

Samen



September 2024 / nummer 20



De toekomst
van de zorg

ZorgSpectrum

samen meer mogelijk



VRIJWILLIG TALENT GEZOCHT VOOR WOONZORGLOCATIE BRINKHOEF IN HOEF EN HAAG

In oktober opent locatie Brinkhoef, een woonzorglocatie waar mensen met dementie kunnen wonen. In Brinkhoef zetten we ons in om bewoners het leven te laten leiden zoals zij dat zelf willen. Dat doen we samen met de bewoners, hun familie, het eigen sociaal netwerk en vrijwilligers.

Ben jij die vrijwilliger die het leven van bewoners een stukje mooier maakt?

Het is daarbij belangrijk om bewoners goed te kennen en aan te sluiten bij hun leven. Misschien heb jij wel een hobby of interesse die hetzelfde is als een bewoner die in Brinkhoef woont. Dat kan van alles zijn, denk bijvoorbeeld aan tuinieren, koken en bakken, praten over een bepaald onderwerp, spelletjes doen, sportief bezig zijn, planten verzorgen of een muziek-instrument bespelen. Of misschien heb je zelf een ander goed idee wat jij voor de bewoners kan betekenen. Want iedereen, jong en oud, heeft een talent dat we kunnen gebruiken.

Uiteraard krijg je daar ook veel voor terug. Als vrijwilliger word je allereerst erg gewaardeerd, maar daarnaast kun je het volgende van ZorgSpectrum verwachten:

- Leuk en waardevol contact met andere vrijwilligers;
- Enorme waardering van bewoners, familieleden en medewerkers;
- Goede begeleiding op maat;
- Interessante bijeenkomsten;
- Reiskostenvergoeding;
- En natuurlijk zetten we je zo nu en dan in het zonnetje!

Wil je langskomen of heb je eerst wat vragen? Je kunt altijd bellen of mailen met de manager Zorg en Welzijn van Brinkhoef, **Miranda Heijgen**: m.heijgen-veldhuizen@zorgspectrum.nl, telefoon 06 57152472.

Er is veel mogelijk. Tot snel!

Voorwoord

Van zorg naar gewoon leven



Oog voor u!

Dat u uw leven kunt leiden op een manier die bij u past vinden wij belangrijk. Zeker op het moment dat niet alles meer lukt zoals voorheen en u hulp van ons nodig heeft. We werken er met elkaar hard aan om tot een manier van ondersteuning te komen waarbij we u helpen waar nodig, zonder dat wij overnemen wat u zelf kunt of wat u graag weer zou willen kunnen.

Naast het feit dat zo zelfstandig mogelijk blijven voor iedereen belangrijk is, voelen we, ook door het groeiend aantal ouderen met een hulpvraag en het oplopende personeelstekort, de noodzaak om opnieuw na te denken over hoe we ervoor zorgen dat u ook in de toekomst de juiste ondersteuning van ons krijgt. Wat kunnen we nú met elkaar doen om de zorg toekomstbestendig te houden? Niet alleen als zorgorganisatie, maar als maatschappij. Zetten we de zorg centraal of juist het gewone leven?

Bij ZorgSpectrum omarmen we daarom het gedachtegoed van reablement. Dit gaat uit van het principe dat je niet overneemt wat mensen zelf kunnen, dat je mensen helpt herwinnen wat ze niet meer kunnen en dat je samen zoekt naar een oplossing voor dat wat overblijft. Het doel is dat mensen de regie over hun eigen leven houden en zo onafhankelijk mogelijk van zorg blijven.

Zorginnovaties spelen daarbij een belangrijke rol. Zo kunnen innovaties zelfredzaamheid vergroten, werkdruk verminderen en ze kunnen preventief ingezet worden om te voorkomen dat in de toekomst (meer) zorg nodig is. Het verhaal van Gerda is hier een mooi voorbeeld van. Dankzij een steunkousenpistool heeft ze minder thuiszorg nodig.

Verder leest u in deze Samen onder meer hoe het mevrouw Verkuyl lukt om thuis te blijven wonen, laat collega Jacqueline zien hoe haar werkdag op het dagcentrum eruitziet en vertellen Gerda en Antoinette hoe het is om vrienden te zijn als één van de twee dementie heeft. Ook gaan we in gesprek met een aantal vakantiekrachten over waarom ze voor een vakantiebaan in de zorg hebben gekozen.

Ik wens u veel leesplezier!

Margot Gerrits
Directeur Bij u thuis

Samen
ZorgSpectrum magazine
September 2024 / nummer 20

(Eind)redactie:
Regina Falck
Suzanne van Leeuwen
Lisette Oudhof
Vormgeving:
Enchilada
Drukwerk:
Koninklijke Van der Most
Fotografie:
Liesbeth Dinnissen fotografie
ZorgSpectrum

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

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

www.zorgspectrum.nl

“Ik woon al 71 jaar in Vianen”



Thuis blijven wonen, in de eigen vertrouwde omgeving. Voor veel mensen die zorg nodig hebben, is dat heel belangrijk. Mevrouw Verkuyl (91) woont al sinds haar twintigste in Vianen. In dit artikel vertelt ze hoe het haar met zorg, familie en technologie lukt om zelfstandig te blijven wonen.

Op 12 oktober 1932 werd mevrouw Verkuyl geboren in Doorn. Op haar twintigste verhuisde ze samen met haar man naar Vianen, omdat ze er een huis kregen via zijn werk bij de PTT. Sindsdien zijn ze er niet meer weggegaan. “Ik woon hier dus al 71 jaar. Door de jaren heen hebben we verschillende huizen gehad. In dit huis woon ik nu 12 jaar. Mijn man is drie maanden nadat we hier kwamen wonen, overleden. We waren bijna 60 jaar getrouwd.”

