Werkdruk op Riethorst weggekneed

Van onze verslaggeefster

GEERTRUIDENBERG – De kranten staan er bol van, het nieuws puilt ervan uit: de immense werkdruk in de zorgsector. Altijd stress, altijd haast. Druk, druk, druk. De leiding van de verpleeg- en verzorgingshuizen van de Riethorst kon het niet meer aanzien en regelde een ontspannende massage voor de medewerkers.

• *'We zouden dit elke dag moeten hebben'.* FOTO JOHAN VAN GURP

En zo is het donderdag in de wintertuin van verpleeghuis De Riethorst in Geertruidenberg weldadig stil. In vijf opmerkelijke massagestoelen hurken Riethorst-medewerkers ontspannen voorover. Het hoofd gevleid in een zachte ring, de neus in het midden, de ogen gericht op de grond.
Achter hen doen de masseurs hun werk. Ze duwen links en rechts van de ruggengraat de stijfheid weg, kneden de stress uit de schouders, de werkdruk uit de nek. Amper twintig minuutjes later zijn ze aan de slag. De medewerkers voelen het verschil. „Ik ben weer zo fris als een hoentje", roept er één.

Energiebanen

De massagemethode is de zogenaamde Touchpro, vertelt de Oosterhoutse masseuse Diana Brouwer. Volgens het principe van de acupressuur, voegt ze eraan toe. „Er zijn gelijkenissen met de acupunctuur. Ook wij richten ons op de energiebanen, stimuleren die."
Activiteitenbegeleidster Cora van der Veer is na de massage „compleet ontspannen". Ze legt uit: „De eerste vijf minuten was het onwennig. Je stapt recht uit de werksituatie in die stoel. Je voelt je wat schuldig, want zo'n massage tussen het werk door, het voelt een beetje als tijdverspilling. Ik heb het hartstikke druk. Maar als compensatie heb ik vanochtend geen koffie gedronken."
De stress vloeide na vijf minuten weg, vertelt ze. „Alles werd zwaar, mijn hele lichaam. Ik werd heel rustig." Een rust die energie geeft, vertelt ze en blikt op haar horloge. „Aan de slag", springt ze op. „Er staat iemand op me te wachten."
Een groepje verpleegkundigen kijkt lachend toe. Eén van hen is ontspannen: „Ik ben al geweest", roept ze en wijst naar haar collega's: „Zij moeten nog." Wat ze van de massage vond? „We zouden dit elke dag moeten hebben."
Uit één van de stoelen heft een hoofd zich op. Frank Staal, directeur van de Riethorst. Slaperig zegt hij: „Ik dacht: ik kan zelf ook wel een massage gebruiken."

Dag van de Verpleging

Hij vertelt wat over de achtergrond van deze actie. „Zaterdag houden wij hier de Dag van de Verpleging. In dat kader vonden we het aardig alvast wat te organiseren om de werkdruk te verlichten. Het werd een werkmassage. Zo'n honderd medewerkers hebben zich ervoor ingeschreven." Niet alleen van het verpleeghuis in Geertruidenberg, maar ook van Prins Maurits en van de Riethorst in Waspik.
Hoe hij zichzelf voelt na de massage. „Heerlijk", zegt hij en draait met zijn schouders: „Ik kwam helemaal los van mezelf. Ik kan er nu weer tegenaan."