

HOE LOS JIJ DAT OP?

Eén van de cliënten op mijn groep moet op zijn gewicht letten. Ik vind het nogal wat om al het lekkers achter slot en grendel te zetten. Want daarmee benadeel ik ook de andere cliënten. Hoe gaan we hiermee om?

Anoniem, naam bekend bij de redactie

'Ik vind het belangrijk om waar mogelijk de regie bij de cliënt te laten. Dus geen zoetigheid achter slot en grendel, maar proberen om eetkeuzes te begeleiden.

Bij de lunch bieden wij bijvoorbeeld zoveel mogelijk gezonde alternatieven voor op brood. Daar maken de cliënten hun keuze uit. Zo leren wij ze in mogelijkheden te denken en niet in beperkingen. Ik denk dat je met zo'n positieve benadering het verst komt.'

*Rosanne Stockmann,
teamleider*

'Op onze groep speelt precies dit dilemma. Wij hebben ervoor gekozen om één lijn te trekken. Dat werkt voor LVB-clieñten van 18 tot 35 jaar het allerbeste. Als groep zijn wij aan de slag gegaan met een gezonde leefstijl. We kopen geen ongezonde dingen meer en bewegen veel samen. Bovendien geven we cliënten iedere week de keuze uit 21 menu's. Het zijn allemaal gezonde maaltijden die ze superlekker vinden. Zo hebben ze toch zelf de regie.'

*Aykut Sahin,
leerling persoonlijk begeleider*

'Op mijn vorige groep begeleidde ik een cliënt met morbide obesitas. Met het team besloten we om alle kasten met frisdrank, chips en snoep op slot te doen.

De andere cliënten wisten dat zij altijd de sleutel mochten vragen om zelf iets lekkers te pakken. In het begin leverde dat wat gemopper op, maar iedereen was er snel aan gewend. Uiteindelijk heeft onze aanpak wel effect gehad. De cliënt met obesitas zit nu bijna op een gezond gewicht. Ook de rest van de groep is afgevallen en gezonder geworden.'

*Bas Meijst,
teamleider*

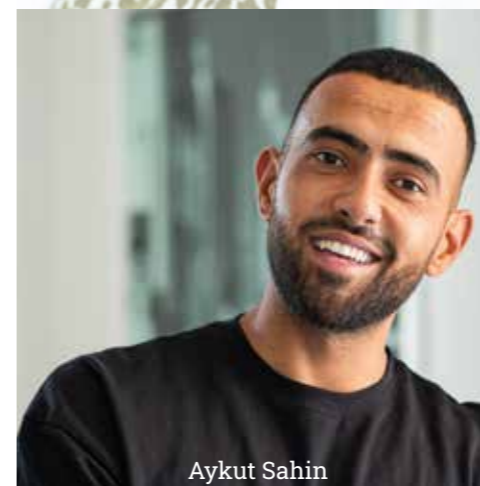
'Ik ben er geen voorstander van om cliënten de toegang tot lekkers te ontzeggen. Je beperkt de vrijheid van de cliënten en ontnemt ze een stukje medezeggenschap. Dat strookt niet helemaal met de visie van ASVZ. Natuurlijk snap ik dat het niet altijd te voorkomen is. Het hangt ook af van het niveau van de bewoners. Maar vaak kun je het ook op een creatieve manier oplossen. Leg de chips bijvoorbeeld op een andere plek die bewoners niet weten. En dan deel je het uit als de betreffende cliënt op z'n kamer is of buitenshuis.'

*Juliette Vleggaard,
persoonlijk begeleider*

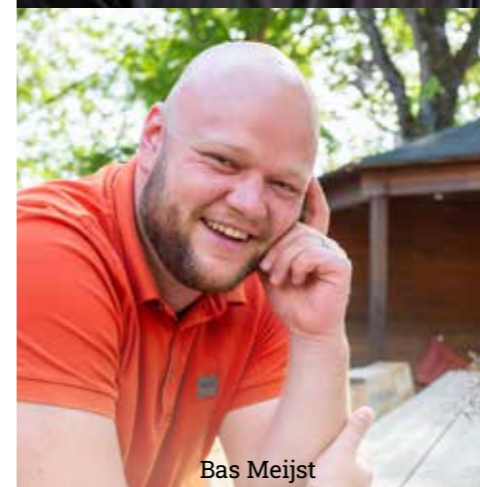
➔ **Oproep** Heb jij ook een vraag over een zorgkwestie en wil je advies van collega's? Stuur je vraag naar communicatie@asvz.nl



Rosanne Stockmann



Aykut Sahin



Bas Meijst



Juliette Vleggaard

'MAAK SAMEN MET DE CLIËNT GEZONDE KEUZES'

Voorbeeldgedrag is belangrijk

'Het besluit om alle ongezonde voeding weg te leggen, is niet zomaar goed of fout. Daar gaan veel vragen aan vooraf. Wat is het niveau van de cliënten? Begrijpen cliënten de maatregel? En wat is het perspectief van de betreffende cliënt met overgewicht? Of welk ernstig nadeel wil je voorkomen? Iets dat niet meer mag, heeft juist een grote aantrekkingskracht. Dat geldt zeker voor eten en drinken. Het werkt daarom vaak beter als begeleiders samen met de cliënt gezonde keuzes maken.

Lukt dat niet, dan is mijn advies om te kijken wat er wel mogelijk is en wat de groep aankan. Werkt het bijvoorbeeld als de andere cliënten altijd om de sleutel kunnen vragen? Of als de koelkast wel open is waar ze vrij uit mogen pakken? Als je ongezonde dingen wegstopt, ben je er vaak nog niet. Voor gewichtsverlies is ook beweging en een goed dagritme van belang. Dat vraagt veel inzet van de begeleiders op de groep.

Daarom probeer ik voor een dergelijke situatie altijd een multidisciplinair beleid uit te zetten. Samen met de teamleider, de diëtist en de AVG kijk ik wat de beste oplossing is. Je moet dit echt met elkaar aanpakken, anders heeft het weinig zin. Want ook al regel je het op de woning goed, cliënten gaan naar de dagbesteding of naar huis. Ook daar moet je het gesprek over gezond eten aangaan. Zeker omdat goed voorbeeldgedrag van familie en begeleiders voor cliënten vaak het allerbeste werkt.'

*Christel Roubos,
orthopedagoog*