Ondersteuning

Sinds 2022 krijgt mevrouw Verkuyl hulp zodat ze zelfstandig kan blijven wonen. “Twee jaar geleden ben ik hier in de straat gevallen en heb daarbij mijn heup gebroken. Ik heb toen twee weken in het ziekenhuis gelegen en ben geopereerd aan mijn heup. Na de operatie is verdere hulp ingeschakeld om ervoor te zorgen dat ik thuis kan blijven wonen. Zo heb ik nu nog steeds één keer in de week fysiotherapie. Het lopen gaat nu

goed, maar ik heb soms nog wel last van mijn heup. Ook is vrij snel na de operatie Vertrouwd thuis ingeschakeld en later is er dagbesteding bijgekomen.”

Ook aan haar familie heeft ze veel steun. “Ik heb vijf kinderen en zeven kleinkinderen. De hele familie woont in de buurt. Sommige familieleden zie ik regelmatig. Zo ga ik op woensdag koffie drinken met mijn zoon en op donderdagavond eet ik met mijn andere zoon, als hij in Nederland is. Hij woont namelijk samen met zijn vrouw deels hier en deels in Bulgarije. Ook heb ik een kleinzoon die vaak langs komt. Hij haalt me dan op en neemt me mee uiteten.”

Vertrouwd thuis

Mevrouw Verkuyl krijgt onder andere ondersteuning van Vertrouwd thuis. Deze zorgdienst is bedoeld voor mensen die langdurig (intensieve) zorg nodig hebben en die graag thuis willen blijven wonen. We bieden zorg, welzijn en huishoudelijke hulp thuis die aansluit op de wensen en behoeften van de cliënt. "In het begin kwam Vertrouwd thuis hier elke dag, de hele dag. Inmiddels is dat afgebouwd. Nu is er elke avond een medewerker, en één ochtend en twee middagen per week. Soms is dat mijn aangetrouwde kleindochter Sabrina. Zij werkt namelijk bij het team van Vertrouwd thuis in Vianen."

"Ze doen van alles: medicijnen klaarleggen, het huishouden, helpen met boodschappen doen, een praatje maken...", vervolgt mevrouw haar verhaal. "Op woensdagmiddag gaat er altijd iemand met me naar de markt en op zaterdagmiddag gaan we winkelen bij Cityplaza in Nieuwegein. Dat vind ik altijd leuk, want ik houd van winkelen."

Dagbesteding

Op dinsdagen en vrijdagen gaat mevrouw Verkuyl naar het dagcentrum in ZorgSpectrum locatie Hof van Batenstein. "Ik word om 10 uur opgehaald en om 16 uur thuisgebracht. We zijn met ongeveer 15 mensen en het is altijd gezellig. We doen bijvoorbeeld spelletjes met elkaar, zoals bingo, sjoelen of met ballen gooien. En met mooi weer kunnen we lekker naar buiten. Ook zijn er regelmatig optredens in Hof van Batenstein waarbij we mogen aansluiten. Ik verheug me er altijd op om naar de dagbesteding te gaan."

Op de dagen dat mevrouw thuis is, vindt ze vooral lezen en tv kijken leuk om te doen. "Vaak zit ik hier op mijn plekje op de bank en lees ik bladen als Story, Privé of Weekend. Ik haal er iedere week één. Mijn favoriete programma op televisie is GTST; dat kijk ik elke avond."

Zorgtechnologie

Na de valpartij twee jaar geleden, zijn er ook aanpassingen gedaan in het huis van mevrouw Verkuyl om het voor haar veiliger te maken. "Er hangen sensoren in de gang, in de woonkamer, bij het toilet en bij de koelkast die hulp kunnen inschakelen als ik ben gevallen. Het enige nadeel is dat je stil moet blijven liggen, anders denkt de sensor dat je weer bent opgestaan en komt er geen hulp. Maar verder ben ik er blij mee. De sensoren kunnen ook zien wanneer ik ander gedrag vertoon dan normaal, wat kan wijzen op een probleem. Op die manier werd onlangs vroegtijdig ontdekt dat ik een blaasontsteking had omdat ik wel erg vaak naar het toilet ging."

Zelfstandig

In haar verhaal benadrukt mevrouw Verkuyl meerdere keren dat ze nog veel zelf doet en hoe blij ze daarmee is. "Tuinieren vind ik bijvoorbeeld erg leuk en ook koken doe ik zelf. Ik maak traditiegetrouw elk jaar met de Paardenmarkt erwtensop voor de familie. En ook bij dingen waar ik een beetje hulp bij nodig heb, doe ik zoveel mogelijk zelf. Voor de boodschappen maak ik bijvoorbeeld zelf een lijstje. Ik vind het heel fijn dat ik nog veel zelf kan en dat ik thuis kan blijven wonen, want ik weet dat het geen vanzelfsprekendheid is."

