

Samen



December 2023 / nummer 18



Gewoon leven

ZorgSpectrum

samen meer mogelijk

HELPEDE PLUS BIJ BRINKHOEF IN VIJFHEERENLANDEN



Wij, bij ZorgSpectrum, zetten ons elke dag met liefde en aandacht in voor mensen met één of meerdere (chronische) aandoeningen. Dat doen we samen met een grote groep hechte collega's. Heb jij ook een groot zorghart? Lees dan verder.

Voor onze nieuwe woonzorglocatie Brinkhoef in het gezellige dorp Hoef en Haag hebben we een mooie kans voor een Helpende Plus. Bezit je al een diploma of ben je bereid om jezelf verder te ontwikkelen door de Plus module te volgen? Dan zien we graag jouw reactie tegemoet.

Wat houdt het in?

Als Helpende Plus bij Brinkhoef maak je deel uit van het zorgteam en ben je van onschatbare waarde voor de bewoners. Je zorgt ervoor dat zij elke dag een fijne dag beleven door niet alleen bezig te zijn met persoonlijke verzorging, maar ook met medicatieverstrekking, medische handelingen en het creëren van een gezellige woonomgeving.

Wat maakt Brinkhoef bijzonder?

Brinkhoef bevindt zich in een gloednieuw pand in het gezellige Hoef en Haag. Je gaat dus samen met je collega's de zorg op deze nieuwe locatie vormgeven, waardoor er volop ruimte is voor jouw ideeën. En je mag doen wat je het liefste doet en dat is zorg en aandacht geven aan de bewoners, want bij ZorgSpectrum staat toewijding, respect en persoonlijke aandacht centraal. Elk mens is voor ons bijzonder en we vinden het fijn om met liefde en zorg voor hen klaar te staan. Dit geldt voor alles wat te doen, en zo ook op Brinkhoef. En zorgen doen we samen, samen met een hecht team van collega's en in samenwerking met familie, naasten en de buurt.

Wat ga je doen?

Met jouw collega's zorg je ervoor dat elke dag speciaal is voor de bewoners. Door tijd met hen door te brengen en regelmatig met hun familie te praten, leer je hen goed kennen. Deze waardevolle informatie verwerk je in digitale dossiers, die als leidraad dienen voor je werk. Zo zorg je voor afgestemde zorgplannen en vlotte overdrachten aan je collega's.

Wie zoeken we?

We zoeken mensen met een groot zorghart, die met liefde en toewijding klaarstaan voor bewoners en hen een fijne dag willen bezorgen. Je vindt het leuk om te ontdekken wat nodig is om bewoners, ondanks hun ziekte, zo zelfstandig mogelijk te laten leven. We waarderen jouw eigen manier van aanpak en willen ook dat jij straalt.

Wat biedt deze baan jou?

- De mogelijkheid om liefde en zorg te geven aan dankbare mensen.
- Kansen op persoonlijke ontwikkeling.
- Een unieke werkomgeving waar persoonlijke aandacht centraal staat.
- Samenwerken in een hecht team met betrokken collega's.
- Een moderne werkomgeving.
- Goede salaris- en arbeidsvoorwaarden.

Zie jij jezelf al rondlopen op Brinkhoef?

Ga naar www.werkenbijzorgspectrum.nl en bekijk de volledige vacature.

Heb je vragen over de sollicitatieprocedure?

Neem dan contact op met onze recruiters via werving@zorgspectrum.nl.

Voorwoord

Van zorg naar gewoon leven



Samen
ZorgSpectrum magazine
December 2023 / nummer 18

(Eind)redactie:
Regina Falck
Suzanne van Leeuwen
Hugo Loomeyer
Lisette Oudhof

Vormgeving:
Enchilada
Drukwerk:
Koninklijke Van der Most
Fotografie:
Liesbeth Dinnissen fotografie
ZorgSpectrum

ZorgSpectrum
Nieuwegein / Houten / Vianen / Utrecht
Postbus 1175
3430 BD Nieuwegein
T: 030 - 5113000
E: communicatie@zorgspectrum.nl

Afdeling Klantadvies
T: 030 - 5113000
E: klantadvies@zorgspectrum.nl

www.zorgspectrum.nl

Beste lezer,

Wat is voor u belangrijk? Hoe wilt u uw leven leiden? Wanneer u afhankelijk bent van de ondersteuning van anderen, zou niet uw hulpvraag centraal moeten staan, maar de kwaliteit van uw leven. Het gaat erom dat we hulpvragen breder bekijken dan alleen vanuit het perspectief van de zorg. Dat is noodzakelijk én wenselijk. Met het groeiend aantal kwetsbare ouderen en tegelijkertijd minder zorgprofessionals, kan niet alles meer door de (professionele) zorg opgelost worden. En zeker zo belangrijk: niet elke hulpvraag is een zorgvraag. Een meer holistische benadering betekent dat u meer regie kunt houden over uw eigen leven. U bepaalt immers zelf wat voor u van waarde is en hoe uw leven eruit ziet. Een toekomst waarin iedereen passende zorg krijgt, kan alleen als we als gehele maatschappij deze beweging van zorg naar gewoon leven maken.

ZorgSpectrum is aangesloten bij een coalitie van zorgaanbieders en zorgkantoor Zilveren Kruis om een landelijke versnelling te maken van initiatieven die bijdragen aan 'van zorg naar gewoon leven'. Het doel is om stap voor stap thuis wonen en leven leidend te maken. Door goede voorbeelden met elkaar te delen en door domeinoverstijgend naar vraagstukken te kijken.

In deze Samen kunt u lezen wat ZorgSpectrum hiervoor doet. Zo zetten we in op 'reablement' om zelfredzaamheid en regie op uw eigen leven te stimuleren en maken we het met Vertrouwd thuis mogelijk om thuis te blijven wonen met een uitgebreide zorgvraag. De 87-jarige Aloys krijgt bijvoorbeeld ondersteuning van het team van Vertrouwd thuis. Het gaat in zijn verhaal echter niet over de zorg die hij nodig heeft, maar gewoon over zijn leven.

Verder leest u in deze editie van het magazine onder meer over de werkdag van wijkverpleegkundige Rianne, over de ervaringen van Tine de Haas op de dagbehandeling en vertellen Filipijnse collega's Eros en Grace hoe het is om bij ZorgSpectrum te werken.

Ik wens u veel leesplezier!

Margot Gerrits
Directeur Bij u thuis



Nieuwe Locatie

Brinkhoef

De bouw van het nieuwe woonzorgcomplex Brinkhoef in het dorp Hoef en Haag (Vijfheerenlanden) gaat gestaag door. Naar verwachting wordt het gebouw in mei 2024 opgeleverd en kunnen daarna de eerste bewoners inhuizen.

Bij de keuze van kleurstelling, verlichting en herkenbaarheid van de ruimtes is rekening gehouden met mensen met dementie.



Op het bouwterrein aan de Hagesteinsestraat komen 48 zorgappartementen voor cliënten van ZorgSpectrum en 23 appartementen voor huurders van LEKSTEDewonen. De bouw verloopt volgens plan. In juni van dit jaar werd de eerste steen gelegd en in november bereikte aannemersbedrijf Reinbouw het hoogste punt.

