveringen en diensten zijn de bij de Kamer van Koophandel gedeponeerde algemene voorwaarden van Springer Media B.V. van toepassing, tevens raadpleegbaar op www.bsl.nl. De voorwaarden worden op verzoek toegezonden. Het overnemen en vermenigvuldigen van artikelen en berichten uit dit tijdschrift is slechts geoorloofd met bronvermelding en met schriftelijke toestemming van de uitgever. Het verlenen van toestemming tot publicatie in deze uitgave houdt in dat de Standaardpublicatievoorwaarden van Springer Media B.V., gedeponeerd bij de Kamer van Koophandel te Utrecht onder dossiernummer 3210/635, van toepassing zijn, tenzij schriftelijk anders is overeengekomen. De Standaardpublicatievoorwaarden voor tijdschriften zijn in te zien op www.bsl.nl/schrijven-bij-bohnstafleuvanloghum/auteur-instructies of kunnen bij de uitgever worden opgevraagd.

www.bsl.nl • © 2022, *Markant* • ISSN 1384-6612

Stel jij genoeg vragen?

Mijn goede voornemen is om in mijn werk meer vragen te stellen. Omdat een vraag iets in beweging zet, terwijl een antwoord of een mening vaak iets stopt. Zo kwam ik op een vraag die te weinig wordt gesteld aan mensen met een beperking: 'Heeft iemand het al eens met jou over seksueel plezier gehad?'

Ik weet niet of er nog steeds een taboe rust op seksualiteit in de gehandicaptenzorg, maar het is zeker een onderbelicht thema. En dat terwijl seks een belangrijke bron van plezier in het leven is. Dat wil je toch niemand onthouden?

'Biedt cliënten seksspeeltjes aan als optie om seksueel plezier te beleven.' Dat adviseert *associate lector* Dilana Schaafsma op de achterpagina van deze *Markant*. Dat vind ik daarom nog eens een goed advies!

Het is een mooi voorbeeld om met lef en liefde naar de mens te kijken die zorg ontvangt. Om de menselijke maat en de menselijke behoeftes het uitgangspunt te laten zijn in dat wat je doet als zorgmedewerker. Alleen dan kan er sprake zijn van echt goede zorg. Het draait allemaal om een betekenisvol leven en alleen als je alle vragen durft te stellen, met lef en liefde, pas dan kan je weten wat iemands behoeftes werkelijk zijn. Wat voor iemand betekenisvol is.

'Kijk naar de mens', zegt ook onderzoeker en auteur Peter Siebesma in het interview met hem in deze *Markant*. 'De vorm die komt dan wel'. Dat die vorm ook belangrijk is, lezen we in hetzelfde interview. 'Met enkel het hart op de goede plek kom je er niet. Wat nodig is zijn goede methodieken.'

Siebesma noemt daarbij Triple-C, waar Tess Tournier een promotieonderzoek naar deed. Hiermee zette zij de eerste stappen naar een wetenschappelijke onderbouwing van deze behandelmethode. Ook dat lezen we in deze *Markant*.

Ik ben ervan overtuigd dat we de morele plicht hebben om in de zorg die we verlenen, de beste kennis die voorhanden is, te benutten. Daarom is vragen stellen zo belangrijk, ook in wetenschappelijk onderzoek. Zo weten we of dat wat we doen nog steeds de beste methode is. Het helpt ons om te innoveren. Dan kom je soms op nieuwe vraagstukken uit, of kijk je naar bestaande vraagstukken met meer lef en liefde.

En dat goede advies van Dilana Schaafsma? Een goed advies kun je wat mij betreft niet negeren. ●

FRANK BLUIMINCK DIRECTEUR VGN
 FBLUIMINCK@VGN.NL
 TWITTER @FRANKBLUIMINCK



Inhoud

Innovatie	4
Kort	6
Een goed gesprek met Peter Siebesma	8
Thema: zorgtechnologie	12
Column: Boris van der Ham	15
Werkbezoek: Tiny houses bij Prinsenstichting	16
Gepromoveerd: Tess Tournier	20
E-inclusie	22
Muziek: verwenconcert	23
Een goed advies van Dilana Schaafsma	24





TEKST EN FOTO'S ANGELIEK DE JONGE

Eigen symfonieën dansen

Marcel Jochems (53) is sinds hij twee jaar geleden kennismaakte met Symphonic eMotions, groot fan van dit virtuele orkest. Symphonic eMotions is een programma dat bestaat uit raster met verschillende onzichtbare instrumenten en melodieën; van hardrock tot Berend Botje. Door te bewegen stuurt Jochems het orkest aan, worden de onzichtbare instrumenten hoorbaar en creëert hij zijn eigen symfonie.

Zo geniet Jochems niet alleen van muziek, maar wordt hij ook gestimuleerd om te bewegen. Dat kan zittend, maar ook staand en dansend. Langzaam of snel. 'Ik vind bewegen op muziek heel leuk. Ik kan gewoon niet stil blijven zitten. Het maakt mij niet zoveel uit wat voor muziekstijl het is, als ik maar kan swingen. Iedereen heeft zijn eigen stijl en je kan je eigen moves doen. Soms moeten ze me afremmen, want dan huppel ik de hele kamer door', lacht Jochems die op Groot Schuylenburg, een woonzorgpark van 's Heeren Loo in Apeldoorn, woont.



kort

Lab 2030

Hoe zorg je ervoor dat dagbesteding van meerwaarde is voor cliënten, begeleiders én de maatschappij? Hoe organiseer je werk en activiteiten in verbinding met de samenleving? Die vragen stonden afgelopen december centraal tijdens de *Lab 2030* bijeenkomst, waarin dagvoorzitter Gijs Wanders in gesprek ging met verschillende zorgorganisaties. Het leverde veel goede ideeën en interessante dialogen op. *Lab 2030* is een reeks oplossingslabs, waarin mensen met verschillende achtergronden uit de gehandicaptenzorg samenwerken aan een thema van Visie 2030. /NS

> VGN.NL/DECEMBERLAB

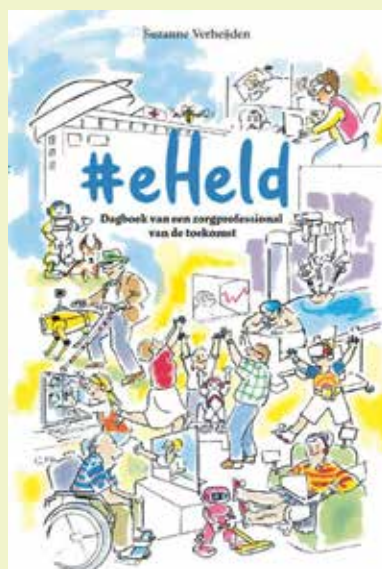


#eHeld: fictief dagboek ter lering en vermaak

jongeren, mensen met een beperking, maar vooral collega's probeert te ondersteunen. Komisch dus. Sanneke en haar dagboek zijn fictie, opgetekend door Suzanne van der Heijden (ex-'s Heeren Loo), op basis van eigen ervaringen en interviews met 39 professionals. Cathelijn Oudshoorn, science practitioner bij Tranzo, noemt *#eHeld* op de website van de VGN een aanrader voor zorgprofessionals die meer willen weten over eHealth. Ook voor de sceptici! /JdK

