

# Schilderen geeft rust

Atelier Pabloos voor thuiswonende dementerenden

FJET VAN DER BIL

LEUSDEN - Rika Posthuma uit Leusden en Ineke Meijboom uit Barneveld, twee vrouwen die allebei de 4-jarige opleiding tot kunstzinnig coach volgden, zijn werkzaam in een psychogeriatrisch woonzorgcentrum waar zij onder meer creatieve activiteiten verzorgen voor daar wonende dementerenden. Zij zijn ook de oprichters van De Kleurenfontein, een tweemansbedrijf dat creatieve workshops aanbiedt aan bedrijven, groepen en (zorg)organisaties. Eind september start De Kleurenfontein met Atelier Pabloos, dat schilderbijeenkomsten organiseert en begeleidt voor dementerenden die (nog) thuis wonen.



Foto: Ineke Meijboom

"Een heel kwetsbare groep, waar bijna niets voor georganiseerd wordt in verenigingsverband", zegt Rika, die tegelijkertijd aangeeft dat atelier Pabloos indirect ook van betekenis kan zijn voor de mantelzorgers van die thuiswonende dementerenden. "Zij kunnen lekker een keer koffie gaan drinken bij vrienden of iets anders voor zichzelf doen, terwijl de man of vrouw waarvoor zij zorgen veilig bij ons aan het schilderen is",

verduidelijkt ze. Dat de mantelzorger van een dementerende het zwaar heeft, weet Rika - die deels als dementelcoach (coach van mantelzorgers van mensen met het dementieel syndroom) werkzaam is - als geen ander. En ook onderzoek wees dat onlangs uit.

De kunstzinnige initiatiefnemers hebben veel affiniteit met de doelgroep. "Het zijn prachtige mensen", verwoordt Rika en

Ineke haalt voorbeelden aan waaruit blijkt dat zij er precies zo over denkt.

Creatieve activiteit is een middel dat voorbij het praten tot echt contact leidt, is hun ervaring. "Laatst werkten we aan een collage met teksten die ik van tevoren uitgeknipt had. Een oude vrouw wist via de door haar gekozen teksten toch veel te vertellen", geeft Ineke als voorbeeld. Het schilderen, wer-

ken met kleuren en vormen, heeft hetzelfde effect. "Dan ontmoet je de mens, dat raakt je."

De twee die beroepsmatig dagelijks te maken krijgen met dementerenden, weten uit ervaring dat schilderen daarnaast ontspanning, rust én plezier geeft. Om een ontspannen sfeer te creëren tijdens de schildersbijeenkomsten, worden er hapjes en drankjes geserveerd en is er muziek, aangepast aan de

groep, op de achtergrond. Niets moet, alles mag. Wie in plaats van schilderen liever achterover geleund naar de muziek wil luisteren, krijgt daarvoor bijvoorbeeld alle gelegenheid. "Het schilderwerk hoeft ook geen kunst te zijn", benadrukken de coaches.

Belangrijker is dat de deelnemer zich veilig voelt in de groep. Die bestaat maximaal uit vijf mensen. Rika en Ineke begelei-

## Dementie en mantelzorg

De meest voorkomende vorm van dementie is de ziekte van Alzheimer. Momenteel zijn er 230.000 mensen met Alzheimer. Naar schatting is dat aantal in 2050 opgelopen naar een half miljoen.

Zeventig procent van de mensen met dementie woont thuis en wordt verzorgd door familie en/of andere naasten (mantelzorgers). Recent onderzoek van Alzheimer Nederland wijst uit dat een op de vijf mantelzorgers van dementiepatiënten ernstig overbelast is.

den zo'n groep samen, want als er deelnemers tussen zitten die onrustig zijn of naar het toilet gebracht moeten worden, is een-op-een-begeleiding geen overbodige luxe.

Om maatwerk te kunnen leveren, zal een aangemelde cursist voor aanvang thuis bezocht worden. "Mocht blijken dat iemand absoluut geen groeps-mens is, dan zou een volgende stap kunnen zijn dat we voor die persoon de activiteit thuis aanbieden."

Deelnemers van het atelier zullen de vrijetijdsbesteding, net als andere mensen die bij een club of vereniging gaan, zelf moeten inkopen. "We zijn wel bezig met zorgverzekeraars om te bekijken of die (wat) willen vergoeden".

Meer informatie per e-mail: [info@devrijevlinder.nl](mailto:info@devrijevlinder.nl) of telefonisch: 06 - 28191765 (Rika) of 0342 - 490452 (Ineke). Website: [www.devrijevlinder.nl/kleurenfontein.htm](http://www.devrijevlinder.nl/kleurenfontein.htm).