De naam 'Brinkhoef'

Bij de eerstesteenlegging werden omwonenden uitgenodigd om mee te denken over een naam voor het woonzorgcomplex. Uit zo'n 50 inzendingen werd de naam 'Brinkhoef' van buurtbewoonster Astrid Brouwer als winnaar gekozen. Zij bedacht de naam vanuit de samenvoeging van de woorden 'Brink' (het gebouw ligt aan de brink) en 'Hoef' vanuit de dorpsnaam Hoef en Haag.

Wonen voor mensen met dementie

De zorgappartementen worden toegekend aan mensen met dementie met een indicatie volgens de Wet langdurige zorg.

Er zijn 48 appartementen verdeeld over drie woonlagen. Elke verdieping bestaat uit twee vleugels met elk acht appartementen. Deze liggen aan een zeer brede 'brink' waarin elkaar ontmoeten een belangrijke plaats inneemt. Met behulp van zorgtechnologie bieden we elke bewoner de maximale bewegingsvrijheid door de locatie. We noemen dit 'leefcirkels'.

Sfeer, kleuren en materialen

De gemeenschappelijke woonkamers verschillen in afwerking en sfeer om tegemoet te komen aan de persoonlijke voorkeuren van de bewoners. Bij de inrichting is rekening gehouden met de wijze waarop mensen met dementie hun omgeving beleven. Dit komt onder meer tot uiting in de kleurstelling, de verlichting en in de herkenbaarheid van de ruimtes. De woonlagen verschillen in afwerking en sfeer. Deze is gebaseerd op de omgeving waarin Brinkhoef is gevestigd. Dit betekent dat natuur, water en lucht belangrijke elementen zijn die u terugziet in kleuren en materialen.



De omgeving nodigen we graag uit Brinkhoef en haar bewoners te betrekken in het dagelijks leven.

Visie op wonen en betrokkenheid van de mantelzorger, samenleving en vrijwilligers

Participatie is een belangrijk uitgangspunt bij ZorgSpectrum. Zo ook voor de bewoners van Brinkhoef. Vanwege de plek van het gebouw in het hart van het centrum van Hoef en Haag, zullen we ook buurtbewoners en de lokale winkeliers uitnodigen om Brinkhoef en haar bewoners te betrekken in het dagelijks leven. Zo kan een familielid bijvoorbeeld samen met de cliënt naar de kapper in de buurt gaan, kunnen zij samen boodschappen doen, of kan een lokale vereniging een gezellige activiteit in de woonkamer organiseren. Mantelzorgers kunnen vanzelfsprekend de taken blijven doen die zij fijn vinden in de zorg of ondersteuning voor hun naaste of wellicht voor de groep. Bijvoorbeeld door de was te blijven doen, door met elkaar te koken op de groep of door een wandeling te maken met bewoners. Bij het bespreken van de wensen rondom zorg, bespreken we ook waar familie en netwerk een bijdrage kan blijven leveren. Ook de onmogelijkheden worden besproken. Wanneer familie of netwerk geen rol heeft in het leven van een cliënt, of er bijvoorbeeld geen familie in buurt woont, dan is het belangrijk om hierover met elkaar in gesprek te gaan. De inzet van een vrijwilliger kan dan een fijne aanvulling zijn op de formele zorg. We vinden het daarom belangrijk ook de buurt te kennen én dat de buurt Brinkhoef en haar bewoners kent.

Meer informatie over wonen en leven in Brinkhoef?

- Kijk op de website www.zorgspectrum.nl en kies bij Locaties voor Brinkhoef.
- Bel een van onze klantadviseurs voor persoonlijk advies 030-5113000.

Werken bij Brinkhoef

Het bieden van een fijne woonomgeving voor bewoners kan alleen als er ook een toegewijd team van collega's werkzaam is. Collega's die met elkaar het verschil maken en waardevolle zorg en ondersteuning bieden. Een team dat graag een persoonlijke band opbouwt met de bewoners, hun naasten, maar ook met elkaar.

Meer informatie over werken in Brinkhoef?

- Kijk op de website www.werkenbijzorgspectrum.nl
- Neem contact op met onze recruiters via werving@zorgspectrum.nl
- Houd onze sociale media kanalen in de gaten voor de wervingscampagne die eind december/begin januari start

 www.facebook.com/ZorgSpectrum

 [@werkenbijzorgspectrum](https://www.instagram.com/werkenbijzorgspectrum)

Gastcolumn



De gastcolumn van deze editie wordt geschreven door

Ed de Groot

Directeur-bestuurder
LEKSTEDewonen Vianen

“Waar wachten we nog op?”

Herintroductie van het oude verzorgingstehuis in een moderne vorm?

Onlangs vierden we met de bouwlieden het bereiken van het hoogste punt van de bouw van het woonzorgcentrum Brinkhoef in het nieuwe dorp Hoef en Haag in Vijfheerenlanden. Door een plezierige samenwerking tussen ZorgSpectrum en LEKSTEDewonen wordt het initiatief een nieuw verpleeghuis te bouwen inmiddels gerealiseerd. LEKSTEDewonen is eigenaar van het gebouw en ZorgSpectrum levert de zorg aan de toekomstige bewoners met een indicatie voor de Wet langdurige zorg (Wlz). Het gaat om bewoners die er langdurig met intensieve zorg gaan wonen.

Bij die feestelijke bijeenkomst waren ook enkele oudere inwoners uit Vianen aanwezig. Zij vertelden te gaan wonen in het appartementencomplex (ook in aanbouw) naast Brinkhoef, ook eigendom van LEKSTEDewonen en speciaal voor senioren die zelfstandig gaan wonen. Het is fijn dat die woonvorm er direct naast komt. Als de gezondheid verslechtert, kunnen zij eenvoudig gebruik maken van de zorgdiensten van Brinkhoef. Ze vertelden hoe fijn het is om als senioren met elkaar te gaan wonen, om elkaar te ondersteunen en te helpen. Op de 23 nieuwe appartementen reageerden maar liefst 621 woningzoekenden. Een enorme vraag dus.

Tot een aantal jaren geleden hadden we verpleeghuizen en verzorgingshuizen. In een verzorgingshuis woonden mensen die wel zorg nodig hadden maar nog geen verpleging. Die verzorgingshuizen zijn door het Kabinet afgeschaft. De gedachte was dat ouderen langer thuis wonen en dat de zorg die nodig is naar hen toekomt.

Tegenwoordig wonen veel senioren nog steeds in hun een-gezinswoning. Sommigen vinden dat fijn maar er zijn steeds

meer senioren die eigenlijk graag een goede gelijkvloerse woning in de vorm van een appartement wensen. Die appartementen zijn er niet, want er is een enorme woningschaarste. En ook de verzorgingshuizen, als er een beperkte zorgbehoefte ontstaat, zijn er niet meer.

Mijn stelling is dat met het sluiten van de verzorgingshuizen “het kind met het badwater” is weggegooid, zoals dat dan heet. We leven in een tijd dat we zorgvuldig en efficiënt met de financiële middelen moeten omgaan, dat er sprake is van woningschaarste en dat sommige ouderen in hun huidige woning vereenzamen. En dan te bedenken dat de vergrijzing in onze regio de komende jaren sterk zal toenemen.