> VGN.NL

Sanneke Brinkhorst is een actieve gebruiker van technologie. Haar agenda is afgestemd op de data die haar *wearable* levert over haar bioritme. In haar dagboek houdt ze een jaar lang bij wat ze tegenkomt als ze ouderen,



Ageeth Ouwehand doet *wake up call*

Goed werkgeverschap, technologie en innovatie – allemaal belangrijk, maar de structurele tekorten op de arbeidsmarkt lossen we er niet mee op. Dat schrijft Ageeth Ouwehand, bestuurslid van 's Heeren Loo, in een blog op de website van de VGN. De taakverdeling tussen cliënten, hun naasten en de professionals zal moeten veranderen, want: 'We kunnen niet blijven doen wat we gewend zijn om te doen.' Met collega's gaat ze binnen de VGN op zoek naar de beste aanpak. /JdK

> VGN.NL



Beste Conny

VGN-voorzitter Boris van der Ham kijkt uit naar een constructieve samenwerking met minister voor langdurige zorg Conny Helder, schrijft hij in een persoonlijke brief. Maar ook andere nieuwe bewindspersonen vonden bij hun aantreden post van hem in de mailbox. Hij schreef aan minister Adriaansens over innovatie, minister de Jonge over wonen, minister Kuipers over coronabeleid, staatssecretaris Ooijen over jeugd-beleid, minister Schouten over armoede en participatie, minister Wiersma over inclusief onderwijs, en minister Yeşilgöz over personen met verward gedrag.

Minister Conny Helder was tot haar benoeming bestuurslid van Actiz, de brancheorganisatie voor de ouderenzorg. VGN-directeur Frank Bluiminck verwacht dat zij een goede brug zal kunnen slaan tussen het beleid in Den Haag en de praktijk van alledag. 'De wisselwerking tussen zorg en samenleving is zowel in de ouderenzorg als in de gehandicaptenzorg een belangrijk thema', zegt hij, 'al is de dynamiek in de gehandicaptenzorg wel een andere. In onze sector heb je veel te maken met mensen die nog een heel leven voor zich hebben en zich willen ontwikkelen. Dat is een ander vraagstuk, maar ik verwacht dat we daar wel uitkomen.' /JdK



'Ook binnen het systeem is verandering nodig. Ik denk dat we op iedere laag moeten onthouden dat we echt mensenwerk doen.'

Begeleider Pien Neve over het imago van de gehandicaptenzorg, in de StellingCast, de podcast van de VGN

> VGN.NL/PODCAST

kort

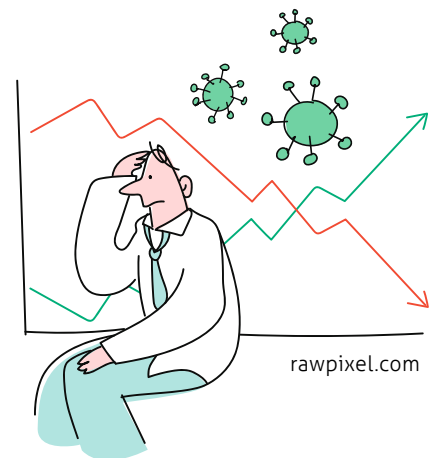
Het eerste corona-jaar in cijfers

Dat 2020, het eerste coronajaar, een raar jaar was, blijkt ook uit de cijfers over de gehandicaptenzorg, die Intrakoop publiceerde. Het aantal intramurale cliënten steeg weliswaar met 6,5 procent, maar de dagbesteding nam af met 16 procent. Het verzuim steeg van 6,4 tot 7,2 procent – logisch, maar wel hoger dan elders in de gezondheidszorg. Doordat zieke medewerkers moesten worden vervangen door uitzendkrachten en zzp'ers, stegen de personeelskosten met 4,5 miljoen euro tot in totaal 6,4 miljard.

Qua investeringen hield de sector 'de hand op de knip', zoals Intrakoop schrijft. Deze namen af met 12,8 procent, terwijl ze in 2019 nog stegen met 25 procent. Door

deze zuinigheid en door compensatie van extra kosten door corona, behaalde de sector een nettoresultaat van 187 miljoen euro, dat werd toegevoegd aan de volgens Intrakoop 'gezonde buffer'. Eind goed al goed dus, maar dat is helaas slechts financieel gesproken. /JdK

> INTRAKOOP.NL



rawpixel.com

een goed gesprek met

'Kom op, koepels, ga eens bij elkaar!'

DOOR JOHAN DE KONING FOTO'S ALEID DENIER VAN DER GON

Met enkel het hart op de goede plek kom je er niet, zegt onderzoeker Peter Siebesma, in zijn terugblik op vijftig jaar gehandicaptenzorg en psychiatrie. Wat nodig is zijn goede methodieken, keihard werken, en een fusie tussen de VGN en de Nederlandse ggz.

peter siebesma



een goed gesprek met

'Ik vind dat de visie van de VGN heel goed beschrijft waar we staan en waar we heen willen', zegt Peter Siebesma. 'Maar waar we vandaan komen ontbreekt, terwijl je daar veel van kunt leren. In 1970 hadden we ook een visie en waren we ook bevlogen, maar we hadden geen ervaring. Die hebben we nu wel opgedaan.'

Siebesma (73) werkte vijftig jaar in de gehandicaptenzorg en de psychiatrie. Als vakantiehelp, psycholoog, onderzoeker en uiteindelijk als bestuurder bij De Zijlen in Groningen. Zijn ervaringen en zijn kijk op de toekomst legde hij vast in *Ruimte voor kleur*.

U bent niet alleen psycholoog, maar ook organist, koordirigent en beeldend kunstenaar. Waarom bent u zich opnieuw in de zorg gaan verdiepen?

'Ik kom nog steeds met die zorg in aanraking. In mijn koor zit bijvoorbeeld een ouderpaar van wie een dochter op Nieuw Woelwijck (een 'dorpsgemeenschap' voor verstandelijk gehandicapten in Sappemeer, red.) woont. Ik merk dat hun vragen nog dezelfde zijn als de vragen uit de jaren tachtig. Hoe ga je bijvoorbeeld om met kritiek op een begeleider? Ik moet dat kwijt, zei die moeder tegen mij, maar ze wil die begeleider niet kwetsen of zijn verantwoordelijkheid afnemen. Dan zit je helemaal in de problematiek van de driehoek. Ik heb dan niet de oplossing, maar kan ze wel vertellen dat ik het herken.'

Hoe bent u ooit in de zorg begonnen?

