



Uit de kunst

Kunstbeoefening is een bron van expressie en zingeving voor alle leeftijdscategorieën en dus ook voor ouderen en heeft een positieve impact op meerdere levensterreinen, zoals gezondheid en sociale contacten. Ondanks de gunstige effecten van kunstbeoefening neemt de actieve kunstbeoefening op latere leeftijd af. Gemiddeld de helft van alle Nederlanders is actief met (amateur)kunst bezig. Onder 65-plussers is dat percentage nog maar een derde. Zorgcentra hebben kunstbeoefening door en voor ouderen niet vanzelfsprekend in hun reguliere pakket van diensten.

Kunst is heel breed en kan heel toegankelijk zijn. Tegelijkertijd kan kunst mensen ook echt raken, denk aan een mooi muziekstuk. Kunst draagt in algemene zin bij aan het welbevinden en de kwaliteit van leven van mensen.

Kunst en Cultuur verbindt mensen, zo ook in de ouderenzorg.

Tijdens kunst en cultuur activiteiten zie je een verbinding ontstaan tussen de bewoner, familie, medewerker en vrijwilliger. Maar ook

met de buurt waarin het zorgcentrum ligt. Samen aan een project werken of samen genieten van muziek.

Tijdens de activiteiten ontstaat een proces dat net zo belangrijk is als het einddoel.

De verhalen en met name de belevingen die tijdens de activiteit verteld worden aan elkaar, de aandacht die de bewoner krijgt, of samen met een familielid die dementerend is aan een werkstuk werken, geeft voldoening. Het zijn deze kleine dingen die het leven aangenaam kunnen maken en de kwaliteit van het leven verbeteren.

Recent is in Heerlen een nieuw zorgcentrum geopend en tijdens de openingsceremonie werd een beschilderde kunstkoe onthuld.

Bijzonder waren de kunstenaars: jong en oud. Jongeren uit het plaatselijke speciaal onderwijs die samen met kwetsbare ouderen uit het betreffende zorgcentrum onder begeleiding van een professionele kunstenaar samen aan de kunstkoe gewerkt hebben. Tijdens de wekelijkse kunstworkshops zag je de jongeren en ouderen steeds meer naar

elkaar toe groeien.

De ouderen vertelden verhalen over hoe het vroeger was en informeerden bij de jongeren hoe de jeugd tegenwoordig met bepaalde zaken omgaat. Wederzijds respect groeide gedurende dit project.

Hetzelfde zorgcentrum heeft een heuse galerie waar externe kunstenaars hun kunst kunnen exposeren. Dit leidt tot beweging: mensen uit de buurt die in het zorgcentrum naar kunst komen kijken en er dan achter komen dat je er ook een kopje koffie kunt drinken. Zelfs lunchen in het moderne restaurant!

Kunst en cultuur spelen dus vaak een belangrijke rol in een mensenleven en dit moet niet stoppen als je in een zorgcentrum of aanleunwoning gaat wonen. Kunst bekijken, kunst maken, een muziekvoorstelling bijwonen, een museumbezoek of 'gewoon' samen naar een (oude of nieuwe) film kijken: allemaal activiteiten die het leven verrijken en dus een toegevoegde waarde hebben op het gebied van zingeving: kunst en cultuur met bezieling dus!

Het blijkt overigens dat senioren niet in de eerste plaats voor kunstactiviteiten

kieszen uit behoefte aan sociale contacten of vanuit verveling, maar vanwege een intrinsieke behoefte. Zij kiezen daar bewust voor, bijvoorbeeld omdat zij een oude passie nieuw leven willen inblazen, of omdat zij een sluimerende motivatie hebben.

Dat wil echter niet zeggen dat senioren als vanzelf creatieve activiteiten oppakken: stimulatie is wel gewenst.

Maar dan moet wel aan bepaalde voorwaarden voldaan zijn, zoals een prikkelende omgeving waarbij de activiteiten aangepast zijn aan de (latente)vraag.

Dan is het uit de kunst en dit betekent niet meer en niet minder dan uitvoerende en uitstekende kunst. En dit is inclusief de kunst van het ouder worden!

Dr Pim Steerneman MBA
Bestuursvoorzitter Sevagram