Onlangs deden leden van de Tweede Kamer een oproep tot herintroductie van verzorgingshuizen. Is dat mogelijk? Jazeker, woningcorporaties zijn prima in staat op afroep van gemeenten en in goede samenwerking appartementengebouwen voor senioren te realiseren. Eigentijds, gelijkvloers, met noodzakelijke voorzieningen en waar senioren samen leuke dingen kunnen organiseren. Zelfstandig huren maar tegelijkertijd op efficiënte wijze thuiszorg en informele zorg in zo'n complex organiseren. Daardoor worden zorgkosten ook beter beheersbaar. De term verzorgingshuis kunnen we wellicht vervangen voor een naam waarbij de nadruk ligt op het samenwonen in plaats van op de verzorging. Uiteindelijk gaat het erom dat je een plek hebt waar je zo goed mogelijk je gewone leven kunt voortzetten, zorg is daarin alleen een ondersteuning en zeker niet het belangrijkste!

Waar wachten we nog op?

Van bits en bytes naar de ouderenzorg!

In de wereld van bits en bytes maakte Danny Hazeleger een opvallende switch: van ICT-specialist naar student verpleegkunde. Zijn verhaal onthult niet alleen zijn persoonlijke ontwikkeling, maar ook het hartverwarmende perspectief dat stagelopen in de ouderenzorg biedt.

Danny Hazeleger (28) uit Nieuwegein deelt zijn ervaringen over zijn bijzondere reis in de ouderenzorg.



Terwijl velen hun loopbaan voortzetten in de digitale wereld, besloot Danny een nieuwe koers in zijn leven te volgen. "Slechts een paar jaar terug zat ik nog bij een servicedesk en hielp ik mensen met ICT-problemen", deelt hij met een brede glimlach vol bewustwording. "Maar ik besepte dat mijn passie elders lag!"

Het keerpunt kwam in 2019. Danny had al geruime tijd de zorg voor zijn ouders, die kampen met gezondheidsproblemen. Hij kwam tot de ontdekking dat het zorgen voor dierbaren zowel een uitdagende als waardevolle ervaring was. In zijn rol als mantelzorger liet hij zijn gedachten dwalen over zijn eigen passies en doelen. Het besef dat hij anderen in vergelijkbare situaties wilde ondersteunen, groeide. Zo ontstond de wens om een verschil te maken in het leven van mensen die zorg nodig hebben.

Een leerzame reis

Na het besluit om de switch te maken, begon Danny zijn opleiding tot verpleegkundige aan het ROC Vondellaan in Utrecht. Maar het eerste jaar van zijn studie werd gedomineerd door de uitdagingen van de coronapandemie, met online lessen en het gemis van praktijkervaring.

In zijn tweede jaar begon Danny zijn allereerste stage op een PG-afdeling bij De Geinsche Hof. "Het voelde meteen als de plek waar ik thuishoor!" Ondanks dat hij tijdens zijn opleiding in aanraking kwam met verschillende disciplines, raakte zijn hart vanaf dat moment onlosmakelijk verbonden met de ouderenzorg.

Om die reden besloot hij zijn derde jaar door te brengen op De Kuifmees, waar zijn liefde voor de ouderenzorg opnieuw werd bevestigd. Zijn dagen zijn nu gevuld met meer dan alleen de gebruikelijke ADL-zorg. Danny neemt deel aan gedragsvisitaties en bereidt multidisciplinaire overleggen voor, waarbij hij nauw samenwerkt met artsen, psychologen en andere zorgprofessionals.

Persoonsgerichte zorg & humor

Wat Danny het meest raakt is het persoonlijke contact met de bewoners. Hij benadrukt het belang van persoonsgerichte zorg en de rol van humor in de ouderenzorg. "Het is niet alleen zorg", legt hij uit, "het gaat erom hoe je mensen een mooie dag kunt bezorgen, ondanks hun ziektebeeld."

Danny deelt een anekdote over een bewoner die hem begroette op zijn eerste dag op een nieuwe afdeling met de

woorden: "He kale, wat doe jij hier?" Dit bracht hem aan het lachen. Hij erkent dat niet elke dag even gemakkelijk is, vooral wanneer mensen onverwacht reageren vanwege hun ziektebeeld, maar hij ziet dit als een uitdaging die inherent is aan het werken met mensen met dementie.

Impact van afscheid

Een aangrijpend voorbeeld van de impact van zijn werk is de eerste keer dat Danny getuige was van het overlijden van een cliënt. Deze ervaring heeft hem echt geraakt. "Het raakte me meer dan ik had verwacht", deelt Danny, "je bouwt een band op met deze mensen, en dan dringt het besef door dat iemand er niet meer is, en dat komt wel even binnen." Ondanks de emotionele lading ziet Danny dat het bij het werk hoort. "Ik realiseer me dat ik vanuit mijn functie, ook als stagiair, iets waardevols kan bijdragen en van betekenis kan zijn voor zowel de bewoners als hun naasten."

Dankbaar voor het leven

De confrontatie met de eindigheid van het leven is voor Danny juist een reden om nog meer uit het leven te halen. Ondanks de uitdagingen die het met zich meebrengt, heeft dit hem juist

dankbaarder gemaakt. "Ik beseft meer wat het leven inhoudt", zegt Danny, "en dat ik nog een heel leven voor me heb waarin ik leuke dingen kan doen."

In zijn rol als stagiair krijgt Danny veel ruimte om een bijdrage te leveren aan het werk op de afdeling. Hij voelt dan ook een grote verantwoordelijkheid om bewoners goede zorg te bieden en bovenal om hen gelukkige dagen te schenken. Hoewel het afscheid soms moeilijk is, waardeert hij de kostbare verhalen die bewoners delen over hun leven.

Een toekomst in de ouderenzorg

Terwijl Danny zijn opleiding bijna voltooit, kijkt hij uit naar een toekomst in de ouderenzorg. "Ouderenzorg biedt zoveel mogelijkheden. Ik ben heel blij met mijn keuze!" Danny Hazelegers reis van ICT naar zorg is een inspirerend verhaal van persoonlijke groei, toewijding en het ontdekken van betekenis in het zorgen voor anderen. Zijn verhaal herinnert ons eraan dat het nooit te laat is om een nieuwe weg in te slaan en dat de ouderenzorg een waardevol terrein is waarin altijd talent welkom is.

Zwemmen

Bewoners van locatie Vreeswijk gaan maandelijks zwemmen in zwembad Helsdingen in Vianen. Bewoners van De Kuifmees doen dit zelfs wekelijks. Zwemmen is goed voor lichaam én geest! Plezier staat voorop.

Woonbegeleider Willy (Vreeswijk): "Er zijn uit beide locaties in totaal bijna 30 bewoners die zwemmen in kleine groepjes. Het is niet alleen gezellig, maar bewegen is vooral heel belangrijk. We zwemmen in verwarmd water waardoor bewoners zich heerlijk ontspannen. Door de opwaartse druk van het water raken ze vrijwel gewichtloos. Hierdoor kunnen zij bewegingen maken die anders niet meer mogelijk zijn."