'Toen ik achttien was deed ik vakantiewerk in Dennenoord in Zuidlaren. Ik kwam net van school, zat heel erg in mijn hoofd, en kwam in aanraking met mensen die totaal anders zijn. Ik raakte door hen gefascineerd en wilde hun bestaan dichterbij dat van ons brengen. Het leek alsof ze in een andere wereld leefden. Ik dook hun dossiers in, er was nog geen privacywetgeving, want ik wilde hun situatie verbeteren. Ze zaten daar de godganse dag op een stoel.'

Vermaatschappelijking en kleinschaligheid waren toen nieuwe idealen. U werkte eraan mee, maar schreef ook toen al een boek waarin ook bedenkingen stonden, *Een blijvende zorg*.

'In de Groesbeekse Tehuizen, waar ik mijn studie begon, woonden mensen met een licht verstandelijke beperking tussen de psychiatrische patiënten, in villa's die echt niet veel beter waren dan de paviljoens op Dennenoord. Ik heb me er toen erg voor ingezet dat ze kleinschaliger konden wonen en mogelijkheden kregen om zich te ontwikkelen. Maar ik merkte ook dat je dat niet zomaar bij iedereen kan toepassen. Op Mariëncamp in Rolde, waar ik daarna ging werken, woonden mensen met veel ernstiger beperkingen. Het was moeilijk om in zijn alge-

emeenheid iets te zeggen over hoe ze zouden moeten wonen. Daar ontmoette ik ouders die erop werden aangesproken dat ze geen goede ouders waren, omdat ze hun kinderen wegstopten. Zij vroegen of we daar eens iets over wilden schrijven. Zo is dat begonnen.'

Hoe reageerden de zorgvernieuwers op uw bedenkingen?

'Er waren mensen die vonden dat wij een rem op de ontwikkelingen zetten, maar juist doordat we genuanceerd waren, erkennen anderen dat wij een punt hadden. Door dat boekje werd ik op allerlei plaatsen uitgenodigd en hadden we heel boeiende gesprekken. Dan vroeg ik: ken je eigenlijk wel de mensen die in die beschermende woonvormen verblijven? Wat wij beschreven was eigenlijk zorg op maat – al bestond dat woord toen nog niet. Met intramuraal wonen als één van de alternatieven voor mensen die op dat moment behoefte hebben aan een beschermende woonomgeving.'

Konden zij dat zelf wel zeggen?

'Daar heb ik toen al veel aandacht aan besteed. Hoe kom je te weten wat een cliënt die het niet zelf kan verwoorden, nodig heeft? Dat kan bijvoorbeeld via observatie. Veel nieuwe methodieken, die sindsdien in de gehandicaptenzorg zijn ontwikkeld, leggen daar ook het accent op, zoals de methode Heijkoop, die werkt met video-analyse. Praat niet direct over zorgpakketten die je klaar hebt liggen, maar kijk nou gewoon! De VGN heeft het in haar nieuwe visie over 'een betekenisvol leven'. Daar gaat het om! Daar hebben we toen al op gewezen. Probeer bij de belevingswereld van die persoon te komen. De vorm, die komt dan wel.

Maar het toepassen van dat soort methodieken vereist wel iets. Dat zegt ook Doortje Kal, die een mooie methodiek heeft ontwikkeld om mensen met psychiatrische aandoeningen meer in contact te brengen met de samenleving, het Kwartiermaken. Natuurlijk kan dat, schrijft zij, maar het is keihard werken. Je moet kennis hebben, anders lukt het niet. Ik denk dat we dat in het verleden te weinig hebben beseft. Die nieuwe methodieken, die aansluiten bij de vraag: hoe kom je tot een betekenisvol leven? - die moet je je heel goed eigen maken. Dat geldt ook voor Triple C of Beelden van Kwaliteit. Met enkel het hart op de goede plek, kom je er niet.'

Ooit werkte u eraan mee om mensen met een licht verstandelijke beperking een plek buiten de psychiatrie te geven. Nu vindt u dat de brancheorganisaties van de gehandicaptenzorg en de ggz moeten fuseren. Waarom?

'We zijn ooit uit elkaar gegaan omdat de doelgroepen heel verschillend zijn. Mensen met een verstandelijke beperking



konden zich onvoldoende ontwikkelen binnen de psychiatrie. Toch blijkt nu uit onderzoek van Jeanet Nieuwenhuis, dat bij vier van de tien patiënten met ernstige psychiatrische aandoeningen sprake is van een verstandelijke beperking. Dat is meer dan men ooit heeft aangenomen. Ik denk dat zowel de gehandicaptenzorg als de psychiatrie erbij gebaat zijn als de sectoren elkaars kennis benutten. De benadering vanuit de gehandicaptenzorg is zo anders, veel minder klinisch, meer cliëntgericht. En we hebben veel meer ervaring met kleinschalig wonen. De Nieuwe GGZ, een groep rond psychiater Phillipe Delespaut, benadrukt ook dat we regionaal gaan samenwerken in multidisciplinaire teams. Dus ik denk: kom op, koepels, ga eens bij elkaar, dan dwing je jezelf veel meer om samen te werken.'

Peter Siebesma

Geboren op 21 januari 1948 in Rotterdam

1972-1976	psycholoog Groesbeekse Tehuizen
1976-1988	psycholoog, vakgroepsvoorzitter Mariëncamp in Rolde
1979	staatsexamen conservatorium (algemene vakken en bijvak piano)
1988-1991	manager gezamenlijke Z-opleidingen Drenthe
1991-1996	directeur Stichting Philadelphia Voorzieningen in Groningen
1996-2006	bestuurder De Zijlen in Groningen
2005-2010	Klassieke Academie voor Beeldende Kunst

Wat heeft de gehandicaptenzorg aan de psychiatrie?

'Ik denk dat het aantal mensen met psychiatrische problemen binnen de gehandicaptenzorg toeneemt. Dan is het belangrijk dat je gebruik kunt maken van de specifieke expertise van psychiatrische ziektebeelden, zoals bijvoorbeeld psychosen. Mensen met een licht verstandelijke beperking ontwikkelen sneller een psychose dan anderen, omdat ze moeilijker vat op de werkelijkheid hebben. Dat is een hindernis bij hun terugkeer naar de samenleving. Dus ik denk dat psychiatrie en gehandicaptenzorg over en weer heel veel aan elkaar kunnen hebben.'

Als u nu weer twintig was, wat zou u dan gaan doen?

'Het onderzoek naar die nieuwe methodieken, en de toepassing ervan – daar zou ik me denk ik het eerst op willen richten. Het liefst bij een organisatie die zich zowel richt op meedoen in de samenleving, als op bescherming in aparte woonvormen. Maar die plek in de samenleving moeten we claimen voor heel veel mensen, want daar horen ze thuis. Daar is expertise voor nodig, het is nog niet af.'

Peter Siebesma, *Ruimte voor kleur, 50 jaar psychiatrie en gehandicaptenzorg en een nieuwe koers*. Van Gorcum Assen 2021. ISBN 978 90 232 5808 7. Prijs 24 euro.



