Intimiteit & Seksualiteit

voor en door bewoners

WOONZORGNET-DIJLELAND

voor mekaar

Herman de Coninck

Vroeger hield ik alleen van je ogen.
Nu ook van de kraaiepootjes ernaast.
Zoals er in een oud woord als meedogen
meer gaat dan in een nieuw.

Vroeger was er alleen haast
om te hebben wat je had, elke keer weer.
Vroeger was er alleen maar nu. Nu is er ook toen.
Er is meer om van te houden.
Er zijn meer manieren om dat te doen.

Zelfs niets doen is er daar één van.
Gewoon bij mekaar zitten met een boek.
Of niet bij mekaar, in 't cafè om de hoek.

Of mekaar een paar dagen niet zien
en mekaar missen.
Maar altijd mekaar,
nu toch al bijna zeven jaar...

Beelden: pxhere.com - Publiek Domein

INTIMITEIT EN SEKSUALITEIT IN HET WOONZORGCENTRUM

Genieten van intimiteit, tederheid en seksualiteit zijn al lange tijd geen taboe meer. Nochtans lijkt dit enkel zo te zijn voor wie jong is. Want over seksualiteit bij ouderen heerst nog steeds een angstvallige stilte. Toch is het een normale basisbehoefte die deel is van het leven en is het zelfs een basisrecht. En dat geldt ook voor wie op leeftijd is.

Wonen in één van de vier huizen van Woonzorgnet-Dijleland betekent niet dat jouw seksualiteitsbeleving moet stoppen. Wij geloven er sterk in dat relaties, intimiteit en seksualiteit losstaan van leeftijd en de plaats waar je woont. We vinden het belangrijk dat er ook hier de nodige ruimte is voor liefde, tederheid en intieme gevoelens. Dat je hier zonder vooroordelen en zonder franjes, autonoom je eigen seksualiteit kan beleven. We willen hiertoe een open en positieve cultuur creëren.

Woonzorgnet-Dijleland voert een positief beleid rond 'intimiteit en seksualiteit', wat moet leiden tot een klimaat met mogelijkheden. Anderzijds bieden we een beschermend kader met aandacht voor respect, kwetsbaarheid en grenzen.

INTIMITEIT OF SEKSUALITEIT ?

Intimiteit is het ervaren van genegenheid, verbondenheid en nabijheid. Je gedachten en gevoelens delen met een ander. Het gaat over een betekenisvol en zingevend contact: ongestoord samen tijd kunnen doorbrengen, een goed gesprek voeren of samen zijn in stilte. Een zo gemeende knuffel, een arm om je heen, een hand voelen, een complimentje geven of krijgen.

Seksualiteit is het meer lichamelijk beleven van zichzelf of elkaar zoals vrijen, erotiek, seksueel plezier en bevrediging.

Intimiteit en seksualiteit zijn een normaal onderdeel van het leven en kunnen bijdragen aan het persoonlijk welbevinden.

Het is niet omdat je tachtig of negentig wordt,
dat je verlangen naar intimiteit en seksualiteit stopt.
Gevoelens en verlangens veranderen doorheen het leven.
Met de leeftijd verandert de seksbeleving.
Intimiteit krijgt vaker een ruimere plaats.
Toch blijven ook mensen tot op hoge leeftijd seksueel actief.

WIST JE DAT ?

Bijna 90% van de mannen seksueel actief is tussen de 55 en de 70 jaar en dat ook geldt voor 65% van de vrouwen?

Bij ouderen boven de 70 jaar de frequentie van het seksuele verkeer afneemt, maar vervangen wordt door aanraken en strelen?

De mentale ervaring intenser wordt, wanneer de fysieke beleving moeilijker wordt?

RUIMTE CREËREN VOOR INTIMITEIT EN SEKSUALITEIT

Jouw kamer is jouw thuis. Hier heb je alle vrijheid om te wonen en te leven zoals jij dit wenst. Medewerkers respecteren jouw privacy. Of je nu al of niet een partner hebt, we houden rekening met een mogelijk eigen of intiem moment. Maak gerust gebruik van de deurkaartjes 'niet storen'. Woon je als koppel op één kamer en willen jullie de bedden naast elkaar, dan zoeken we samen naar een comfortabele oplossing.

Durf te vragen. Wens je graag hulpmiddelen zoals medicatie (op voorschrift van de arts zoals Viagra), een vibrator of glijmiddel, geef dan gerust een seintje aan de medewerkers. Zij helpen je in alle discretie graag verder. Masturbatie is niets ongewoons, actief hulp bieden bij individuele beleving van seksualiteit doen we echter niet.

