

Kookgroep nieuw onderdeel van weer veilig naar huis

Een beroerte, een ongeluk of een nare val. In veel gevallen is een revalidatietraject nodig en moet de patiënt leren omgaan met de beperking die het voorval heeft veroorzaakt om weer zelfstandig te kunnen wonen.

Koken is een essentieel onderdeel van zelfstandig wonen en daarom heeft Omring een kookgroep in het leven geroepen als onderdeel van het revalidatietraject. In kleine groepjes van maximaal vier cliënten begeleiden een ergotherapeut en een zorgmedewerker één keer in de week een kooksessie. De ergotherapeut leert hen met behulp van tips en trucs hoe zij zo veilig en handig mogelijk toch voor zichzelf een maaltijd kunnen maken en de zorgmedewerker biedt ondersteuning waar nodig.

Tijdens een kooksessie bij locatie Omring Nicolaas in Lutjebroek gaat het er gemoedelijk aan toe. Drie dames en een heer nemen deel. Eén dame trekt soms ongecontroleerd met haar lichaam naar links, de anderen zijn allemaal het slachtoffer van een beroerte en kampen in meer of mindere mate met verlamningsverschijnselen of geheugenproblemen.

Kookruimte ingericht op revalidatie

Gelukkig is de ruimte waar gekookt wordt volledig ingericht op de behoeften van de cliënten. Zo is het volledige keukenblok in hoogte verstelbaar, zodat ook mevrouw Hartman (76), die rolstoelgebonden is, optimaal kan deelnemen. In de kastjes zijn stickertjes geplakt zodat iedereen altijd kan zien wat waar hoort. Dit is meteen een idee voor thuis, als het geheugen niet altijd meewerkt.

Daarnaast zijn er verschillende snijplanken voorzien van prikkers en messen met speciale handvaten. Zo kunnen de cliënten die hun arm en/of hand niet goed kunnen gebruiken de te snijden groente vastprikken en met de goede hand snijden.

Elke week wordt een cliënt aangewezen als cheffkok. Diegene mag bepalen wat er gekookt en gegeten wordt. Ergotherapeut Judy Bakker doet de dag daarvoor boodschappen, indien mogelijk samen met de cliënt. Deze week is dat meneer De Wit (79). Hij kiest ervoor om groentesoep te maken.

Herstellen van beroerte

Meneer de Wit heeft drie weken geleden een beroerte gehad en verblijft sindsdien in Omringlocatie Nicolaas. “Toen mijn vrouw ziek werd, nam ik het koken van haar over. Ze is vijf jaar geleden overleden aan kanker”, zegt hij terwijl hij emotioneel wordt. Zorgmedewerker Linda legt een hand op zijn arm. Mevrouw Hartman, die in dezelfde week ook getroffen is door een beroerte, pinkt ook een traantje weg. “Het is de eerste keer dat ik deel neem, maar het voelt ontzettend goed. Je leert de mensen echt kennen en we delen het verdriet maar lachen ook samen. Heel fijn”, zegt zij.

Na een uurtje staat een grote pan groentesoep op tafel met gesneden stokbroodjes. De soep is heet maar wordt al smaakvol genuttigd. Meneer de Wit krijg complimenten voor zijn goede kookkunsten. “Ik had dan ook een geweldig team”, zegt hij trots.

De kookgroep is onderdeel van de geriatrische revalidatiezorg van Omring. Op de revalidatielocaties Hoorn (Lindendael), Den Helder (Den Koogh) en Lutjebroek (Nicolaas) worden bewoners tijdens hun gehele verblijf gestimuleerd zoveel mogelijk zelf te doen. “Alles is revalidatie; van het zelf koffie en thee zetten/inschenken tot het bed opmaken. Het doel is dat zij dit thuis op een veilige en zelfstandige manier voort kunnen zetten”, aldus ergotherapeut Judy.