Veel vliegen in een klap

Hoe kan zorgtechnologie medewerkers ontlasten en cliënten zelfredzamer maken? InteraktContour zoekt het uit met een groot aantal projecten. 'Alleen de installatie van technologie is niet afdoende. Er is begeleiding nodig om het goed te benutten.'

Elke week twee uur extra begeleidingstijd per groep. Dat verschaffen technologische hulpmiddelen de dagbesteding van InteraktContour in Epe. 'Iemand handmatig eten geven kan wel een half uur tot een uur duren. Met een eetrobot kunnen mensen het zelf', zegt senior begeleider Ronald Satink. 'Ik kan tijdens de lunch dossiers bijwerken en hoef dat niet op een ander moment te doen. Je kunt hierdoor je tijd iets makkelijker indelen.' Uit een enquête blijkt dat cliënten ook tevreden zijn. 'Ik kan zelf bepalen hoe snel ik eet', luidt een van de kenmerkende reacties.

Zelfredzaamheid

De eetrobot is één van vele hulpmiddelen die sinds kort in gebruik zijn bij InteraktContour, een zorgaanbieder voor volwassenen met niet-aangeboren hersenletsel. De organisatie heeft een programma opgezet om zorgtechnologie tot een vanzelfsprekend onderdeel van de zorgverlening te verheffen. 'Het is de bedoeling dat we bij elke vraag van een cliënt gaan kijken hoe technologie kan helpen', zegt programmamanager Annegreet Blokland.

De reden is tweeledig. 'De arbeidsmarkt is krap en de zorgvraag wordt



zorgtechnologie



Titia de Haan is blij met de TimeTimer op het toilet. 'Ik kon nooit goed inschatten hoeveel tijd ik nog had.'

intensiever. Doordat onze doelgroep steeds ouder wordt, zien we meer bijkomende lichamelijke en psychische problematiek. Technologie kan medewerkers ontlasten én cliënten zelfredzamer maken, want zij krijgen namelijk meer mogelijkheden om dingen zelf te doen', aldus Blokland.

Wat levert het op?

Het programma van InteraktContour omvat vijftien projecten. Daarin wordt bekeken – met een voor- en nameting – welk effect nieuwe hulpmiddelen hebben. Bij bewezen succes volgt verspreiding naar andere teams. Blokland: 'Om technologie te kunnen uitrollen, moet je eerst weten wat het oplevert.'

De eetrobot kwam naar voren in het project Technologie op de dagbesteding. Medewerkers op de locatie in Epe testten een maand lang acht hulpmiddelen en noteerden hoeveel tijd deze bespaarden. De helft van de producten viel daarbij af. Zo bleek dat men het sta-op-toilet niet zelfstandig konden gebruiken en kostte het automatische voorraadbeheer meer tijd dan het opleverde.

Rust op het toilet

Andere producten doorstonden de test wél glansrijk. Zoals het spoel-föhntoilet in combinatie met een TimeTimer. De TimeTimer op het toilet toont met een teruglopend vlak op een wekker hoeveel tijd er nog is te gaan. Begeleider Satink legt uit: 'We spreken altijd af wanneer we iemand van het toilet halen, bijvoorbeeld na

vijf minuten bij een kleine boodschap en twintig minuten bij een grote. Op de TimeTimer ziet de toiletganger nu hoelang twintig minuten duren.' Zij hoeven vervolgens niet te wachten op hulp bij het afvegen, want het toilet kan desgewenst billen schoonspoelen en droogblazen.

Zo worden begeleiders de helft minder vaak gestoord in hun bezigheden, vertelt projectleider Gerlinde Venema. 'Medewerkers ervaren een hoge werkdruk en hebben te maken met veel onderbrekingen. De ene cliënt zit op het toilet, de ander roept hoe lang de wc nog bezet is en de medewerker moet telkens kijken of de persoon al klaar is.'

Titia de Haan (62) die op de dagbesteding in Epe werkt, is blij met de TimeTimer. 'Het geeft rust', vindt zij. 'Ik kon nooit goed inschatten hoeveel tijd ik nog had. Dat leverde stress op en dan is het moeilijk om je boodschap te doen. Nu zit ik rustig op het toilet.'

Robotstofzuiger

Een andere aanwinst is de robotstofzuiger. Deze bespaart op dagbestedingslocaties wekelijks 25 minuten. Satink: 'We moesten in onze kaasmakerij regelmatig de vloer vegen. Nu zetten we de stofzuiger aan tijdens de lunch en aan het eind van de dag, als het lokaal leeg is.' De tijdwinst is relatief bescheiden, maar makkelijk te behalen. Projectleider Venema: 'De robotstofzuiger is heel simpel te installeren. En het scheelt begeleiders een van hun vele neventaken naast het daadwerkelijke werk met de cliënten.'



De stofzuigrobot scheelt begeleiders een van hun vele neventaken naast het daadwerkelijke werk met de cliënten.



Titia de Haan (links) en Ronald Satink bij het spoel-föhntoilet en de TimeTimer.

Na de pilotfase kunnen andere teams van InteraktContour de technologische succesnummers ook aanvragen. Lang niet elke locatie heeft mensen die hulp nodig hebben bij eten of toiletgang. Rommel op de vloer in activiteitenruimtes komt wél veel voor, vandaar dat de robotstofzuiger inmiddels rondsnort op 20 van de 26 locaties.

Effectieve invoering

Een van de grootste projecten in het technologieprogramma is De Klokkenbelt, een nieuwe woonlocatie. Standaard is domotica voorbereid in de woningen, zoals elektrische bediening van deuren, lampen en gordijnen. Bewoners kunnen daarnaast extra hulpmiddelen kiezen, zoals een lichaamsföhn voor na het douchen, een medicijndispenser of een stofzuigrobot. 'Er is op maat gekeken wat kan helpen', aldus programmamanager Blokland. Ook is er een nieuw oproepsysteem. Bewoners kunnen op hun

tablet een icoon kiezen die past bij hun hulpvraag, bijvoorbeeld 'ik heb nú iemand nodig', 'ik moet naar het toilet', of 'ik heb een vraag'. Blokland: 'Voor medewerkers is het heel prettig om te weten of ze ergens direct heen moeten of dat het kan als ze toch die kant op moeten. Cliënten vinden het bovendien prettig dat ze een gerichte vraag kunnen stellen.'

Het ministerie van VWS gaf een Innovatie-impuls aan De Klokkenbelt, met als onderdeel een onafhankelijk effectonderzoek. Daaruit blijkt dat zowel de geplande als de ongeplande zorgtijd afneemt. Ook levert het onderzoek lessen op voor effectieve invoering van technologie. Blokland: 'Een belangrijk inzicht is dat je er met de installatie van technologie nog lang niet bent. Er is echt begeleiding nodig om de technologie goed te benutten. In de Klokkenbelt hadden we onder andere oefen- en vragen-uurtjes. En je wilt voorkomen dat je

dingen dubbel gaat doen, zoals toch de gordijnen optrekken terwijl de bewoner dat zelf met domotica kan doen.'

