

Samenwerking mkb, Zuyd Hogeschool en Sevagram

## Bewoners verpleeghuizen in beweging

**Heerlen | Iedereen die niet het figuur van Doutzen Kroes of Daniel Craig heeft, weet het: zorgen dat je voldoende beweging krijgt, kan een opgave zijn. Voor kwetsbare ouderen in verpleeghuizen bijvoorbeeld is dat probleem nog veel groter. Drie Limburgse partners, Zuyd Hogeschool, zorginstelling Sevagram en Qwiek bv werken aan oplossingen. Van dynamische ruimtes tot levende vloeren.**

**Bewoners van verpleeghuizen bewegen gemiddeld vijf minuten per dag, matig intensief**

Vijf minuten. Naar voorzichtige schattingen is dat de tijd die bewoners van verpleeghuizen gemiddeld bewegen. Onder 'bewegen' verstaan we dan matig intensief bewegen, wat betekent: slenteren is onvoldoende, rennen hoeft niet. Dr. Michel Bloijlevens, projectleider van het zorginnovatieprogramma bewegen bij Sevagram, en onderzoekers dr. Monique Lexis en dr. Susy Braun van Zuyd Hogeschool zijn er duidelijk over: mensen in verpleeghuizen bewegen bijna niet. Terwijl dat toch echt nodig is: voldoende bewegen is noodzakelijk voor de geestelijke en lichamelijke gezondheid. Kwetsbare ouderen blijven er langer zelfstandig door en hun geheugen en stemming zijn beter.

### Verleiden

Tot voor kort was voor er voor die problematiek onvoldoende aandacht, maar dat verandert dus. Sevagram, zegt Michel Bloijlevens, wil graag innoveren. Voor de cliënten – hun behoeften staan centraal. Als zorginstelling kan Sevagram dat niet alleen, vandaar de samenwerking met Zuyd Hogeschool. Sevagram heeft bij de hogeschool een



Bloemen schieten tevoorschijn als je over een levende vloer loopt.

bijzonder lectoraat Zorginnovaties voor Kwetsbare Ouderen ingesteld. Lector dr. Erik van Rossum is nauw betrokken bij de programma's om kwetsbare ouderen meer te laten bewegen. "Een ingewikkeld traject", noemt hij het. Eén van de redenen waarom het ingewikkeld is, ligt in het feit dat het deels om dementerende ouderen gaat. Die moet je als het ware verleiden tot bewegen. Onderzoekers en studenten van Zuyd Hogeschool hebben een methodiek

ontwikkeld om te onderzoeken wat de beweegvoorkeuren van ouderen zijn. Om zo beter aan te sluiten bij de wensen van de cliënten: wat vinden ze prettig om te doen? Deze Methodiek ter Inventarisatie van Betekenisvolle Beweegvoorkeuren van Ouderen, kortweg MIBBO, heeft ook al belangstelling gewekt bij zorgprofessionals elders in het land. Zuyd Hogeschool geeft er workshops over, bijvoorbeeld voor verpleegkundigen.

### Zingend zebrapad

Qwiek bv is een Heerlens bedrijf dat samen met Sevagram en de hogeschool innovatieve producten ontwikkelt die kwetsbare ouderen moet prikkelen tot meer bewegen. Een van die producten is een zingend zebrapad. Het ligt in de gang van een verpleeghuis en als je eroverheen loopt, klinkt bij elke stap een andere toon. Dat is een zintuiglijke beleving die uitnodigt om eens door de gangen van het verpleeghuis te lopen, is de gedachte. Zo'n zingend zebrapad kost niet meteen goud geld: 1299 euro. Chris Rameckers van Qwiek: "We ontwikkelden zo'n product samen met Sevagram en de hogeschool. Tijdens het ontwikkeltraject roken je niet uurlijk factuur, maar op een gegeven moment moet je natuurlijk wel geld gaan verdienen. Die 1299 euro is een commerciële prijs."

### Fysiotherapie en elektrotechniek

De ontwikkeling van commerciële producten is uiteraard niet de eerste zorg van een hogeschool, maar toch is de samenwerking met Sevagram en Qwiek wel degelijk belangrijk voor het hoger onderwijs. Op de eerste plaats: Zuyd Hogeschool wil een rol spelen in de economische ontwikkeling van de regio en samenwerking met regionale bedrijven en instellingen past daarin. "Vorder", zegt Susy Braun, "leren onze studenten door dit soort trajecten interdisciplinair werken. Ze leren over de grenzen van hun vakgebied heen te kijken." En dat is nodig als je innovatief wil zijn – of je nou fysiotherapie, ergotherapie, verpleegkunde of elektrotechniek studeert. "De ervaringen die we opdoen in dit soort projecten brengen we ook weer terug naar het onderwijs", zegt Monique Lexis. Zo, denken beide onderzoeksters, ontstaat als het ware een soort kenniscirculatie. Met dat doel is ook een Expertisecentrum voor Innovatieve Zorg en Technologie opgericht waarin onderwijsinstellingen, zorgorganisaties en bedrijven in de regio hun krachten bundelen.

Tekst: Jules Coenegracht

Fotografie: Klaus Tummers



Dr. Susy Braun (links) en dr. Monique Lexis van Zuyd Hogeschool spelen een partijtje virtueel voetbal.