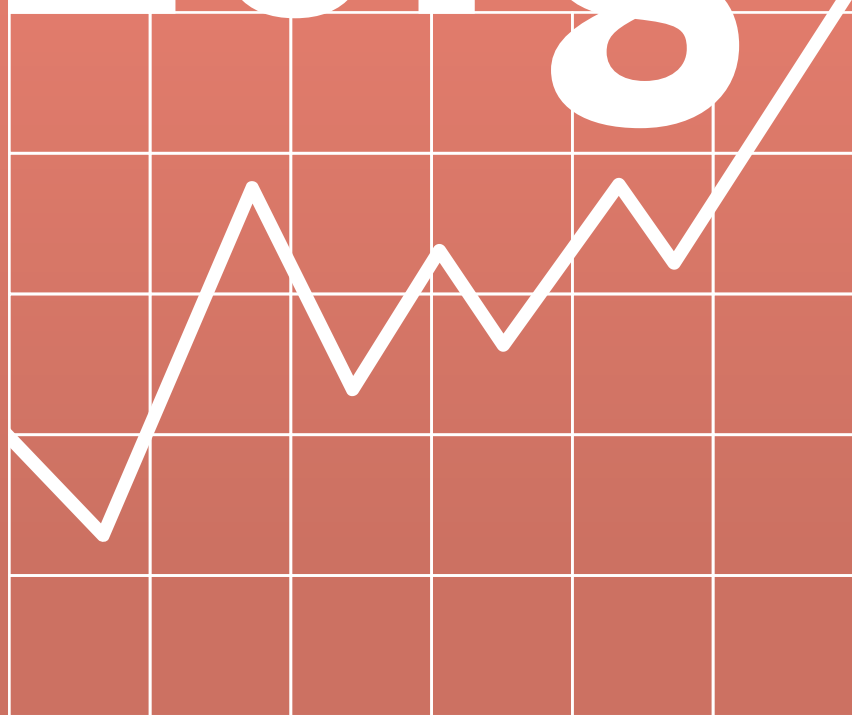
Woonbegeleider Amy (De Kuifmees): "Het is mooi om te zien dat bewoners een positiever zelfbeeld krijgen. Het zelfvertrouwen groeit. Het is net als fietsen, zwemmen verleer je niet. Ook als er sprake is van dementie of de ziekte van Parkinson."

Bij De Kuifmees sluiten ook familieleden aan bij de zwemactiviteit. Amy: "Het is voor familie fijn een activiteit met hun naaste te ondernemen. De dementie verdwijnt even naar de achtergrond. Zo zei een van de familieleden: 'Mijn vader maak je blij met zwemmen. Het is leuk hem zo ontspannen te zien, vol vertrouwen te zien bewegen.'" Ook Willy herkent de enthousiaste reacties: "Een bewoner van 92 wilde de rugslag oefenen en na heel even oefenen lukte dat. Toen ik meneer een compliment gaf zei hij 'Ik kan het gewoon weer, ik weet echt niet waar ik het vandaan haal.' De lach op zijn gezicht was enorm en niet alleen op die dag maar ook de dagen erna nog."



Van

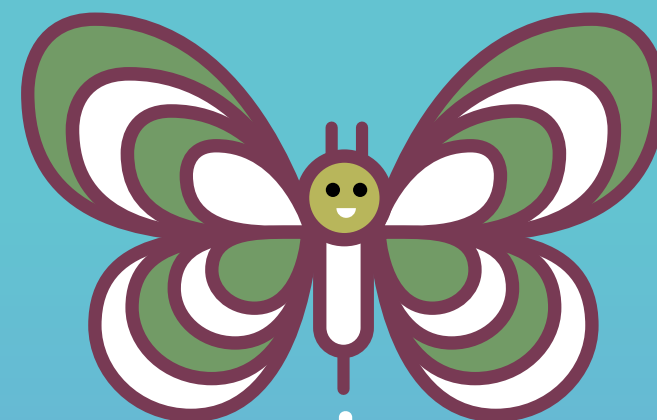
Zorg

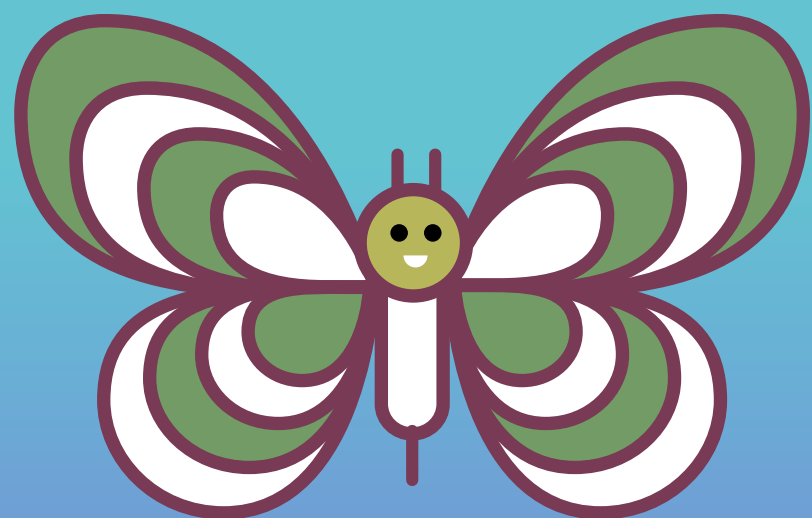


NAAR

Gewoon

Leven





Uw leven staat **centraal**

Om de zorg toekomstbestendig te houden, maken we de beweging van zorg naar gewoon leven. In dit artikel leest u wat dit inhoudt en waarom dit belangrijk is.

Wat is voor u belangrijk in het leven? Hoe brengt u graag uw dag door? Bij ZorgSpectrum vinden we het belangrijk dat cliënten een fijne dag hebben, ondanks lichamelijke en/of psychische beperkingen die zij ervaren. We werken hiervoor samen met cliënten, mantelzorgers, collega's, vrijwilligers, samenwerkingspartners en de samenleving. Met elkaar kunnen we immers meer dan alleen.

We moeten anders

Dat samenwerking belangrijk is, wordt de laatste jaren steeds duidelijker. De zorg staat onder druk. Het aantal kwetsbare ouderen neemt toe en tegelijkertijd zijn er minder zorgprofessionals. Dit heeft tot gevolg dat niet alle hulpvragen opgelost kunnen worden door de zorg. Om ervoor te zorgen

dat iedereen - nu en in de toekomst - passende zorg kan krijgen, moeten we de professionele zorg anders organiseren. We zijn hier als gehele maatschappij verantwoordelijk voor.

We willen anders

Verandering is niet alleen noodzakelijk, het is ook wenselijk. Wanneer u afhankelijk bent van de ondersteuning van anderen, zou de focus niet moeten liggen op de zorg die u nodig heeft maar op de kwaliteit van uw leven. U bent namelijk meer dan uw zorgvraag. Bovendien is niet elke hulpvraag, een zorgvraag. We vinden het daarom belangrijk om cliënten als geheel te bekijken en niet alleen naar hun gezondheid te kijken. Zo houden cliënten meer regie op hun eigen leven en

kunnen meer mensen zo lang mogelijk thuis blijven wonen. We maken zo de beweging van zorg naar gewoon leven.

We kunnen anders

Er zijn verschillende mooie initiatieven bij zorgorganisaties in het land die bijdragen aan deze beweging. De coalitie van Zorg naar Gewoon Leven bundelt en deelt deze goede voorbeelden (zie kadertekst). Ook bij ZorgSpectrum kijken we continu wat we kunnen doen om de professionele zorg toekomstbestendig te houden, bijvoorbeeld door zelfredzaamheid te vergroten en langer thuis wonen mogelijk te maken.