Uitleenservice

InteraktContour probeert gaandeweg alle medewerkers mee te nemen in het toepassen van zorgtechnologie. Er is een e-learningmodule over technologie en er komt een markt met hulpmiddelen die langs de locaties van de organisatie trekt. Bovendien heeft elk team een taakhouder technologie om het onderwerp onder de aandacht te houden. 'We bekijken wat er nog meer nodig is om het te laten landen', zegt Blokland. Wat ook helpt is de uitleenservice vanwaar cliënten hulpmiddelen acht weken lang kunnen uitproberen. Dit project slaat vele vliegen in een klap: dagbesteding voor de cliënten die hem runnen, service voor de leners én kennis over welke producten aanslaan – de slaaprobot en de geluidsfilterende koptelefoon blijken een hit. *Last but not least* inspireert het medewerkers. Blokland: 'Zij raken enthousiast als zij zien wat een hulpmiddel doet voor een cliënt. Of als ze dat horen van collega's. We merken gelukkig steeds meer dat medewerkers elkaar vertellen over technologie.'

> INTERAKTCONTOUR.NL

Niet afwachten, maar oppakken!

DOOR BORIS VAN DER HAM

Wat wil de politiek van ons? Die vraag kunnen we ons stellen, zo aan het begin van een nieuwe regering. Welke kant zal het uitgaan? Wat betekent het voor de gehandicaptenzorg?

Het was fijn dat onze sector expliciet in het regeerakkoord 2022 werd genoemd. Je kunt het te weinig vinden, maar feit is dat het ook wel eens nog minder is geweest. We staan bovendien aan de vooravond van de gemeenteraadsverkiezingen. Wat willen straks al de nieuwe gemeenteraden van ons? Ik moet zeggen dat ik altijd een beetje zenuwachtig word als ik in dit soort situaties de vragende partij ben. Niet zozeer omdat ik bang ben voor een antwoord, maar omdat ik bang ben dat er helemaal geen antwoord komt.

Zo schreef de VGN, in de slotfase van het regeerakkoord in wording, samen met Ellis Jongerius van de LFB en de voormalige minister van gehandicaptenzaken Rick Brink, een brief aan de onderhandelende partijen met een duidelijk verzoek. In die brief stelden we (opnieuw) dat ruim een miljoen Nederlanders met een licht verstandelijke beperking niet meer het gevoel hebben dat zij meetellen in onze samenleving.

Daarom drongen wij aan om te komen met een Deltaplan: een plan dat de grenzen tussen de ministeries doorbreekt en waarin onderwijs, zorg, volkshuisvesting, justitie en economische zaken gaan samenwerken om eenzaamheid, schulden, verslaving en criminaliteit te voorkomen. We zagen ons Deltaplan echter niet terug in het regeerakkoord. Mijn conclusie is dat de politiek het niet kan. Dat denk ik niet vanuit cynisme, maar vanuit realisme. Het is veel vaker handelingsverlegenheid dan onwil. Als we onze vraag uitleggen, begrijpt namelijk elke ambtenaar en elke politicus ons verhaal. Maar sectoroverstijgend denken, en buiten de structuur van departementale beleidskaders handelen, blijkt in de praktijk vrijwel onhaalbaar. Intussen dwalen

de echte mensen in de echte wereld wél door al die domeinen heen.

De werkelijkheid heeft geen boodschap aan ambtelijke beleidskaders.

De gehandicaptenzorg is er de sector niet naar om het bij die verzuchting te laten. We hebben de afgelopen jaren bewezen dat we sterk zijn in het zelf beantwoorden van onze vragen. Toen de coronacrisis in alle hevigheid losbarstte en de regering de ouderenzorg en de gehandicaptenzorg over een kam scheerde in de te nemen maatregelen, spoorden wij de politiek aan om beide sectoren met eigen kenmerkende karakters van elkaar te scheiden. Dat gebeurde.

Na de invoering van de Wet Zorg en Dwang hebben we samen met andere partijen gepleit voor een betere uitvoerbaarheid van deze wet. We kwamen met concrete suggesties en er werd naar ons geluisterd.

Precies die ruimte moeten we ook hier pakken. Vanuit de dagelijkse ervaring kunnen wij veel beter aangeven wat de politiek moet doen, dan af te wachten wat ze daar in een regeerakkoord over zeggen. Samen met werkgevers, woningcorporaties, het onderwijs, politie en justitie, kunnen wij heel concreet aangeven aan welke knopjes, schroefjes en boutjes de politiek moet draaien, om te komen tot een echt inclusieve samenleving. Een samenleving waarin iedereen kan meedoen op zijn of haar eigen manier.

Dat Deltaplan... dat pakken we dus zelf op. Met lef, moed en liefde, en uitgaande van ieders kracht, gaan we aan de slag voor een echt inclusieve samenleving voor iedereen. Doet u mee?

Boris van der Ham is voorzitter van de VGN



Willemijn Meurs
(links) en Mike
Stavenuiter



TEKST RIETTE DUYNSTEE FOTO'S STIJN RADEMAKER

Flexibel wonen in een tiny house

In de zes splinternieuwe tiny houses van Prinsenchurch kunnen thuiswonende jongeren met een beperking komen logeren óf wonen in deeltijdverblijf. Zo wennen zij aan wonen bij een zorgorganisatie en worden hun ouders ontlast in de zorgtaken. 'Ouders zorgen met alle liefde voor hun kind. Maar er zijn grenzen aan de draagkracht.'

prinsenstichting

Wesley is een van de bewoners van de tiny houses.



Wesley Kroon (26) loopt aan de arm bij Willemijn Meurs, kwartiermaker zorginnovatie bij Prinsenstichting in Purmerend, een zorgorganisatie voor mensen met een verstandelijke beperking. Meurs heeft hem zojuist uit het zwembad opgehaald, en nu lopen ze samen over het terrein naar de nieuwe toekomstige woning van Kroon: een tiny house. Spijsplinternieuw. Zes staan er sinds eind oktober op het terrein van Prinsenstichting. Ze zijn bedoeld voor jongeren met een verstandelijke beperking

die nog bij hun ouders wonen, maar die bij Prinsenstichting komen flexwonen: een verzamelnaam voor logeren én deeltijdwonen.

Grote en kleinere tiny houses

Kroon heeft een ernstige verstandelijke beperking, en is doof. Hij krijgt al jarenlang dagbesteding bij Prinsenstichting, dus hij kent het terrein goed. We lopen naar de tiny houses, ze zijn rechthoekig als een blokkendoos. De buitengevels zijn van donker gebeitste rabatdelen,

met witte kunststof deuren en kozijnen, en dubbel glas. Er staan drie kleinere en drie grotere tiny houses. Meurs opent de deur van een van de kleine modellen. Kroon stapt naar binnen en Meurs volgt. Ze kijken samen rond; er staat een bed, een kast en er is een raam met uitzicht op de groepswoning, even verderop.

