

Sessie 1.4 Psychiatrische problemen en dagbesteding

De Nieuwe Club, welzijnsproject voor ouderen in Amsterdam



Een beter leven voor ouderen

Een groepje oudere mensen doet een balspel in de gymzaal en eet samen. Na de lunch gaan ze wandelen. Rita Loholter is op bezoek bij De Nieuwe Club, een project voor ouderen met psychiatrische problemen in Amsterdam. Ze luncht, wandelt mee en praat met begeleiders en bezoekers. “Ik streep de dagen af, zo gezellig is het hier!”

De tafels zijn gedekt als ik me bij de receptie van het buurthuis meld om de clubleden te ontmoeten, de sfeer te proeven en te zien wat er te doen is. De groep is aan het gymmen en straks is er lunch. De leden zitten op stoelen in een ruime kring en doen onder begeleiding een spel met de bal, ik zie lachende gezichten.

Bij de lunch vraag ik mijn buurvrouw of ze al spierpijn heeft. “Morgen pas, maar dat gaat weer over hoor”, antwoordt zij. “Ik ben tweeënvijftig keer geweest en heb maar twee dagen gemist. We komen elke week bij elkaar. Ik kijk er altijd naar uit, streep de dagen af. Zo leuk is het hier.” De bezoekers hebben oprechte belangstelling voor elkaar. Het is een hechte groep. Ook nieuwe leden voelen zich snel thuis. De leden maken een tevreden indruk. “Maar als er iets is wat ze niet zint, horen we het direct”, relativeert programmacoördinator Job van Amerongen met een glimlach.

Jong en oud

Het project ‘De Nieuwe Club’ in buurthuis de Edelsteen is een initiatief van therapeut Joke Bos en psychiater Paul David Meesters. Meesters promoveerde op het onderwerp ‘ouderen met schizofrenie’ (zie YN 1-2012). De Nieuwe Club startte in februari 2011.

De leden van de club zijn ouderen boven de zestig, lijden aan een psychiatrische aandoening, wonen zelfstandig met begeleiding of in een zorgcentrum. Buurthuis de Edelsteen is mooi, ruim en licht. De sfeer is vriendelijk en open. In het buurthuis is ook kinderopvang en jongerenwerk gehuisvest. Soms zoekt een jongen van dertien samen met een oudere iets op de computer op. Vier keer per week komt een groep beginnend dementerenden bijeen.

Wandelen langs de Amstel

De zon schijnt, na de lunch gaan we wandelen. De groep splitst zich in tweeën voor een lange en een korte route. Ik doe mee met de lange wandeling. Job geeft uitleg over de buurt, we lopen langs huizen waar ooit diamantslijpers woonden. Onderweg praten we over van alles. Aan de kade van de Amstel staan we even te mijmeren, sommigen halen herinneringen op. Terug in de Diamantbuurt strijken de twee groepen op een terrasje neer en maken alweer plannen voor volgende week. Een deel neemt afscheid, anderen drinken nog een kopje thee in het buurthuis. “Het voelde weer als een warme deken”, complimenteert een bezoeker de begeleiders.

Sociaal vaardiger en meer plezier

Later in de middag praat ik verder met Job van Amerongen en activiteitenbegeleider Mariska Atmodimedjo: “We zijn een jaar geleden gestart. De groep is uitgebreid naar veertien clubleden. Er zijn drie vaste medewerkers, een programmacoördinator, een psychomotorisch therapeut en een activiteitenbegeleider. Daarnaast ondersteunen een

stagiaire en een vrijwilliger het team. 's Ochtends doen een begeleider en een clublid boodschappen. Daarna gymt de hele groep. Als iemand afzegt, bellen we om te informeren hoe het gaat." Het 'nieuwe' in de naam 'De Nieuwe Club' slaat op de laagdrempelige locatie, los van de GGZ. Het feit dat de club in een buurthuis bijeenkomt stimuleert de contacten met de buurt en de mix van jong en oud. "We bevorderen zelfredzaamheid en zelfstandigheid en laten de talenten van mensen naar boven komen. Nieuwe talenten worden ontdekt en onderhouden."

"Er is een vast programma, continuïteit is belangrijk. Maar we luisteren ook naar de wensen van de groep. De nadruk ligt op wat wél kan. Soms vertellen bezoekers over hun problemen en klachten. Het kan allemaal", voegt Van Amerongen toe. "Niet alleen de groep ziet de meerwaarde van de activiteiten, we krijgen ook complimenten van sociaal psychiatrisch verpleegkundigen. Zij zien dat cliënten sociaal vaardiger worden, meer plezier hebben en beter voor zichzelf opkomen." De Nieuwe Club heeft het leven van de leden ingrijpend verbeterd.

De Nieuwe Club valt onder welzijnsstichting Combiwel en wordt gefinancierd door de WMO (wet maatschappelijke ondersteuning) en de AWBZ. "Combiwel en GGZ-instelling inGeest startten in 2011 een samenwerkingsverband voor dit project", vertelt Mariska. "Het is goed dat welzijnswerk zich onderscheidt van de zorg", legt Van Amerongen uit. "Als iemand bij de GGZ door de bezuinigingen buiten de boot valt, kan welzijnswerk invallen. En het is nog goedkoper ook."

Willen we dit niet allemaal? Een club vrienden bij wie je je thuis voelt, met wie je makkelijk over alles praat, waar anderen je begrijpen en je jezelf mag zijn. De Nieuwe Club is goud waard.

Rita Loholter - yn@ypsilon.org

Bronvermelding:

- <http://www.ypsilon.org> Een beter leven voor ouderen
- Ypsilon Nieuws jaargang 28 april 2012

Contactpersonen:

Joke Bos, programmacoördinator, en

Mariska Atmodimedjo, activiteitenbegeleider Amsterdams ontmoetingscentrum de Pijp Combiwel