Reablement

Een manier waarop we bij ZorgSpectrum het gewone leven meer centraal stellen, is door in te zetten op 'reablement'. Dit is een manier van ondersteuning die erop gericht is om het functioneren van cliënten zodanig te verbeteren dat zij dagelijkse activiteiten zoveel mogelijk zelf kunnen ondernemen. Het gaat over gezondheid, welzijn, zelfredzaam zijn, maar vooral ook dat de cliënt zelf kan bepalen wat belangrijk is in het leven en daar naar kan handelen. In plaats van zorg uit handen nemen (zorgen voor) stimuleren we zelfredzaamheid en eigen regie (zorgen dat). Dit komt ten goede aan de eigenwaarde en daarmee de levenskwaliteit van cliënten.

Behandeling thuis

Om zelfredzaamheid mogelijk te maken, kunnen we vanuit ZorgSpectrum ook een ergotherapeut of fysiotherapeut kortdurend thuis inzetten. Samen met de cliënt stellen we een behandelplan op, zodat deze weer zo zelfstandig mogelijk wordt.

Vertrouwd thuis

Met de zorgdienst Vertrouwd thuis kunnen mensen met een uitgebreide zorgvraag thuis, in hun eigen vertrouwde omgeving blijven wonen. Samen met de cliënt en diens mantelzorger kijken we welke ondersteuning nodig is. Wat kan en wil de cliënt nog zelf doen? Waar kunnen familie, vrienden en burens bij helpen? En waar is professionele ondersteuning bij nodig? We leveren maatwerk en evalueren regelmatig of de geboden zorg nog past bij de situatie van de cliënt.

Verzorgd wonen

In samenwerking met gemeenten en woningcorporaties zetten we in op woonvormen waardoor mensen langer zelfstandig kunnen blijven wonen. Zo zijn er woonlocaties waar mensen in hun eigen huis wonen, maar waar ze wel de nabijheid hebben

van belangrijke voorzieningen zoals winkels en een gezondheidscentrum. In Nieuwegein noemen we dit Verzorgd wonen.

Samen meer mogelijk

In alle bovengenoemde voorbeelden is samenwerking een zeer belangrijk onderdeel. Het is essentieel om te kunnen veranderen. Het motto van ZorgSpectrum is niet voor niets 'Samen meer mogelijk'. Mantelzorgers hebben bijvoorbeeld een onmisbare rol.

Om ervoor te zorgen dat iedereen passende zorg kan blijven ontvangen, is het bijvoorbeeld nodig om een nieuwe balans te vinden tussen formele en informele zorg. Met formele zorg bedoelen we de zorg die wordt geleverd door professionele hulpverleners. Informele zorg omvat alle zorg en ondersteuning die wordt gegeven door mensen die hier niet voor betaald krijgen, zoals mantelzorgers en vrijwilligers.

Mantelzorgers zijn al lange tijd betrokken bij het leven van hun naasten en kennen hen daardoor goed. We gaan daarom met hen in gesprek over wat zij voor hun naasten kunnen doen. Denk aan: samen activiteiten ondernemen, helpen met de administratie of ondersteunen bij de dagelijkse verzorging. Uiteraard beseffen we dat ook op mantelzorgers een enorme druk ligt. Het verschilt daarom per persoon en per situatie hoe de ondersteuning er precies uit ziet.

Het leven van

Op de volgende pagina kunt u het levensverhaal lezen van de 87-jarige Aloys. In lijn met de beweging van zorg naar gewoon leven, ligt de focus niet op de zorg die hij nodig heeft, maar op zijn leven als geheel.

Coalitie van zorgaanbieders en zorgkantoor

ZorgSpectrum vormt samen met zorgaanbieders Icare, Laurens, Zorgbalans en ZuidOostZorg en zorgkantoor Zilveren Kruis de coalitie van Zorg naar Gewoon Leven. De ambitie van de coalitie is om een landelijke versnelling te maken van initiatieven die bijdragen aan deze beweging, zodat mensen zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen.

Op de website www.vanzorgnaargewoonleven.nl staan diverse voorbeelden. Bijvoorbeeld initiatieven die zijn gericht op het verbeteren van zelfredzaamheid en/of de inzet van informele zorg. Door goede voorbeelden met elkaar te delen en domeinoverstijgend naar vraagstukken te kijken, maken we stap voor stap thuis wonen en leven leidend.



HET LEVEN VAN

Aloys

Voor dit magazine spraken we met Aloys (87) uit Nieuwegein. Hoe zag zijn leven er vroeger uit en wat doet hij nu zoal op een dag?

“Ik ben opgegroeid in Jutphaas met mijn vader, moeder, twee jongere broers en twee zusjes, in wat nu de Herenstraat is. 10 mei 1940 kan ik me nog goed herinneren. Ik was vier jaar oud. Rond half 6 in de ochtend werd ik wakker door een harde klap. Ik wist op dat moment nog niet dat het bommen waren. Het was het begin van de Tweede Wereldoorlog.

Van de jaren erna herinner ik me weinig. Tot 1944, het laatste jaar van de oorlog. Ik kon niet meer naar school en vulde in plaats daarvan mijn dagen met melk halen bij de boer en met het helpen van mijn vader. Mijn vader had een volkstuin met tabakspflanzen. Hiervan maakten we sigaartjes en shagtabak om te ruilen tegen voedsel.

Studie, werk en militaire dienst

Na de oorlog kon ik gelukkig weer naar school. In 1948 ging ik naar de MULO in Utrecht. De meeste klasgenoten waren gericht op kantoorwerk, maar ik wilde iets interessanter doen en begon daarom aan een opleiding tot chemisch analist. In een laboratorium in Zeist testte ik stoffen in onder meer Purol, Dampo en medicatie. Ik controleerde of er echt inzat wat op de verpakking stond en of de kwaliteit conform de voorschriften was.

Op mijn achttiende werd ik opgeroepen voor de keuring voor militaire dienst. Ik sprak de wens uit om bij de geneeskundige troepen te worden geplaatst en daar werd naar geluisterd. Met 19 jaar oud begon ik aan mijn rekrutenopleiding en daarna aan de school voor geneeskundige dienst. Ik werkte onder meer bij de 176 ziekenauto compagnie. Dit was een overstap naar het 103e geneeskundig bataljon. Mijn functie was daar de bevoorrading van het geneeskundig materieel.

Na mijn dienstjaren ben ik teruggegaan naar het lab in Zeist. Daarna ben ik levensmiddelenanalist en later levensmiddelentechnoloog geworden. Ik verlangde echter naar meer diepgang. Die vond ik op mijn 35e toen ik een hoogleraar van de Universiteit Utrecht mocht assisteren met zijn onderzoek naar de biochemie van de stofwisseling van insecten. Hierin heb ik qua werk de liefde van mijn leven gevonden. Ik heb 26 jaar lang aan het project gewerkt, onderwijstaken mogen uitvoeren en heb verschillende promovendi ingewerkt.