“Ik ben blij dat ik nog veel zelf kan”



Gastcolumn



De gastcolumn van deze editie wordt geschreven door

Mirjam van Blanken

Programmamanager Innovatienetwerk Ouderenzorg Utrecht van de IVVU (Instellingen voor Verpleging en Verzorging in Utrecht)

“We werken hard aan hoe we het samen anders kunnen doen”

Anders doen we het samen

Ik vroeg AI-tool perplexity.ai om eens haar licht te laten schijnen over het woord 'samen' en in het resultaat lees ik over de waarde van gemeenschappelijkheid, een gevoel van eenheid en verbondenheid. Woorden die wel aanspreken na jaren van individualisering en zelfontplooiing. Het is natuurlijk wel fijn al die keuzevrijheid, je eigen pad en plek zoeken en vinden, persoonlijke groei en ontwikkeling. Het leidt tegelijkertijd ook tot minder sociale cohesie, familie ver weg en niet weten wie je burens zijn. Het leidt tot meer eenzaamheid, ook onder ouderen. En eenzaamheid is niet goed voor de gezondheid, weten we inmiddels.

Ik hoefde ChatGPT of perplexity niet te vragen over de huidige situatie rondom vergrijzing en de arbeidsmarkt, die cijfers kunnen we haast dromen. Veel leuker is het om te schrijven over de regionale en landelijke inspanning die we doen om welzijn en zorg voor kwetsbare ouderen te behouden. Hoe we de mensen die betrokken zijn bij die zorg vanuit hun baan of hun band, ondersteunen. Zodat zij dat met plezier kunnen blijven doen. Hoe we meer mensen daarbij kunnen betrekken, vanuit een gevoel van gemeenschappelijkheid en eenheid.

In iedere regio ontstaan mooie samenwerkingsverbanden. Tussen de zorgorganisaties, en met de eerste lijn en welzijn-organisaties. In Utrecht doen organisaties voor ouderen zorg dat onder de koepel van de IVVU. We werken hard aan hoe we het anders kunnen doen en vooral ook samen. Uitgangspunt is: zelf tenzij, thuis tenzij, digitaal tenzij. We brengen een beweging op gang waarbij we flinke veranderingen

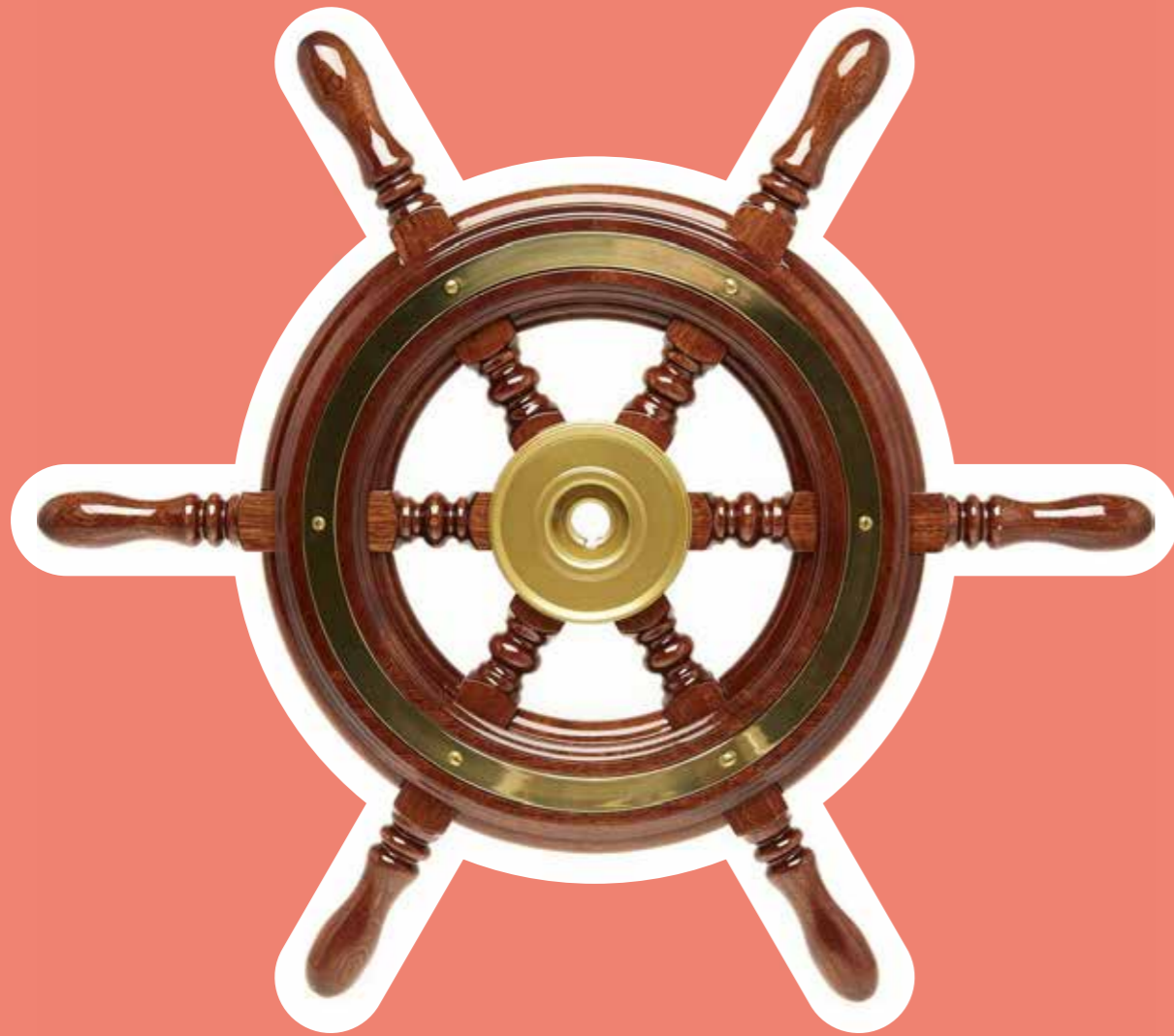
verwachten van de oudere zelf, het netwerk en de buurt en zeker ook van alle medewerkers. Dat vraagt van ieder andere vaardigheden en ander gedrag. Zorg ontvangen en verlenen via beeld, spraakgestuurd rapporteren, samenwerken met andersgeschoolden en informele zorg, onderscheid maken tussen wat zorg is en wat bij het dagelijks leven hoort. Van de zorgorganisaties vraagt het vaardigheden op het gebied van samenwerken en nadenken over structuren waarbinnen dat beter kan.

