

Digitale dagbesteding



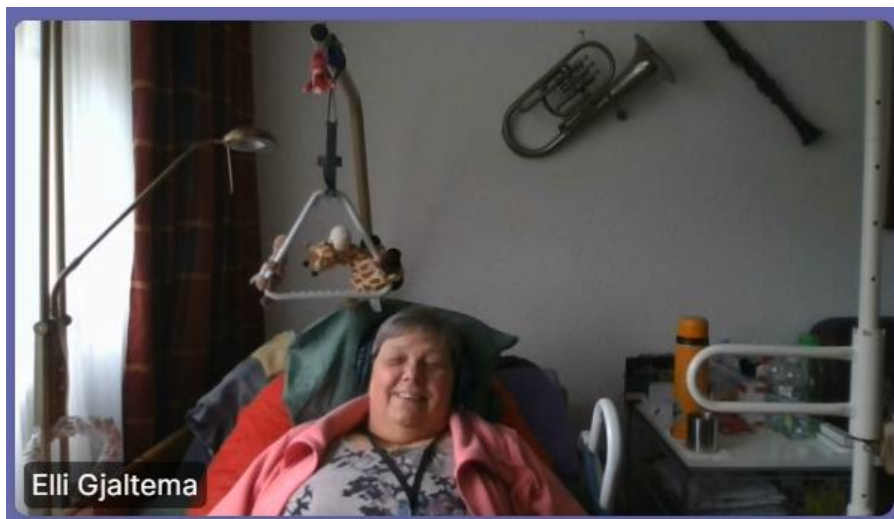
INTERVIEWS CLIËNTEN

Digitale dagbesteding is een mooie aanvulling op het fysieke activiteiten aanbod van onze locaties. In dit interview delen 3 cliënten hun ervaring.

Eerst even kennismaken

Frits Rutgers is cliënt bij onze locatie Dronten. Hij verblijft momenteel bij zijn zus; zijn partner is herstellende van een operatie. Frits is vaardig genoeg om zelfstandig aan te sluiten.

Elli Gjaltema ging vroeger naar verschillende dagbestedingslocaties van InteraktContour. Nu zij dat fysiek niet meer kan, sluit ze aan bij digitale dagbesteding.



“Je kan het pas snappen als je het een keer ervaart. Misschien kunnen de zorgverzekeraars een keer meedoen!”

Helena kwam bij onze dagbestedingslocatie in Steenwijk. Hier maakte zij kennis met digitale dagbesteding. Inmiddels is Helena verhuisd naar Hengelo en gaat ze daar naar de dagbesteding. Daarnaast probeert ze wekelijks deel te nemen aan 1 van online activiteiten.

Aan welke activiteit(en) doe je mee op het platform Digidagbesteding?

Frits: “Op dinsdagochtend De kunst van het kijken, op donderdagochtend sluit ik aan bij de Hoger opgeleiden-groep.

Elli: “Ik neem deel aan De kunst van het kijken.”

Helena: “Alleen De kunst van het kijken.”

Kun je aangeven wat je van deze activiteit(en) vindt?

Frits over De kunst van het kijken: “Ik heb een familie die vol kunstenaars zit, zelf ben ik niet zo kunstzinnig. Ik vind dat jij het als begeleider het leuk doet. Het is interessant, wat er verteld wordt. Sommige dingen weet ik wel andere niet. Ik vind het leuk dat we iemand in de groep hebben hebben die ook wat meer weet over kunst. Het is een klein clubje, prima!”

Over de Hoger opgeleiden-groep zegt Frits: “Ik doe graag aan alles mee. Dat is heel eenvoudig. We zien wel wat het wordt. Een soort praatgroep. Kijken of ik nog alles kan volgen. Nieuwsgierigheid en om aan alles mee te doen.”

Elli: “ Mooi, dit is voor mij een manier om ook nog sociale contacten te hebben.

Ook de achtergrondinformatie bij de kunst wordt mooi verteld. Ik vind het heel interessant. We leren ervan.”

Helena: “Eigenlijk is het vanuit de locatie Steenwijk gemotiveerd om toch een keer deel te nemen. Ik had een vreselijk vooroordeel over de kunst. De eerste keer dat ik meedeed was tijdens de week van de digitale dagbesteding. Mijn oordeel was meteen gewijzigd, kunst heeft meerde kanten, meerdere gezichten. Feitelijk kan je hetgeen dat ik schilder ook als kunst zien. Mijn werken zijn niet meegegaan met de verhuizing, maar ik kan nu opnieuw beginnen. De kleuren zullen anders moeten worden omdat mijn zicht achteruit gaat. De diepere manier van kijken naar kunst maakt dat je meer gaat nadenken over kunst in het algemeen, althans zo zie ik het.”

Ervaar je dat jouw digitale vaardigheden door deelname aan digitale dagbesteding zijn toegenomen?

Frits: “Ik kan de tablet aan- en uitzetten en ik kan op het platform komen, maar verder ben ik niet vaardiger. Eerder beperkter dan vroeger, voor mijn letsel. Vroeger thuis deed ik alles op de computer, na het letsel is het achteruitgegaan. Mijn partner doet het nu. Zij is nu digitaal vaardiger, ik druk vaak te snel op knopjes. Ik was dom en is nu wat minder dom.” Zijn zus roept hierop: “Dommer haha.” Frits reageert: “Misschien hebben ze nog nieuwe cursussen voor dommerdjes.”

