



Daniëlle Delahaye
31 jaar



“Ik probeer altijd iets van het moment te maken!”

Daniëlle werkt als vrijwilliger in Ekelhof, een verpleeghuis voor demente bejaarden. Wekelijks helpt ze met ‘bewegen aan tafel’: een activiteit om de bewoners een beetje in beweging te houden. “In het begin vond ik het hier eerlijk gezegd wel een beetje deprimerend, maar nu zie ik dat anders. Elke week heb ik zin om naar mijn werk te gaan en om lol te maken met ‘mijn oudjes’. Ik geniet ervan als ze een fijn moment hebben.”

“Na de Pabo ben ik als basisschool-juf gaan werken. Het lesgeven deed ik graag, maar er komt heel veel kijken buiten het lesgeven. Dat ging me na verloop van tijd tegenstaan. Op het moment liggen de banen in het onderwijs niet voor het oprapen. Zolang ik nog geen leuke betaalde baan heb gevonden, doe ik vrijwilligerswerk. Zo maak ik me nuttig en ontdek ik wat ik leuk vind om te doen. Want misschien wil ik wel helemaal iets anders gaan doen...”

Logische keus

Het was eigenlijk heel logisch om bij Archipel te gaan werken. In het verleden ben ik namelijk jarenlang met veel plezier alfahulp geweest. Ik wilde wel weer opnieuw iets met ouderen doen. Met demente ouderen had ik trouwens helemaal geen ervaring. Dat was in het begin wel even wennen en zoeken naar de juiste houding. Gelukkig kon ik veel leren van de mensen die hier al langer werken.

In beweging blijven

Aan ‘bewegen aan tafel’ doen meestal zo’n acht bewoners mee. We doen allerlei simpele oefeningen om ze te activeren. Dat is belangrijk. Deze mensen

zitten vaak de hele dag binnen en bewegen heel weinig. Door de bewegingsoefeningen die ze aan tafel doen, blijft hun lijf een beetje in beweging.

Stram

In het begin verbaasde ik me er trouwens wel over hoe weinig deze bewoners nog kunnen. Ik dacht dat we wel oefeningen zouden kunnen doen die ik als juf met de kleuters deed. Als we het iets rustiger aan zouden doen, moest dat toch lukken...? Nou, mooi niet. Veel bewoners zijn heel stram en vinden het al moeilijk om hun arm in de lucht te steken. Ook al zijn de oefeningen heel eenvoudig, je merkt dat de bewoners er echt baat bij hebben.

Fijn moment

Hoe langer ik hier werk, hoe meer lol ik erin krijg! In het begin vond ik het allemaal wel een beetje triest, maar dat is nu helemaal niet meer. Het is fijn om te merken dat ik mensen wat afleiding kan bezorgen. Ik geniet ervan als ik bijvoorbeeld in hun blik zie dat ze het naar hun zin hebben of als ik ze zie lachen. Dan ga ik met een extra voldaan gevoel naar huis!”