Bezorgdheden zijn altijd bespreekbaar. Een nieuwe omgeving, medicatie, verdriet, fysische klachten of incontinentie kunnen de seksuele beleving in de weg staan. Praat erover met je arts of een medewerker. Wij werken regelmatig samen met 'Aditi vzw' (www.aditivzw.be). Zij geven je graag advies, informatie en ondersteuning bij de zoektocht naar seksuele dienstverlening en jouw intimiteitsbeleving.

Je kan rekenen op discretie, ook ten opzichte van familie. Medewerkers respecteren jouw privacy en autonomie en delen in geen geval informatie over de seksualiteitsbeleving van bewoners met derden. Enkel bij wilsonbekwaamheid kunnen medewerkers zich (indien nodig) richten tot je familie of vertegenwoordiger.

INTIMITEIT IN DE ZORG

Ook tijdens zorgmomenten hebben medewerkers respect voor intimiteit en lichamelijkheid. Soms laten bewoners zich niet graag wassen en voelen ze schaamte. Medewerkers stellen dan voor om de intieme zorgzone zelf te wassen. Respect voor de kwetsbaarheid, de privacy en de waardigheid van de persoon is hierbij erg belangrijk.

SEKSUALITEIT BIJ ZIEKTE

Ook bij ziekte verdwijnt de behoefte aan seksualiteit niet zomaar. De seksuele relatie en hoe deze beleefd wordt, kan wel veranderen. Zowel bij de persoon zelf, als bij de partner. Intimiteit en seksualiteit krijgen hier bijzondere aandacht en ondersteuning.

Sommige ziekten, bijvoorbeeld dementie, kunnen gepaard gaan met emotionele afvlakking, moeilijkheden om gevoelens te uiten en eenzaamheid. Medewerkers engageren zich om dit bespreekbaar te maken zodat de relatie indien gewenst en ondanks de ziekte kan worden verdergezet, in het belang van de bewoner én de partner.

AANDACHT VOOR DE PARTNER

Verhuizen naar een woonzorgcentrum heeft invloed op een relatie. We bekijken graag samen wat ieders noden en verwachtingen zijn en hoe gewoontes uit de thuissituatie ook verdergezet kunnen worden in het woonzorgcentrum. We hebben daarom niet alleen oog voor de bewoner maar ook voor de partner.

LIEFDE IN DIVERSITEIT

Binnen Woonzorgnet-Dijleland is respect voor de persoon een kernwaarde. Respect geeft ruimte tot leven, zowel voor medewerkers als voor bewoners. Iedereen is anders en iedereen beschikt over andere kwaliteiten en talenten.

Er zijn duizend en één eigenschappen waardoor mensen van elkaar verschillen: huidskleur, etnische en sociale afkomst, muzieksmaak of kledingstijl, geslacht, geaardheid, taal en cultuur, leeftijd. Het is onze taak om een warme en open thuis te bieden aan iedereen, bewoners, medewerkers en alle betrokkenen. Woonzorgnet-Dijleland wil een plaats zijn vrij van waardeoordelen waar iedereen steeds zichzelf kan zijn.

SEKSUEEL GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG

“Seksueel grensoverschrijdend gedrag” is elke vorm van seksueel georiënteerd gedrag, verbaal of non-verbaal, bewust of onbewust, geuit door medewerkers, bewoners, familieleden of derden, dat ervaren wordt als negatief en ongewenst of gedwongen. Woonzorgnet-Dijleland neemt elke vraag of bezorgdheid omtrent grensoverschrijdend gedrag ernstig.

Heb je een ervaring met seksueel grensoverschrijdend gedrag of heb je er een vermoeden van? Blijf er niet mee zitten en praat er zo snel mogelijk over met een medewerker zodat oplossingen gezocht kunnen worden.

VRAGEN OVER INTIMITEIT OF SEKSUALITEIT ?

Weet dat je altijd terecht kan bij een medewerker van het team. Medewerkers bieden je steeds een luisterend oor en helpen je graag verder. Daarnaast kan je beroep doen op de psychologen en de ouderenpsychiater verbonden aan Woonzorgnet-Dijleland of het huis.

WOONZORGNET-DIJLELAND

© 2025 Woonzorgnet-Dijleland VZW
Wingerdstraat 14 3000 Leuven • 016 28 47 90
www.wznd.be • info@wznd.be