Flexwonen: wonen en logeren

Zorgorganisaties hebben lange wachtlijsten voor wonen. Dus jongeren met een beperking wonen

werkbezoek



Als teken van goedkeuring steekt Wesley nog even twee duimen in de lucht.

steeds langer bij hun ouders thuis. Meurs: 'Dat betekent automatisch dat er ook lang een beroep wordt gedaan op deze ouders en het directe sociale netwerk. Het risico bestaat dat zij overbelast raken, met mogelijk een crisissituatie tot gevolg. Dan moet er in allerijl een woonplek worden gezocht en kunnen cliënten niet geleidelijk aan wennen op hun nieuwe woonadres.'

Om ouders te ontlasten maakt de overheid sinds 2020 deeltijdverblijf mogelijk; cliënten wonen bijvoorbeeld structureel om de week een paar dagen bij een zorgorganisatie. Prinsensichting heeft dit zodanig ingericht dat de mogelijkheden voor deeltijdverblijf én logeren maximaal worden benut. 'Wij noemen dit flexwonen', zegt Meurs. 'Met deze term benadrukken wij onze flexibiliteit.'

Tot eind vorig jaar waren de rustruimtes van de dagbestedingslocaties ingericht voor flexwonen. Die stonden immers elk weekend leeg en dat was zonde. Kroon logeerde daar ook. Meurs: 'Zijn ouders zijn toen voor het eerst sinds lange tijd een weekje op vakantie gegaan. Dat is precies waarom flexwonen zo waardevol is. Ouders zorgen met alle liefde voor hun kind. Maar er zijn grenzen aan de draagkracht. Die rek je op als je de zorg met hen deelt.'

Groepsdynamiek

Mike Stavenuiter is casemanager Flexwonen bij Prinsensichting. Hij vertelt dat cliënten ook graag doordeweeks willen flexwonen. Op deze ene locatie van Prinsensichting kan dat nu in de zes nieuwe tiny houses.' Degenen die komen flexwonen hebben overdag dagbe-

steding en verblijven 's avonds in de huiskamer van de woning waaraan de tiny house gekoppeld is. Het is belangrijk dat er een klik is met de vaste bewoners, zodat de groepsdynamiek niet negatief wordt beïnvloed, geeft Stavenuiter aan. 'Flexwonen is bij ons altijd doelgroepgericht. Samen met gedragsdeskundigen schatten we in met welke groep er een goede match is. Ik blijf het vaste aanspreekpunt voor cliënt, ouders en zorgverleners. Als er tussentijds vragen zijn, komen ze bij mij.'

Persoonlijke tintje

Kroon heeft inmiddels plaatsgenomen op de drempel van zijn tiny house. Meurs vertelt: 'Doorgaans zal elke tiny house beurtelings door twee bewoners worden bewoond. In elk huisje staat daarom een dubbeldeurskast voor persoonlijke spullen,

prinsenstichting



zoals foto's, tekeningen en bedden-goed. Het linker kastdeel is voor de ene bewoner, het rechter kastdeel voor de andere. Met hun eigen spullen kunnen zij steeds opnieuw een persoonlijk tintje geven aan het interieur.'

We betreden een van de grotere tiny houses met daarin een zitje met televisie, een keukenblok, douche, wc en een aparte slaapkamer. 'Daar bij het aanrecht in de hoek is ruimte voor eventueel een koelkast en een kookplaatje', wijst Meurs. 'Dat kunnen we plaatsen voor bewoners die in staat zijn om daar verantwoord mee om te gaan. Zo stimuleren we nog meer zelfstandigheid.'

Mantelzorgwoningen

De zes tiny houses staan sinds eind oktober bij Prinsenstichting. Sindsdien zijn ze afgewerkt met water en

elektriciteit, infraroodverwarming, airco, een brandveiligheid systeem en uitluisterapparatuur voor noodgevallen. Daarna werden de tiny houses ingericht en in december heeft de eerste bewoner er de nacht doorgebracht. Het voorbereidingstraject heeft volgens Meurs zo'n twee jaar geduurd. Ze vertelt: 'Als het idee er is moet je eerst intern draagvlak vinden. Willen we investeren in tiny houses? Is het een realistisch alternatief voor cliënten en zorgmedewerkers? Vervolgens ga je een vergunningstraject in bij de gemeente. Wij hebben een aanvraag gedaan onder de noemer mantelzorgwoningen. Zo'n ambtelijk traject is tijdrovend.'

Duimpje op

Een tegenvaller was de moerassige grond van dit gebied. Meurs: 'Als

we de tiny houses zouden plaatsen op een betonnen plaat, dan zouden ze verzakken. Daarom moest er eerst worden geheid.' En toen – eind oktober 2021 – was het zover. De tiny houses werden naar hun plek gereden, de grote modellen moesten zelfs met een hijskraan over de bestaande bebouwing worden getild. Meurs: 'Het was een spektakel van jewelste. Bewoners en medewerkers liepen uit om het te zien. En dit is het resultaat. Wij zijn er heel blij mee.'

Kroon wordt ondertussen opgehaald om naar zijn dagbesteding te gaan. Als teken van goedkeuring van zijn toekomstige woning, steekt hij voor vertrek nog even twee duimen in de lucht. ●

De achternaam van Wesley is gefingeerd.

'Met Triple-C kijk je anders naar probleemgedrag'

Wat houdt Triple-C nu precies in? Orthopedagoog Tess Tournier zette met haar onderzoek naar deze behandelmethode voor mensen met een verstandelijke beperking en probleemgedrag, de eerste stappen naar een wetenschappelijke onderbouwing. Ze promoveerde erop aan de Tilburg University.



TEKST EDITH TULP FOTO'S HANS TAK

1 **Waarom dit onderzoek?**

'Voor mij persoonlijk was het een kans om op een interessante manier bij te dragen aan de mooie visie die achter deze behandelmodel zit. Triple-C is al vanaf 1991 in ontwikkeling bij zorgorganisatie ASVZ waar ik als orthopedagoog werk. De kern is dat de begeleiding zodanig aansluit bij de menselijke behoeften van de cliënt, dat de cliënt het gewone leven zoveel mogelijk kan ervaren. Als begeleider ben je empathisch en begripvol en kun je met compassie naar de cliënt kijken.

Triple-C wordt in veel organisaties toegepast, maar het is moeilijk grip te krijgen op wat het precies inhoudt. De methode was tot nu toe nog niet wetenschappelijk onderbouwd en ook de resultaten die ermee worden behaald, waren nog niet in kaart gebracht. Mijn doel was heel precies te beschrijven wat Triple-C is en hiermee de eerste stap te zetten in de wetenschappelijke onderbouwing.'