Via de landelijke stichting Anders Werken in de Zorg zijn de regio's met elkaar verbonden. Kennis en ervaring vanuit iedere regio wordt gedeeld en zo versnellen we, samen. AWIZ Connect, een online community, brengt de regio's dichter bij elkaar en geeft dat gevoel van eenheid in een gezamenlijk probleem.

Al schrijvende bedenk ik dat mijn werk bijdraagt aan mijn persoonlijke groei en ontwikkeling. Kan het wellicht gewoon samen gaan, zelfontplooiing en sociale cohesie? Jazeker, zei perplexity. Met een mooie handleiding erbij.

**ANDERS
WERKEN
IN DE ZORG**

ZorgSpectrum is actief betrokken bij het innovatienetwerk van de IVVU en daarmee ook onderdeel van Anders Werken in de Zorg.



Reablement

Persoonsgerichte zorg, reablement, positieve gezondheid, van zorg naar gewoon leven... hoe u het ook noemt, in al deze visies op zorg zit een belangrijke overeenkomst: het gaat over de verandering van 'zorg' naar 'gewoon leven', zodat ouderen hun leven kunnen blijven leven zoals zij willen en zij zo lang mogelijk eigen regie behouden.

'Reablement' is een term die u inmiddels binnen ZorgSpectrum misschien al vaker heeft gehoord. We zetten in op deze beweging en hebben de afgelopen jaren al mooie stappen gezet. Maar wat is reablement precies? Wat betekent het voor bewoners en cliënten? En wat betekent het voor medewerkers? In dit artikel geven we u een samenvatting.

Het gedachtegoed van reablement

Reablement komt kort gezegd op het volgende neer:

- 1 Neem niet over wat mensen zelf kunnen
- 2 Help mensen te herwinnen wat ze niet meer kunnen
- 3 Zorg samen voor een oplossing voor wat overblijft

Zelfstandigheid behouden, herwinnen en zo lang mogelijk thuis wonen

De meeste ouderen willen hun zelfstandigheid graag zo lang mogelijk behouden en thuis blijven wonen. Maar we weten ook allemaal dat er naar de toekomst toe onvoldoende zorgprofessionals zijn om voor de steeds groter wordende groep ouderen met een zorgvraag te zorgen. Dat betekent dat we de zorg in Nederland op een andere wijze moeten inrichten, dat we nog meer dan nu gaan denken en handelen vanuit het perspectief en de mogelijkheden van de cliënt. En dat we als zorgprofessionals minder gaan overnemen van de client. Cliënten kunnen zelf of samen met hun naasten veel dingen doen om hun zelfstandigheid te behouden. Vrijwilligers of welzijnsorganisaties kunnen daar ook bij helpen. De zorg door zorgprofessionals blijft dan beschikbaar voor ouderen die zwaardere zorg nodig hebben.

Reable Nederland

ZorgSpectrum is in 2023 mede-oprichter geweest van stichting Reable Nederland. Samen met deze vereniging en alle aangesloten (zorg)organisaties maken we ons hard voor een samenleving waarin we er met elkaar voor zorgen dat ouderen deel uit blijven maken van de samenleving. De zorg daaromheen zal anders georganiseerd moeten worden. Reable Nederland heeft daar een mooie video over gemaakt die deze omslag in beeld brengt. Benieuwd naar het filmpje? Scan dan de Q-code of zoek op Youtube naar Reable Nederland.



“Institutionaliseren, het terzijde schuiven van de eigen regie van mensen, is geen passende zorg. Mensen met dementie willen hun eigen leven blijven leiden. Ze willen eigen regie. Je mag zorg niet afdwingen en het leven van hen overnemen”

(Rudi Westendorp, Reable Nederland)

Wilt u meer weten over Reable Nederland? Kijk dan eens op <https://reablenederland.nl/>.

We blijven u op de hoogte houden!

Vakantiewerk in de zorg

“Het is hartstikke leuk om vakantiewerk in de zorg te doen!”
Dat horen we regelmatig terug van vakantiekrachten die bij ZorgSpectrum komen werken. Wat doen zij voor werk, wat maakt het werken in de zorg zo leuk en wat levert het hen aan persoonlijke inzichten op?

Damian, Frederique en Vera vertellen het graag.



Damian (18 jaar)

“Toen mijn opa revalideerde en hij vertelde dat het zo fijn was als er mensen langs kwamen, wilde ik graag iets terug doen in de zorg. Ik doe spelletjes met cliënten, maak een praatje, help met het ontbijt en schenk koffie en thee. Sinds mijn havo-examen werk ik drie dagen per week in De Kuifmees. Na de zomervakantie start ik met de mbo-opleiding Sport aan het ROC Utrecht. Ik had nog geen ervaring in de omgang met mensen met dementie. Daar heb ik vooraf goed uitleg over gekregen. Ik merk dat ik iets voor ze kan betekenen. De tijd nemen en luisteren heb ik hier echt geleerd.”

“De tijd nemen en luisteren heb ik hier echt geleerd.”