De liefde

Over de liefde gesproken: 64 jaar geleden ontmoette ik mijn vrouw To. Ik was 23 en zij 27. Bij dansschool Zegers in Utrecht raakte ik aan de praat met een knul die mij uitnodigde om bij hem thuis klassieke muziek te luisteren. Daar zag ik To voor het eerst. Ze was bevriend met zijn zusje en toevallig die dag ook in het huis. Ik heb haar thuis gebracht en we hebben een halfuur staan kletsen. To maakte op mij een grote indruk. Kort na onze eerste ontmoeting heb ik haar

mee uit gevraagd naar een voorstelling van Toon Hermans en toen is onze verering begonnen. Tweeënhalf jaar later zijn we getrouwd. We hebben samen twee zoons – Pieter en Rob – en twee kleinkinderen gekregen. Na ons pensioen zijn To en ik een tijdlang elk jaar naar Oostenrijk geweest om daar te wandelen.

Eind oktober is mijn vrouw overleden. De laatste zes jaar van haar leven leed ze aan dementie. Tot begin dit jaar kon ik haar nog verzorgen, maar na een val waarna ze geopereerd moest worden aan haar bekken moest ze verhuizen naar ZorgSpectrum locatie De Dichter.

Zelf ben ik ook al vijf keer gevallen. Hierbij heb ik onder meer mijn dijbeen en mijn rugwervel gebroken. Het is gelukkig weer goed gekomen, maar ik moet wel heel voorzichtig zijn. Om niet te vallen moet ik nadenken bij elke beweging die ik maak. Ik ben daardoor erg gericht op mijn rollator. Na een van de vallen heb ik ruim zes weken in De Dichter gewoond. Het was heel fijn dat ik toen samen met mijn vrouw aan tafel kon zitten.

Te korte dagen

Sinds zeven maanden woon ik alleen, maar ik verveel me niet. Sterker nog: mijn dagen zijn te kort. Ik krijg meerdere keren per dag hulp van Vertrouwd thuis - bij het douchen en het avondeten klaarmaken - en ik heb twee keer per week fysiotherapie aan huis. Daarnaast komen mijn kinderen en kleinkinderen regelmatig op bezoek. Zo dineren Pieter en zijn vrouw Marja hier elke zaterdagavond en komt Rob meerdere keren per week langs. Dat vind ik heel fijn. In de beperkte tijd die ik over heb, ben ik bezig met het lezen en schrijven van poëzie.”

“Ik verveel me niet. Sterker nog: mijn dagen zijn te kort”

Mijn thuis

Deze zomer verwelkomde ZorgSpectrum vijf Filipijnse collega's. Eros (29) en Grace (34) vertellen over de afgelopen maanden.

Nederland als nieuw thuis

Er is een groot tekort aan zorgpersoneel en daarom kijken we ook buiten onze landsgrenzen naar gemotiveerde collega's. Via uitzendbureau Avant Talent Group konden we begin juli vijf collega's uit de Filipijnen welkom heten.

Nederlands leren

Ter voorbereiding op hun komst kregen Eros, Grace en hun klasgenoten Nederlandse les op de Filipijnen. In acht maanden tijd leerden ze de Nederlandse taal spreken en schrijven en kregen ze les over de Nederlandse cultuur. Grace: "Ik wilde graag in Nederland werken, omdat ik had gehoord dat de balans tussen werk en privé hier beter is dan op de Filipijnen." Ook Eros noemt de goede werk-privé balans als een van de redenen om in Nederland te willen werken. "Iemand die mij heel na aan het hart ligt en echt in mij geloofde, heeft me aangemoedigd om te gaan voor een baan in de zorg in Nederland. Ze is overleden nog voordat ik solliciteerde bij Avant. Wat ik nu in het leven heb bereikt, draag ik aan haar op."

Werken bij ZorgSpectrum

In juli werden Eros, Grace, JC, Mary Grace en Trisha hartelijk ontvangen door de zorgmanagers van de locaties waar ze werken. Grace: "We werken op verschillende locaties en afdelingen van ZorgSpectrum. Mary Grace en JC werken in Het Haltna Huis en Trisha werkt op De Plataan. Eros en ik werken

allebei in Het Houtens Erf, maar niet op dezelfde afdeling. Ik werk op de afdeling somatiek." Eros: "En ik werk met mensen met dementie. In het begin was ik boventallig en stond het werk volledig in het teken van de bewoners en collega's leren kennen. Inmiddels werk ik zelfstandig. Het was best even spannend, maar het gaat goed."

De Filipijnse collega's hebben alle vijf een achtergrond als verpleegkundige in hun thuisland. Bij ZorgSpectrum werken ze als verzorgende IG. Eros en Grace werkten allebei in een ziekenhuis in de hoofdstad Manilla. Eros: "Het werken is hier heel anders. Nederlandse collega's zijn heel direct. Op de Filipijnen zijn mensen aardig, maar ze zeggen niet altijd wat ze echt vinden. Ik vind de Nederlandse directheid fijn, omdat je problemen zo sneller oplost. Werken in de ouderenzorg is ook anders dan werken in een ziekenhuis. Daar was ik meer gericht op de ziekte, hier kijk ik naar het gedrag van mensen. In een ziekenhuis zijn mensen misschien een week, hier maak je mensen langere tijd mee tot het einde van hun leven.



Eros en Grace

Je leert mensen echt kennen. Dit maakt ons werk mooi, maar ook moeilijk. Een overlijden van een bewoner is emotioneel." Grace beaamt dat. "Ja, je bouwt echt een band op met de mensen. De bewoners zijn lief en ook de collega's zijn aardig en heel behulpzaam. Ik ben blij dat ik dit werk kan doen."

Cultuurverschillen

Niet alleen het werk is anders, ook de Nederlandse en Filipijnse cultuur zijn heel verschillend. Eros: "Ik denk niet dat er overeenkomsten zijn. Het is totaal anders. Op de Filipijnen eten we bijvoorbeeld bij elke maaltijd rijst. Hier is dat niet, hier eet je brood met ontbijt en lunch. Daar moest ik aan wennen. En Nederlanders drinken heel veel koffie!" Grace: "Ik moet ook wennen aan het Nederlandse weer. Het is hier erg koud en het regent veel. Ik mis de zon."

Het koude weer en het Nederlandse eten vallen misschien wat tegen, maar Eros en Grace zijn over het algemeen erg positief over Nederland. Eros: "Ik vind Nederland een geweldig

land, met heel mooie natuur. Er zijn veel bomen en vogels en boerenland. Heel anders dan in Manilla. En nog een voordeel: er staan hier veel minder files. Op de Filipijnen doe je drie uur over een stuk waar je zonder files een halfuur over zou doen."

Vrije tijd

De afgelopen maanden stonden voor Eros en Grace in het teken van werk en de Nederlandse taal en cultuur nog beter leren. Grace: "In mijn vrije tijd ben ik nu vooral druk met het huishouden. Schoonmaken, wassen draaien, boodschappen doen." Eros: "Wat ik doe in mijn vrije tijd? Als ik tijd heb, vind ik het leuk om te schilderen. Daarnaast wil ik leren tennissen en ik wil graag leren zwemmen."

De toekomst

Wat de toekomst gaat brengen, weten Eros en Grace nog niet. Eros: "We hebben een contract voor twee jaar. We hopen dat we ook daarna met ZorgSpectrum kunnen blijven samenwerken."

EEN DAG MET...