2 **Wat is de conclusie?**

'Het onderzoek leidde tot het Triple-C logic model. Daarin staat beschreven wat Triple-C is. De methode draait om drie aspecten die met elkaar in balans moeten zijn om haar te laten werken: een onvoorwaardelijke ondersteuningsrelatie, anders kijken naar probleemgedrag van de cliënt en een betekenisvolle daginvulling. Neem een cliënt die vaak wegloopt en gaat drinken en blowen. Als hij dan terugkomt kun je als begeleider boos zeggen dat hij dat niet mag doen. De kans wordt daarmee groter dat hij een volgende keer niet terug durft te komen.

De begeleider kan ook zeggen: 'Hoi, waar was je nou? We maakten ons zorgen! Fijn dat je er weer bent. Ga maar even douchen, dan kunnen we zo aan tafel. We eten spaghetti.' Op die manier laat je zien dat je er onvoorwaardelijk bent voor de cliënt, ongeacht zijn gedrag. En je vertelt hem meteen welk gedrag je wel wilt zien.



Ook staat in het Triple-C logic model beschreven welke rollen en taken de verschillende betrokkenen binnen een organisatie die Triple-C uitvoert hebben, wat nodig is om de methode uit te voeren en wat de te verwachten uitkomst is.

Zo is het de rol van de directie om Triple-C te faciliteren en tijd in te ruimen om teams in de methode te ondersteunen. Begeleiders hebben bijvoorbeeld trainingen van Triple-C experts en structureel coaching op de werkvloer nodig en moeten regelmatig kunnen overleggen met het team en de orthopedagoog. De managers op hun beurt coachen de teamleiders, die vervolgens de begeleiders ondersteunen door samen te reflecteren op situaties en aanwijzingen te geven. De uitkomst is dat de begeleider steeds autonomer gaat handelen. Daarnaast moet er structureel een orthopedagoog bij iedere woning betrokken zijn om het behandelklimaat neer te zetten. Ook de familieleden spelen een belangrijke rol. Zij kennen de cliënt het langst en hebben een speciale plek in zijn leven.'

3 Wat betekent dit voor de praktijk?

'Op basis van het Triple-C logic model is een screeningslijst ontwikkeld die alle professionals binnen de organisatie inzicht kan geven. Ze kunnen die gebruiken om met elkaar in gesprek te gaan over 'hoe Triple-C' ze werken en wat eventuele verbeterpunten zijn. Het gesprek speelt door de hele organisatie heen, want voor de beste uitvoering van Triple-C is samenwerking op alle organisatieniveaus belangrijk.'

4 Hoe was het om dit onderzoek te doen?

'Heel leuk en inspirerend, vooral ook omdat Triple-C zo veelomvattend is. Ik heb grote thema's kunnen uitdiepen, zoals familienetwerken van mensen met een verstandelijke beperking en probleemgedrag, maar ook het organiseren van de zorg. Het waren zeven leerzame jaren. Ik werd continu uitgedaagd om uit mijn comfortzone te komen. Ik heb geleerd met afstand naar de werkvloer te kijken en overstijgend te denken. Dat is handig in de praktijk. Ik ben mij er nu ook bewuster van dat veranderingen in de praktijk tijd kosten. Niet alles hoeft nu te gebeuren. Ik denk niet dat er ooit nog een moment in mijn werkende leven komt dat ik me zo kan verdiepen en vastbijten in een onderwerp. Dat is echt bijzonder.'

5 Wat ga je nu doen?

'Ik ben weer terug in de praktijk als orthopedagoog bij ASVZ. Daarnaast ga ik bij de Triple-C werkplaats aan de slag. Vanuit hier zal ik trainingen en presentaties geven. Bovendien wil ik graag betrokken blijven zodra er een vervolgonderzoek start. Dat is nodig om Triple-C met sterk wetenschappelijk bewijs te gaan onderbouwen. Het logic model kan in dit vervolgonderzoek gebruikt worden om specifiek instrumenten te kiezen die de effecten van de methode gaan meten.'

Tess Tournier, *Understanding Triple-C and the importance of relationships in the lives of people with intellectual disabilities who present challenging behaviour.* Het onderzoek werd uitgevoerd bij de Academische Werkplaats Leven met een verstandelijke beperking (Tranzo, TSB, Tilburg University) in opdracht van zorgorganisatie ASVZ. Petri Embregts en Andrew Jahoda waren promotor en Lex Hendriks copromotor. Het proefschrift is te downloaden via triplecwerkplaats.nl.

> VGN.NL/ACTUEEL/GEPROMOVEERD

Sanne van der Hagen is implementatieadviseur bij Vrienden van verandering. In deze rubriek schrijft zij over e-inclusie: volwaardig meedoen in de digitale samenleving.



Een les om jezelf te leren begrenzen

TEKST SANNE VAN DER HAGEN ILLUSTRATIE ANNET SCHOLTEN

De wintermaanden en de lockdown maken het leven buiten wat stiller. Binnen hangen we wat. Dochter J. van twaalf is bij haar vriendinnen in de straat. Dan krijgen we een appje van de buurvrouw. 'Wij willen vanavond samen een film kijken. Maar de beeldschermtijd van J. is op.'

Maar het is zo leuk

Beeldschermtijd is iets dat wij thuis hebben ingevoerd. Elke dag krijgen onze kinderen een hoeveelheid tijd die ze door kunnen brengen op verschillende beeldschermen. Het maakt niet uit wanneer je het opmaakt of hoe je dat doet of waaraan. Maar je gaat er niet overheen. En dat is soms best wel ingewikkeld. Veel ouders en opvoeders zullen dit herkennen.

Wij willen de avond voor de burens niet verpesten. Tegelijkertijd lukte het J. de afgelopen dagen om toch wat meer tijd op te maken dan de bedoeling was. We vragen of ze even komt overleggen. 'Maar het is zo leuk, en dan wil ik zó graag nog even, dan vergeet ik de tijd'.

Voelen waar een grens ligt

Wij leggen uit dat het precies dat is wat we proberen te leren. Dat op het moment waarop je denkt nog héél even... nog een klein beetje... dat het dan juist zo belangrijk is om tegen jezelf te leren zeggen: stop! Een les om jezelf te leren begrenzen. Om te voelen waar een grens ligt. En dan maakt het niet uit of het om beeldschermtijd gaat, het eten van chocolade of je bedtijd. Of je nu de opvoeder bent van je eigen kinderen of die van een ander. Elke opvoeder heeft te maken met het leven online. We willen niemand die digitale samenleving onthouden. We willen dat ze ervan kunnen genieten. Maar daar zijn wel wat lesjes begrenzen voor nodig. Door gesprekken te voeren, te falen en daarvan te leren of door grenzen te stellen of op te rekken.

Een uitdaging

Jezelf leren begrenzen in de digitale samenleving is belangrijk als je volwaardig mee wilt kunnen doen. Uiteindelijk zijn er niet altijd regels of ouders om je te helpen begrenzen. Dan moet je zelf een manier bedenken om dat te doen. Voor de een is dat makkelijker dan voor de ander. En voor sommige kinderen is jezelf begrenzen nóg veel uitdagender, of soms zelf onmogelijk. Dan moeten we zoeken naar andere manieren om wél op een gezonde manier mee te kunnen doen.