Frederique (18 jaar)

“Vorig jaar ben ik als flexmedewerker in de schoonmaak gestart en nu doe ik ook vakantiewerk. Ik help bij welzijnsactiviteiten. In september start ik de hbo-opleiding Verpleegkunde. Het mooie aan deze baan vind ik de blijdschap en waardering die ik krijg van collega's, bewoners en familieleden. De bewoners leer ik steeds beter kennen en er is volop ruimte om zelf te bedenken welke welzijnsactiviteiten ik wil doen. Wat ik vooral heb geleerd, is dat ik rust en geduld moet uitstralen als ik bij bewoners ben. Mijn oma heeft dementie die gerelateerd is aan de ziekte van Parkinson. Soms herken ik symptomen op het werk en leer ik daar beter mee om te gaan. Het werkrooster houdt rekening met de dagen waarop ik kan werken. En de vakantiebaan betaalt goed!”

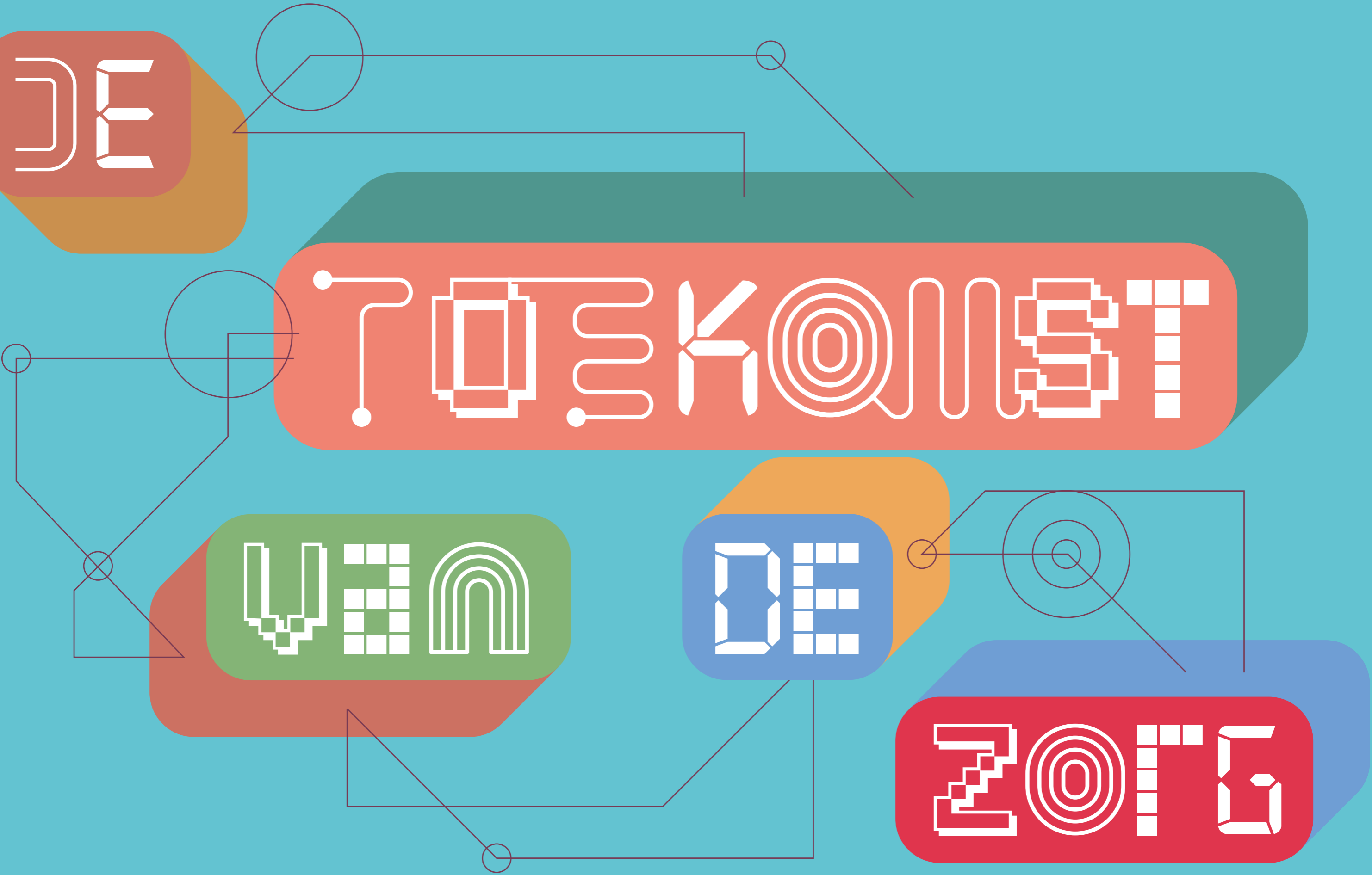
“Ik leer beter om te gaan met mensen met dementie.”

Vera (19 jaar)

“Ik werk al in de supermarkt in Nieuwegein, maar wilde nog extra uren werken in de vakantie. Ik kende ZorgSpectrum al wel omdat mijn overgrootoma in locatie De Geinsche Hof heeft gewoond. Na de zomer ga ik het laatste schooljaar in van de studie Business & Administration bij het ROC in Utrecht en ga ik stage lopen bij Reinaerde. Het vakantiewerk in De Kuifmees is leuk omdat ik merk dat ik van betekenis ben voor mensen. Drie dagen werk ik hier van 9 tot 15 uur en help ik vooral met het ontbijt en de lunch. Dan dek ik de tafel en help ik de bewoners die het soms zelf niet meer allemaal kunnen. Bewoners zijn dankbaar en blij dat ze me zien. Wat ik vooral heb geleerd van bewoners is dankbaar te zijn voor kleine dingen in het leven, elke dag te genieten.”