WIJKVERPLEEGKUNDIGE RIANNE DEN HARTOG

Op het scherm verschijnt een stralende glimlach, wanneer we online met Rianne afspreken om dit interview te doen. Al snel bevinden we ons in een boeiend gesprek over haar baan. "Het is een prachtige functie, waarin het contact met mensen echt bijzonder is. Ondanks mijn andere taken zou ik het contact met mensen niet willen missen. Daarvoor doe ik het!" Zo opent Rianne den Hartog, wijkverpleegkundige bij ZorgSpectrum, haar verhaal. Met 38 jaar op de teller en 11 jaar ervaring in de wijkverpleging deelt ze graag haar inzichten en passie voor dit veelzijdige beroep.

Van ziekenhuis naar de wijk

Rianne begon haar carrière in het Oudenrijn Ziekenhuis in Utrecht, waar ze 6 jaar werkte op de interne geneeskunde. Toch trok de wijk haar aan. Ze merkte op hoe oudere patiënten in het ziekenhuis soms meer en andere ondersteuning thuis nodig hebben in hun thuissituatie, wat haar motiveerde om meer voor hen te kunnen betekenen. Na de geboorte van haar kinderen wilde ze overstappen naar een meer regelmatig werkschema, en zo belandde ze in de wijkverpleging bij ZorgSpectrum.

De uitdaging van de wijkverpleegkundige

"In de wijk is dat toch anders! Je komt écht 'op bezoek' bij de mensen thuis, en dat zorgt toch voor een andere manier van werken." Rianne vertelt over de verschillen tussen haar vorige baan en haar huidige rol. In het ziekenhuis kon ze snel medische zorg verlenen, terwijl in de wijk meer stappen nodig zijn voordat ze bijvoorbeeld een wond kan verzorgen. Het maakte haar bewust van de complexiteit van zorgverlening buiten het ziekenhuis. Ondanks de verschillen mist Rianne soms nog een beetje de dynamiek en de nachtdiensten van het ziekenhuis, maar haar plezier in het werk als wijkverpleegkundige wint het toch. Ze haalt haar voldoening uit de veelzijdigheid in het werk en betrokkenheid met de cliënten. Het verlenen van complexe zorg, het opbouwen van vertrouwen, vooral bij zorgmijdende cliënten, en het bijdragen aan de kwaliteit van leven zijn aspecten waar ze voldoening uithaalt. Haar team is hierin essentieel: "We hebben een heel fijn team waar ik heel fijn mee samenwerk en waar we gewoon echt op elkaar kunnen bouwen."

Rianne
den Hartog



8:00 – 8:30

Om 8 uur begint Rianne haar dag en vertrekt ze meteen vanuit huis naar een cliënt. Bij mooi weer kiest ze voor de fiets, maar als het weer tegenzit, pakt ze de auto. Aangezien Rianne verantwoordelijk is voor de intake met de cliënt, komt ze regelmatig in contact met nieuwe mensen. Er zijn echter ook momenten waarop ze een bestaande cliënt bezoekt. Tijdens een intake voert ze gesprekken, terwijl ze bij andere bezoeken ondersteunt bij persoonlijke verzorging, zoals douchen, aankleden en medicatiebeheer.



Van intake naar zorg

Rianne werkt 24 uur per week en richt zich voornamelijk op het uitvoeren van intakes, die de start van de zorg markeren. "Aanmeldingen bereiken ons vaak via huisartsen of ziekenhuizen. Na ontvangst van zo'n aanmelding start het overleg binnen ons team. We onderzoeken wat de cliënt nodig heeft en of er ruimte beschikbaar is. Vervolgens neem ik het voortouw in het proces en voer het intakegesprek." Rianne bespreekt met de cliënt wat deze (tijdelijk) nodig heeft om bij te dragen aan zelfredzaamheid, zoals het aanleren van bepaalde vaardigheden, bijvoorbeeld het correct aantrekken van steunkousen of zelfstandige verzorging van een stoma. Het uiteindelijke doel is ervoor te zorgen dat de cliënt volledig zelfstandig wordt en de eigen regie behoudt.

"Bovendien onderzoeken we steeds meer mogelijkheden voor het inzetten van zorgtechnologie in de wijk. Een goed voorbeeld is de Medido voor cliënten die moeite hebben met medicatiebeheer", legt Rianne uit. "Dit is een digitale medicijndispenser die op het juiste tijdstip medicatie aanreikt. Een alarm gaat af en het zakje met de benodigde medicatie rolt uit het apparaat. Dit wordt als prettig ervaren door cliënten, aangezien ze niet afhankelijk zijn van ons wat betreft planning."

Daarnaast wordt het netwerk van de cliënt betrokken, zoals Rianne aangeeft: "We gaan het gesprek aan met mantelzorgers om te bespreken hoe zij kunnen bijdragen aan de zorg voor hun naaste. Samen bespreken we hoe we een juiste balans kunnen behouden en overbelasting kunnen voorkomen."



12.30 – 13.00

Rond 12.30u ziet Rianne haar collega's voor de lunch. Een moment om even te verbinden met elkaar. "Omdat we allemaal onze eigen routes hebben, is het ook fijn dat we elkaar even zien en spreken." Naast het genieten van een maaltijd kunnen ze de bijzondere momenten van de ochtend met elkaar bespreken.

Teamwork

Het team waar Rianne deel van uitmaakt bestaat uit meerdere collega's, onder wie een wijkverpleegkundige in opleiding, twee verpleegkundigen, vier verzorgende IG's, een helpende plus, een leerling verzorgende IG en enkele vaste oproepkrachten. Gezamenlijk bieden zij zorg aan een omvangrijke groep mensen in Vianen, variërend van tijdelijke ondersteuning, zoals het herstel na een heupoperatie, tot langdurige zorg. "Er is een dame die we al ondersteunen sinds mijn begin hier", vertelt Rianne. Soms bevindt de zorg zich in het laatste traject, gericht op hospicezorg. "Dat maakt ons werk zo bijzonder; we zien allerlei situaties en kunnen er zijn voor veel verschillende mensen."

8:30 – 11:00

Na het eerste cliëntbezoek vervolgt Rianne haar 'looproute' en bezoekt in totaal ongeveer zes cliënten gedurende deze periode. "De benodigde tijd en taken variëren sterk per cliënt. Ik werk tevens het dossier bij voor elke cliënt. Sommige cliënten spreek ik ook online of telefonisch. Niet iedereen vereist altijd een fysiek bezoek en soms volstaat contact op afstand." Tijdens de reistijd van het ene adres naar het andere heeft ze soms ook kort overleg met de huisarts.



11:00

Na de ochtendroute gaat Rianne naar kantoor. Hier werkt ze dossiers bij, maakt ze rapportages, plant ze zorgmomenten in en heeft ze overleg met de casemanagers over nieuwe cliënten. Ook deelt ze ervaringen en overlegt ze met collega's. Af en toe zijn er onverwachte oproepen voor zorg, bijvoorbeeld bij een valincident, waardoor ze direct naar een cliënt gaat samen met een collega.