J. begrijpt ons en besluit om vandaag dan die film te kijken en morgen de dag zonder beeldschermen door te brengen. ●

> [KENNISPLEINGEHANDICAPTENSECTOR.NL](https://www.kennispleingehandicaptensector.nl)





'Deze kinderen reageren direct op wat je doet'



In deze rubriek besteden we aandacht aan muzikale activiteiten voor en door mensen met een beperking. Suggesties zijn welkom: communicatie@vgn.nl

DOOR JOHAN DE KONING

Hoe zou het voor de musici zijn? Een publiek dat niet altijd stilzit en spontaan geluiden maakt. 'Ik vind het heel erg leuk', antwoordt Anna May van der Feen. Zojuist trad ze op voor negen gezinnen waarvan kinderen met ernstige en meervoudige beperkingen deel uitmaken. 'Als je voor publiek speelt, reageert dat normaal gesproken pas achteraf, als je klaar bent. Maar deze kinderen reageren direct op wat je doet.'

Aan het begin van haar optreden liep ze, met haar dwarsfluit Debussy spelend, langs de verschillende tafeltjes, terwijl haar oom Mark van der Feen achter de piano zat. 'Ik doseer het wel hoor', zegt ze. 'Je kunt mensen gemakkelijk meenemen in je emoties, daar moet je ook niet te ver in gaan. Het is heel interactief.'

Dat vindt accordeonist Erica van Roozendaal ook. Ze liet met mezzosopraan Talitha van der Spek een reeks oude liedjes horen. 'Toen we begonnen, waren er best veel geluiden in de zaal. Maar zodra ik erin kom met mijn accordeon, daalt het geluidsniveau al snel. Ik zag dat een meisje begon te klappen. Even later klapte ze zelfs in de maat. Ja, daar word ik heel blij van.'

Dit was het tweede verwenconcert dat de stichting Falderie live organiseerde. Het eerste was in 2019, en sindsdien waren er noodgedwongen alleen online concerten. 'Van muziek geniet je toch het meest als je samen bent', zegt initiatiefnemer Hanna

Blom, moeder van de elfjarige Jasmijn. 'Daarom zijn ouders en broertjes en zusjes ook welkom. Ouders hoeven niet bang te zijn dat hun kind geluiden maakt en de musici krijgen gewoon betaald.' Financiële ondersteuning voor dit concert komt van het Fonds Kind en Handicap en verschillende donateurs.

Het eerste concert was bij Omega, vandaag zijn we in De Zevenster, een kinderdiensten-centrum van Ons Tweede Thuis. Er is taart, er staan goodiebags, en tussen de twee optredens door worden linsneden verloot. Achter me zit de moeder van Anika, die in gewonere tijden vaak met haar dochter naar concerten in het Vondelpark gaat. Aan het tafeltje naast me zit een vader van een meisje dat weinig kan bewegen. Hij vertelt trots dat ze dat toch doet als hij thuis gitaar voor haar speelt. En er loopt een meisje langs met lang haar, paarse sjaal en een trui met dieren. Rondarrend gaat ze naar de pianist, gaat naast hem staan en slaat een paar hoge toetsen aan.

De middag werd gepresenteerd door onderzoeker Gustaaf Bos. 'Hier kun je zelf bepalen of je meedoet of liever even wegloopt', zegt hij. 'Dat is iets anders dan dat er ineens iemand voor je neus zit die iets van je verwacht. Het mooie is dat dit niet doelmatig is. Iedereen mag er zijn.'

> STICHTINGFALDERIE.NL

een goed advies



Opdat we leren van elkaar:
in iedere *Markant* een tip van
een deskundige



'Biedt cliënten seksspeeltjes aan als optie om seksueel plezier te beleven. Niet als alternatief, voor als een relatie niet werkt, maar standaard.' Dat adviseert **Dilana Schaafsma**, *associate lector* aan de Fontys Hogeschool Pedagogiek en voorzitter van de stichting Maand van de Leuke Seks, die in maart weer op de agenda staat.

'Een vraag die te weinig wordt gesteld aan mensen met een verstandelijke beperking is: heeft iemand het al eens met jou over seksueel plezier gehad? Er wordt vaak

gezegd dat dat privé is, maar als professional heb je de taak om hun seksuele rechten te realiseren. Een van die rechten is het hebben van seksueel plezier. Dus als het er niet is, of je weet het niet, dan is het jouw taak om dat bespreekbaar te maken.

Er zit een taboe op seksspeeltjes. Maar als het gaat om seksueel plezier, waarom niet? Waarom wordt het bij mensen met een verstandelijke beperking hooguit als alternatief beschouwd, terwijl je ze zelf op internet kunt bestellen en dan morgen in huis hebt? Ik leg mijn studenten altijd uit dat je onderscheid moet maken tussen privé en professioneel. Als een cliënt bijvoorbeeld aan je vraagt of jij zelf seksspeeltjes gebruikt, dan kun je antwoorden dat je dat liever niet vertelt, omdat het privé is. Maar vraag dan daarna: wil je er misschien iets over weten? Dat kan ik wel vertellen. Niet iedere begeleider zal er zelf veel vanaf weten,

maar zeg dan: goh, daar weet ik weinig van, zullen we eens samen gaan kijken?

Voor vrouwen is het vaak moeilijker om tot een orgasme te komen, dan voor mannen. Dan kunnen seksspeeltjes zeker helpen. In onze maatschappij is alles gericht op penetratieseks, dus is het niet zo gek dat veel speeltjes piemels nabootsen. Maar er zijn tegenwoordig ook speeltjes die voornamelijk de clitoris stimuleren. Het ene trilt, het andere werkt met luchtdruk. Er zijn ook websites waarop vrouwen reviews posten, en een top

'Biedt cliënten seksspeeltjes aan'

tien. Supertof.

Mannen hebben speeltjes misschien minder hard nodig, maar ik denk dat ze voor hen ook fijn kunnen zijn. Voor de variatie, waarom niet? Je hebt een soort kokers die van binnen zacht zijn, gelachtig, daar kun je je piemel insteken.

Hygiëne is natuurlijk wel belangrijk. Mensen vragen wel: wie moet ze dan schoonmaken? Dan zeg ik weer: mensen hebben recht op seksueel plezier, dus bedenk maar een oplossing. Leer het ze maar! Er zijn speciale middelen voor, schaf die aan en ga ermee oefenen. En vraag er af en toe naar: lukt het nog om de boel schoon te maken? Bespreek zulke situaties ook met collega's: hoe gaan we ervoor zorgen dat iemand die mogelijkheid heeft en wat is daarvoor nodig?' /Johan de Koning

> MAANDVANDELEUKESEKS.NL