“De bewoners leren mij tevreden te zijn met kleine dingen in het leven, elke dag te genieten.”





INNOVATIES

Hoe zorgen we ervoor dat ook in de toekomst goede, passende zorg beschikbaar blijft voor wie het nodig heeft? Zorginnovaties spelen hierin een belangrijke rol.

Het aantal kwetsbare ouderen neemt toe en tegelijkertijd loopt het personeelstekort in de zorg verder op. We denken daarom na over de vraag: hoe zorgen we ervoor dat ouderen ook in de toekomst zorg op maat krijgen? Een deel van het antwoord is te vinden in zorginnovaties.

Meer dan zorgtechnologie

Bij zorginnovatie denken veel mensen aan technologische oplossingen. Een voorbeeld hiervan bij ZorgSpectrum is de BedSense. Met deze bedsensor kunnen collega's zien welke bewoners rustig in bed liggen, uit bed zijn of lang in dezelfde houding liggen. Hiermee kunnen valincidenten en doorligwonden worden voorkomen.

Zorginnovatie is echter meer dan dat. Het gaat ook over sociale innovaties, zoals een andere manier van werken. Zo doen we bij ZorgSpectrum locatie De Kuifmees aan visiegericht werken. Elke dag kijkt het team samen welke taken er liggen en hoe ze deze het beste kunnen verdelen. Hierdoor werk je als team efficiënt en volg je meer wat elke bewoner nodig heeft.

Zelfredzaamheid vergroten

Een belangrijk doel van innovaties in de zorg is het vergroten van zelfredzaamheid. Zo kan een opvangzak aan de brievenbus ervoor zorgen dat mensen die moeilijk kunnen bukken, hun eigen post kunnen pakken; maakt een druppelbril het mogelijk om zelfstandig de ogen te druppelen en helpt de automatische medicatiedispenser Medido om op tijd de juiste hoeveelheid medicatie in te nemen.

Dit zorgt ervoor dat mensen langer zelfstandig in hun eigen vertrouwde omgeving kunnen wonen. Maar ook als een meer beschermde woonomgeving zoals een verpleeghuis nodig is, vinden we het als zorgorganisatie belangrijk dat mensen zoveel mogelijk de regie over hun eigen leven behouden en willen we niet overnemen wat mensen zelf nog kunnen.

Werkdruk verminderen

Zorginnovaties zijn er niet alleen voor de cliënt. Ze zijn er ook om zorgmedewerkers te ondersteunen in hun werk om daarmee onder meer de werkdruk te verlagen. In de wijkverpleging werken we bijvoorbeeld sinds begin dit jaar met spraakgestuurd rapporteren in cliëntdossier ONS. Dit betekent dat de zorgmedewerker de rapportage inspreekt in het bijzijn van de cliënt in plaats van typt. Aanvullend hierop zijn we in juli gestart met een pilot spraakgestuurd rapporteren in behandeldossier Ysis. Een groep behandelaren test tot oktober wat deze werkwijze kan bijdragen, met als doel deze functionaliteit verder door te ontwikkelen.

Preventie

Nog een belangrijk voordeel van zorginnovaties is dat ze kunnen voorkomen dat er in de toekomst meer zorg nodig is. Zo kan leefpatroonmonitoring ervoor zorgen dat gezondheidsproblemen vroegtijdig worden ontdekt. Dat werkt als volgt. In de woning van de cliënt zitten op verschillende plekken sensoren die het dagpatroon continu monitoren. Als hierin een afwijking wordt opgemerkt – bijvoorbeeld omdat de cliënt vaker naar het toilet gaat dan normaal – dan gaat er een signaal naar een alarmcentrale. De alarmcentrale neemt daarna contact op met de mantelzorger of het zorgteam om de situatie te beoordelen. Een toename in toiletbezoeken kan wijzen op een blaasontsteking. Door dit vroeg te signaleren kunnen ernstigere gevolgen worden voorkomen. Een gevorderde blaasontsteking kan namelijk leiden tot een delier en soms zelfs tot een (tijdelijke) opname.

Ervaringen

En zo zijn er nog veel meer voorbeelden waarop zorginnovaties bijdragen aan het kwalitatief goed, toegankelijk en betaalbaar houden van de zorg. Op de volgende pagina vertelt collega Patricia van Rooijen over haar rol als ambassadeur zorginnovaties. Ook vertelt Gerda van de Tempel hoe zij zelfstandiger is geworden dankzij een steunkousenpistool.

Patricia van Rooijen is sinds drieënhalffjaar ergotherapeut bij ZorgSpectrum. Daarnaast is ze twee jaar geleden begonnen als ambassadeur zorginnovatie. In dit interview vertelt ze meer over deze rol.

AMBASSADEUR ZORGINNOVATIE



Wat doe je als ambassadeur zorginnovatie?

“Je bent veel bezig met het enthousiasmeren van anderen over zorgtechnologie, producten uitproberen en collega's en cliënten informeren. Meestal komen mensen met een bepaald probleem waarbij al van alles is geprobeerd. Ik kijk dan welke zorgtechnologie zou kunnen helpen. We hebben een breed aanbod bij ZorgSpectrum en we proberen regelmatig nieuwe producten uit. Leveranciers benaderen ons direct of we krijgen via HartingBank, onze samenwerkingspartner rondom zorghulpmiddelen, een product op proef. Wanneer een innovatie succesvol is, kijken we of we het kunnen aanschaffen zodat we het hulpmiddel breder in de organisatie kunnen inzetten. Als aanschaf binnen ZorgSpectrum niet mogelijk is, kijken we of de cliënt het product zelf kan aanschaffen.”