13:00 - 16:30

Gedurende de middaguren staat er een divers takenpakket op het programma voor Rianne. Ze neemt deel aan verschillende overleggen, zowel intern met het multidisciplinaire team (bestaande uit een arts, casemanager en andere behandelaars) als met collega-wijkverpleegkundigen uit Houten en Nieuwegein. Extern overlegt ze ook met partijen zoals huisartsen en contactpersonen van welzijnsorganisaties, waarbij vaak de inzet van vrijwilligers besproken wordt. In sommige gevallen bezoekt ze een locatie of cliënt. De werkdag vliegt voorbij, en doorgaans rondt Rianne haar taken af tegen 16:30 uur. Soms doen zich onverwachte situaties voor, zoals de noodzaak om een katheter te vervangen, waarbij Rianne haar collega even assisteert. De middagen zijn nooit hetzelfde. "Onlangs heb ik zelfs een uitvaart bijgewoond. Ik voel me betrokken en wil ook de naasten een blijk van ondersteuning geven."



Dit is de reden waarom

Wat maakt het werk als wijkverpleegkundige aantrekkelijk? Rianne benadrukt dat het niet alleen gaat om de afwisseling, maar ook om de mogelijkheid om een waardevolle bijdrage te leveren aan het leven van ouderen. "Hoewel ze te maken hebben met beperkingen en ongemakken vanwege hun leeftijd, blijven ze gewoon mensen. Dat ik iets kan betekenen voor hen, voor mensen die al veel hebben betekend in het leven, dát is waarvoor ik het doe!"

En wat heb je nodig als wijkverpleegkundige? Voor Rianne is het duidelijk: "Je moet empathisch zijn, geduldig en ook humor hebben. Ervaring is belangrijk, maar je leert ook veel door het werk zelf." Ze benadrukt het belang van openstaan voor leren en flexibel zijn voor veranderingen en vernieuwingen.

Rianne behoort tot de jongere generatie wijkverpleegkundigen. "Tegenwoordig is de rol van de wijkverpleegkundige veel gevarieerder, en je moet echt kunnen schakelen op verschillende niveaus. Toch blijf ik direct betrokken bij de zorg en de cliënt! Het is een prachtige combinatie", merkt ze op. Ze houdt van haar baan en zet zich echt in om goede zorg te leveren. Bij ZorgSpectrum zijn we blij met haar!

In het kort



NIEUW LEIDERSCHAP BIJ ZORGSPPECTRUM

In deze decembereditie verwelkomen we Françoise Dings als het nieuwste lid van de Raad van Bestuur van ZorgSpectrum. Ze is

1 december jl. officieel gestart als voorzitter, naast vertrouwd lid Marco van Reenen. Met 15 jaar ervaring in verschillende zorgsectoren, waaronder het OLVG in Amsterdam, brengt Françoise een schat aan kennis en enthousiasme mee. Het zorgvuldige benoemingsproces, met positieve adviezen van medezeggenschapsorganen, onderstreept het vertrouwen in haar leiderschap. Laten we samen enthousiast het nieuwe jaar ingaan, vol vertrouwen in de toekomst van ZorgSpectrum onder leiding van Françoise en Marco.

OP WEG NAAR EEN DUURZAAM ZORGSPPECTRUM

De Nederlandse zorg veroorzaakt 7% van de nationale CO2-uitstoot en 4% van al het afval. ZorgSpectrum werkt daarom aan verduurzaming van de zorg. Na een succesvolle duurzaamheidspilot op Het Houtens Erf hebben we het certificaat Milieuthermometer zorg niveau zilver behaald. De ervaringen op deze locatie gebruiken we om ook onze andere zorglocaties zo duurzaam mogelijk te maken. Doel is om duurzaamheid te integreren in ons dagelijks werk. De focus ligt bijvoorbeeld op verduurzaming in dagelijkse werkzaamheden, met aandacht voor afvalscheiding en vervanging van wegwerpbekers voor 2024.



NAJAAR VACCINATIERONDE

In november zijn de vaccinaties voor griep (influenza), corona (covid) en pneumokokken van start gegaan voor cliënten en bewoners. Net als vorig jaar verloopt de vaccinatie voor cliënten, die hun eigen huisarts als hoofdbehandelaar hebben, via de eigen huisarts of GGD. Medewerkers konden een coronabooster halen bij de GGD. Zowel voor cliënten, bewoners als medewerkers geldt vrije keuze betreft vaccinatie. Een afspraak voor de coronabooster kan nog tot eind december worden gemaakt.



“Het dagcentrum voelt als een extra familie”

Tine de Haas is 92 jaar en woont zelfstandig in een mooi appartementencomplex in Vianen. Tine gaat vier keer per week overdag naar het dagcentrum in Hof van Batenstein. Daarnaast wordt ze vanuit de zorgdienst Vertrouwd thuis van ZorgSpectrum dagelijks ondersteund bij haar medicatie en komen ze thuis om een gezellige activiteit te ondernemen.

Tine en dochter Annet zitten in de warm aangeklede huiskamer. Omdat Tine vanwege de bij haar vastgestelde dementie soms wat dingen vergeet, biedt Annet aan om waar nodig bij te springen.

“Inmiddels woon ik al zo’n 20 jaar in deze flat. Ik ken mijn weg in Vianen en ik woon er fijn. Voorheen kon ik mezelf prima alleen redden. Maar sinds er dementie is geconstateerd, is het moeilijk te ervaren dat ik sommige dingen niet meer kan. Zo heb ik tot mijn 90e jaar nog auto gereden en kon ik overal heen waar ik wilde. Dat gaat nu niet meer, het is niet veilig. Ook speelde ik nog twee avonden per week bridge. Dat werd ook steeds moeilijker. Doordat ik vaker alleen thuis was, miste ik de gezelligheid en het contact met anderen. Ik wilde niet alleen thuis zitten, en ben toen begonnen met het bezoeken van het dagcentrum. Van één dag is dat nu uitgegroeid naar vier dagen week. Tussen de middag gebruik ik de warme maaltijd daar. Het is lekker, maar vooral ook praktisch. Dan eet ik thuis in de avond nog een boterham. De andere twee dagen eet ik bij mijn dochter en een dag in de week met mijn zoon. Zo hebben we het met elkaar opgelost. Bovendien is samen eten gezelliger.



Het is fijn om anderen op het dagcentrum te ontmoeten. Het is er gezellig en het voelt als een extra familie. Je kent elkaar in de loop der jaren ook goed. We kletsen met elkaar, drinken koffie, gaan een wandeling maken, doen gezelschapsspelletjes of een geheugenspel.

Het lukt me nog goed om zelfstandig te wassen en aan te kleden. Dat wil ik zo lang mogelijk blijven doen want het is fijn om in mijn eigen huis te kunnen blijven wonen. Dat kan alleen als het veilig en verantwoord is. Daarom heb ik een valalarmeringssysteem en krijg ik een automatisch signaal om bijvoorbeeld alert te zijn of ik het gas en licht heb uit gedaan. Verder doet mijn dochter de boodschappen.

Ik beseef dat ik dankzij alle hulp van mijn kinderen en de zorg van ZorgSpectrum nog in mijn vertrouwde omgeving kan blijven wonen. Mocht mijn gezondheid verder achteruit gaan, dan zal ik moeten verhuizen naar bijvoorbeeld een verpleeghuis. Het nadeel is dan wel dat ik de dagcentra niet meer mag bezoeken. Dat zou ik echt heel erg vinden. Dus ik hoop dat ik nog lang zelfstandig kan blijven wonen.”