



Grijs geeft kleur aan het leven



CRETIEN VAN CAMPEN

Als je het gros van de Nederlanders mag geloven, leiden ouderen een grijs bestaan. Onderzoek wees uit dat men denkt dat depressie en vereenzaming bij ouderen veel vaker voorkomen dan feitelijk het geval is. Het sociale netwerk, de gezonde leefstijl en de seksuele activiteit van ouderen onderschat men daarentegen. Met name het leven van ouderen in verzorgings- en verpleeghuizen heeft een slechte reputatie. Het beeld is dat de bewoners hun dagen slijten achter de spreekwoordelijke geraniums bij het raam, turend in de mistige verte van een lege straat.

De beelden die over ouderen bestaan, zijn geschilderd in grijze tot diepzwarte tinten. Grijs is meer dan een haarkleur het symbool voor de groep van 2,5 miljoen personen van 65 jaar en ouder in Nederland. De symbolische kleur grijs staat voor saai en 'niets meer te beleven'. Daar helpt geen kleurspoeling aan.

Bij deze 'grijze' mensen zit de kleur echter niet van buiten maar van binnen. Zo ontdekte de Stichting Humanitas toen ze in haar verzorgingshuizen herinneringsmusea inrichtte met voorwerpen waar de jongeren van vandaag geen weet van hebben. Daar vind je oranje meubilair uit de jaren zeventig, fietsplaatjes en distributiekaarten uit de oorlog, benzinedistributiebonnen uit de oliecrisis, een oude Solex, Tomado-apparatuur, vimbussen en nog veel meer.

De herinneringsmusea zijn een groot succes. Niet alleen komen de bewoners vaker uit hun appartementen, ze halen ook vaker samen herinneringen op en maken zelfs indruk op hun kleinkinderen die niet weten hoe bijvoorbeeld een oude radio werkt. Gestimuleerd door de sfeerbepalende kleuren van weleer, zoals de bonte tinten van een Perzisch tafelkleedje en het mahoniebruin van een groot radiotoestel, gaan de bewoners in geuren en

kleuren over vroeger vertellen (zie foto). Ze halen plezierige herinneringen op aan vroeger, maken er levensverhalen van en genieten meer van hun heden en rijke verleden.

Afgedankte voorwerpen zoals een radiotoestel blijken dus in staat het welbevinden van de ouderen te verhogen: ze zijn minder vaak eenzaam en neerslachtig, praten vaker met anderen, krijgen respect van de jongeren, ontlenen eigenwaarde aan hun verhalen en doen meer mee in het sociale leven.



Foto van kamer in het herinneringsmuseum Humanitas-Akropolis in Rotterdam

Naast de herinneringsmusea zijn er meer creatieve ontwerpen en projecten. De Verhalen-tafel is een artistiek ontworpen meubel waar zo'n zes personen aan kunnen zitten. Met twee knoppen kan men via ingebouwde schermen korte beeld- en geluidsfragmenten zien. Het materiaal bestaat uit oude liedjes met veel ruis, korrelige Polygoonjournaals en korte filmpjes uit het alledaagse leven. Een muzikaal voorbeeld zijn de Faria-clowns die psychogeriatrische afdelingen van verpleeghuizen bezoeken en verkleed – met rode fop-neuzen en al – liedjes van vroeger zingen met mensen met dementie. Ook in therapieën zoals 'Op zoek naar zin' blijken geuren en foto's ouderen met depressieve klachten te helpen plezierige herinneringen in detail op te halen en hun kijk op het leven meer kleur te geven.

Deze door kunstenaars, musici en creatieve hulpverleners bedachte projecten met geuren, muziek en foto's laten zien dat men ouderen in instellingen met eenvoudige zintuiglijke prikkels gelukkiger kan maken. Daar zijn geen ingewikkelde gespreksgroepen of -therapieën voor nodig, die overigens vooral de verbaal begaafde en vaker hoogopgeleide ouderen bedienen. Met zintuiglijke prikkels zoals oude ingekleurde zwart-wit foto's, het krakende geluid van een mahoniehouten radio of de geur van een petroleumlamp kan ook de groep ouderen met beginnende tot ernstige cognitieve beperkingen meedoen. Wie langs een grijs betonnen verzorgingsflat komt en meewarig de daar voortschuifende mensen met grijs haar beziet, zou eens dichterbij moeten gaan kijken. Ga eens op bezoek bij een familielid, kennis of buurtbewoner in een verzorgings- of verpleeghuis en ontdek dat wat grijs lijkt van een afstand, van dichtbij verrassend kleurige verhalen en karakters bevat.

LITERATUUR

- Campen, C. van (2010). *Gekleurd verleden. Verhalen over het geheugen van de zintuigen*. Utrecht: Uitgeverij Zien.
- Thomése, F. en A. Bergsma (2008). Van oude mensen en de dingen die nog komen? *Geron*, jg. 10, nr. 3, p. 60-63.
- Westerhof, G. en E. Bohlmeijer (2010). *Psychologie van de levenskunst*. Amsterdam: Boom.

WEBSITES

Herinneringsmusea

http://www.humanitas.nu/index.php?page_id=204

Op zoek naar zin

<http://www.trimbos.nl/nieuws/trimbos-nieuws/op-zoek-naar-zin>

Verhalentafel

<http://www.verhalentafel.nl/html/home.html>

Faria-clowns

<http://www.maakhetmogelijk.nl>

OVER DE AUTEUR

Dr. C. (Cretien) van Campen is projectleider ouderen bij het Sociaal en Cultureel Planbureau en doet onderzoek naar kwetsbare ouderen en kwaliteit van leven. De bijdrage aan deze bundel is mede gebaseerd op zijn onlangs verschenen boek *Gekleurd verleden. Verhalen over het geheugen van de zintuigen* (Uitgeverij Zien, 2010). Dit voorjaar verschijnt onder zijn redactie een rapport over kwetsbare ouderen in Nederland.