Waarom ben je ambassadeur geworden?

“Ik heb veel affiniteit met zorginnovatie. Zo heb ik mijn afstudeerscriptie in Japan geschreven over het verschil in zorgtechnologie hier en daar. Ik heb daarbij voornamelijk gekeken wat zorgtechnologie doet in verpleeghuizen voor het welzijn. In Japan is heel veel mogelijk omdat technologie meer verweven is in hun cultuur, maar ook in Nederland kunnen we veel bereiken.”

Wat is de grootste uitdaging?

“De implementatie en lange trajecten blijven monitoren. We zijn bijvoorbeeld gestart met een pilot spraakgestuurd rapporteren in behandeldossier Ysis. Het is essentieel om dit planmatig te doen en te blijven monitoren hoe het gaat.”

Zet je veel zorgtechnologie in tijdens je werk als ergotherapeut?

“Ja heel veel. Het kan van alles zijn. Denk aan een robotmaatje die helpt om structuur in de dag te houden, een eethulpmiddel of een polsbandje met GPS waardoor een cliënt meer bewegingsvrijheid heeft.”

Is er een hulpmiddel dat jij hebt geïntroduceerd bij ZorgSpectrum?

“Op dit moment ben ik bezig om te kijken of we exoskeletten kunnen gaan inzetten. Dit is een hulpmiddel dat medewerkers ondersteunt bij fysieke (zware) arbeid om zo langdurige uitval door fysieke klachten te voorkomen. Vorig jaar is het exoskelet getest op ZorgSpectrum locatie De Geinsche Hof door een collega die bekend is met rugklachten. Normaal gesproken neemt zij pijnstillers in om de dag door te komen. Met het exoskelet was dat niet meer nodig.”

Hoe zie jij de toekomst van zorginnovaties?

“We kunnen niet meer zonder. Er is niet genoeg personeel om alle zorg te blijven verlenen. Zorginnovatie zal daarom steeds belangrijker worden. Ik denk dat we naar een 50/50 situatie gaan: 50 procent mensenwerk, 50 procent innovatie. Het mooiste zou zijn als bepaalde handelingen overgenomen kunnen worden door technologie zodat we als zorgmedewerkers meer tijd hebben voor het goede gesprek met de cliënt.”

SLUIT JE AAN BIJ HET ZORGINNOVATIETEAM!

Ben je collega en lijkt het je leuk om net als Patricia deel uit te maken van het zorginnovatieteam? Je bent van harte welkom! Het werk van een ambassadeur beslaat ongeveer 6 uur per week. Interesse of vragen? Stuur een mailtje naar zorginnovatie@zorgspectrum.nl.

“ZELFSTANDIG BLIJVEN IS VOOR MIJ HEEL BELANGRIJK”

Gerda (61) heeft veel gezondheidsproblemen waarvoor ze afhankelijk is van zorg. Dankzij een elektrisch steunkousenpistool heeft ze een stuk zelfstandigheid teruggekregen.

“Ik draag al zo'n 10 jaar steunkousen. Lange tijd was ik hiervoor afhankelijk van de thuiszorg, maar dat wilde ik niet meer. Ik wil mijn kousen kunnen aantrekken wanneer het mij uitkomt en niet wachten tot de thuiszorg er is. Via mijn vorige ergotherapeut kreeg ik in eerste instantie een hulpmiddel waarmee ik handmatig de kousen kon aantrekken. Op een gegeven moment lukte het daar ook niet meer mee, omdat ik te weinig kracht heb. Ongeveer een jaar geleden introduceerde mijn huidige ergotherapeut Patricia (zie vorig interview, red.) daarom dit elektrische steunkousenpistool.

Sindsdien heb ik geen thuiszorg meer nodig voor mijn steunkousen. Dat vind ik heel fijn. Het is voor mij namelijk erg belangrijk dat ik zo zelfstandig mogelijk kan blijven. Er komt al drie keer per week iemand voor het douchen en twee keer per week voor het huishouden. Als er daarnaast nog elke dag thuiszorg moet komen, dan ben je zo aan huis gebonden en dat wil ik niet.

Twintig jaar geleden ben ik op mijn werk uitgevallen met een burn-out. Ik werkte als leidinggevende bij het distributiecentrum van Lays chips. Het was een hele leuke baan, maar wel een waarin ik jarenlang rooibouw heb gepleegd op mijn lichaam door 60 uur per week te werken. En ik bekommerde me altijd meer om een ander dan om mezelf. Toen ik uitviel, kwam alles eruit. Het was het einde van mijn carrière. Voor een workaholic als ik was dat heel moeilijk. En nog steeds ben ik er in mijn hoofd niet altijd aan toe.

Mijn dagen zien er nu heel anders uit. Ik doe wat ik leuk vind, zoals in de tuin zijn, knutselen, Landleven spelen op de pc en films kijken. Ook hebben mijn man en ik een boot. Ik moet goed op mijn energie letten, maar het blijft lastig om niet over mijn eigen grenzen heen te gaan. Er komen ook steeds meer gezondheidsproblemen bij.

Op mijn 26e is ontdekt dat ik fibromyalgie, een vorm van reuma, heb. Daarnaast heb ik twee hernia's in mijn rug, tremors, het syndroom van Raynaud, een hoge bloeddruk, COPD, slaapapneu, depressies, een stoma en kan ik niet zelf plassen. Het is een hele lijst.