Elli: “Ja, deze zijn wel wat toegenomen. Ik merk dat doordat ik bijvoorbeeld vanmorgen snel een mailtje kan sturen. Het is even zoeken hoe dat het beste moet, maar het lukt. Ik ben dan wel zo’n type die zoekt of ik ook nog even rechtstreeks contact kan hebben.”

Helena: “Mijn digitale vaardigheden zijn niet verbeterd, ik bezit de basiskennis.”

Ervaar je dat je zelfredzaamheid door deelname aan digitale dagbesteding is toegenomen?

Frits: “Door mijn herseninfarct is het afgenomen. Ik kan niet zeggen dat door de cursus dit weer is toegenomen. Het is in zijn geheel minder geworden door het letsel. Ik kan wel alles, alleen heel langzaam. Praten gaat weer, dat kon ik in het begin ook niet. Mijn geheugen is slechter geworden. Het is klungelwerk.

Bij De kunst van het kijken kan ik me het wel herinneren. Kost wel moeite. Ik schrijf mee en probeer zelf dingen op te zoeken.”

Elli: “Ik steek er altijd wat van op, dus ja. Ik weet niet zo goed hoe ik verder zelfredzaamheid moet zien.”

Helena: “Nee ik denk het niet. Zelfredzaamheid heeft voor mij meer betekenis een boterham kunnen smeren. Wel bijvoorbeeld met sociale contacten; dit is makkelijker. Het is laagdrempeliger om ertussen te komen. Het heeft misschien ook te maken met dat ik eerst op een dagbesteding zat. Het wordt denk ik makkelijker, het opstapje digitaal, soms is gelijk fysiek contact op een dagbestedingslocatie te veel.”

Wat levert meedoen aan digitale dagbesteding jou (nog meer) op?

Frits: “De kunst van het kijken voegt toe dat ik op een andere manier naar kunst en andere dingen kijk. Het is een verrijking van mijn kennis.”

Elli: “Dat ik er wat van leer. Uiteraard vind ik kunst al interessant; het spreekt mij aan.”

Helena: “Is het puur digitaal dan de inzichten over kunst. Daarnaast ook een klein percentage het sociale aspect.”

“Maar ik leer ook dieper te kijken naar dingen. Mijn gedachten worden op andere wijze gebracht. Je denkt niet aan je dagelijkse problematieken. De grote meerwaarde voor mij is het psychologische effect waarmee de digitale activiteit ervoor zorgt dat ik mijn dagelijkse problematiek even kan loslaten. En loslaten is niet mijn sterkste kwaliteit; boosheid en verdriet kan ik nu beter reguleren. Ik heb ervaren dat ik het nu wat meer los kan laten.

Dat probeer ik nu ook op privé situaties toe te passen. Ik probeer dan mijn gedachten weer te wijzigen als ik merk dat ik een negatieve gedachten heb. Als ik me bijvoorbeeld een beetje depressief voel, dan klets ik met mijn vogel. Dit ben ik pas gaan toepassen sinds de digitale dagbesteding. Dus ik zou het op grond hiervan al aanraden.”

Helena vervolgt: “Als je kijkt naar andere dagbestedingen denk ik dat je het ook zelf in de hand hebt. Ook de zelfredzaamheid en het dagelijks leven in zijn algemeen. Ik word sociaal emotioneel aangesproken op een ander niveau. Bijvoorbeeld een ‘huismus’ die naar de dagbesteding gaat wordt misschien socialer naarmate hij daar langer komt. Nu bij digitale dagbesteding kan je vanuit je vertrouwde plek werken aan de dingen die voor jou noodzakelijk zijn. Dit is meer ontspannen. Bij alleen thuiszitten zou je misschien alleen achter de geraniums zitten en niets doen. Nu wordt je geest geprikkeld en heb je afwisseling binnen de grenzen die je zelf aan kan.”

En ze sluit af: “Een laatste voordeel is dat wanneer je niet fysiek naar een dagbesteding kan bijvoorbeeld wanneer je ziek bent, je toch deel kan nemen aan een sociaal-culturele activiteit.”

Heb je nog tips?

Frits: “Moet ik nog iets verzinnen ook?! Hmm... Maak het mogelijk en makkelijk om een herhaling te zien; dan kan familie, partners of ikzelf terugkijken. Nu probeer ik vaak mee te schrijven, maar dat gaat moeilijk.”

Elli: “Misschien voor het contact hebben met de begeleider zelf. Misschien een direct knopje waarop je een chat/e-mail kan opstellen die direct naar de begeleider gaat als je op het activiteitenschermbent.”

Helena: “Voor mezelf zou ik het fijn vinden om een reminder te krijgen via bijvoorbeeld WhatsApp. Niet via de e-mail, daar kijk ik niet altijd even veel op.”



Frits: “Vannacht gedroomd dat ik een kunstenaar werd, maar het was geen succes.”