Vanwege mijn gezondheid maak ik gebruik van verschillende hulpmiddelen. Naast het steunkousenpistool dat je op de foto ziet, heb ik een trippelstoel, een traplift, een scootmobiel, een rollator, een speciaal matras voor mijn rugklachten en een apparaat voor mijn slaapapneu.

In 2017 ben ik heel erg ziek geweest. Het ging toen mis bij een operatie waarbij mijn stoma is verplaatst. Het gevolg was een nierbekkenontsteking, een dubbele longontsteking en een buikvliesontsteking. Ik heb met één been in het graf gestaan. Ik koester het daarom heel erg dat ik hier nog ben.

Ik ben ontzettend strijdlustig. Natuurlijk heb ik wel eens gedacht 'kom me maar halen', maar op zulke momenten denk ik al gauw: nee, er is niemand die mij eronder krijgt! Ik heb een heel positieve instelling en probeer altijd de mooie dingen van het leven te zien. Ik heb een heel lieve man, mijn hond is een enorme steun en mijn kleindochters betekenen alles voor me.”



Je bent al jaren vriendinnen en dan krijgt de één de diagnose dementie. Verandert dit de vriendschap of juist niet? Gerda (63) en Antoinette (69) delen hun ervaringen.

Vriendschap bij dementie



Als Gerda van Dort (foto links) op 16-jarige leeftijd Antoinette Klomp (dan 21 jaar) ontmoet, is ze onder de indruk van haar uiterlijke verschijning. Gerda: "Antoinette droeg altijd van die prachtige kleren. Ze was zo mooi.... (lacht) En dat is ze nog steeds!"

Jeugdsoos en vereniging als ontmoetingsplek voor jongeren

Gerda: "We leerden elkaar kennen in de jeugdsoos 'in de PB', de Pieter Bruegelstraat in Utrecht bij de kerk waar we dansten. Eigenlijk onze hele vriendengroep, die we overigens nu nog regelmatig zien, leerde elkaar daar kennen." Ze ontmoetten er beiden ook hun echtgenoten Peter en Fred. Antoinette: "Peter was dj in de soos. De jeugd ontmoette elkaar vroeger in de soos of bij het voetbalvereniging Celeritudo." Gerda vult aan: "Uitgaan deden we in discotheek Don Quichot op de hoek van de Boterstraat/Visschersplein. Die discotheek bestaat nu niet meer. Na het stappen gingen we een sateetje eten in Le Clochard. Het waren mooie tijden!"

Samen uit, samen thuis

Ze groeiden samen op en delen veel herinneringen met elkaar, zoals elkaars bruiloft en de geboorte van de kinderen. Gerda: "We komen op elkaars verjaardag en zijn vaak dagjes uit geweest samen en met de gezinnen, zoals naar Spakenburg, de Efteling en het strand. En met kerstavond zijn we altijd bij elkaar. Dan gaan we naar de kerkdienst en eten we na afloop bij mij thuis kerstbrood. Dat houden we er nog steeds in. We spreken met zijn tweeën af, maar meestal met zijn vieren."

Vriendschap in voor- en tegenspoed

Antoinette: "Sinds ik ongeveer 50 jaar ben is er bij mij vasculaire dementie vastgesteld. Ik heb nog lang thuis kunnen wonen, maar sinds eind vorig jaar woon ik hier in de woongroep JMD (jonge mensen met dementie) en ga ik drie dagen in de week ook beneden naar het dagcentrum JMD. Mijn man komt regelmatig. Natuurlijk is dat erg wennen, je bent tenslotte al zo lang getrouwd. Ik hecht veel waarde aan de vriendschap met Gerda. Ik kan met haar lachen en eigenlijk zijn we er gewoon altijd voor elkaar geweest. Ook als het minder goed gaat. Dat is niet veranderd sinds ik dementie heb. Ik waardeer haar eerlijkheid, ze is oprecht en

maakt wel eens een geintje, maar altijd met respect. Gerda beaamt dit en lacht: "Ja dat is zo, maar je weet achter ieder geintje, zit een seintje!" Gerda heeft veel bewondering voor het doorzettingsvermogen van haar vriendin en is trots op haar. "We lachen er maar om samen, maar zonder gekheid: Antoinette is een doorpakker en geeft nooit op. Dan denk ik wel eens Daar gaat ze weer. Weet je dat ze ook aan rolstoeldansen doet en dat ze heel goed kan zingen? Hard en zuiver. Ze kan nog steeds heel veel." Antoinette is bescheiden. "Ik probeer te blijven doen wat ik kan, al wordt het wel steeds lastiger om positief te blijven."

Hechter

Gerda: "Tegenwoordig ga ik wat vaker naar Antoinette toe. Onze vriendschap is hechter geworden de laatste jaren. Misschien dat juist de diepere gesprekken ons dichter bij elkaar brengen. We zijn 47 jaar bevriend en genieten zoveel mogelijk van alle mooie momenten waarop we samen zijn. En van herinneringen ophalen, genieten we allebei."

“Onze vriendschap is hechter geworden de laatste jaren”

EEN DAG MET...

BEGELEIDER DAGCENTRUM JACQUELINE DE VOR

Jacqueline de Vor is 54 jaar en met een dienstverband van 31 jaar bij ZorgSpectrum vrijwel voor iedereen een bekend gezicht. Als begeleider op het dagcentrum in Vreeswijk en De Geinsche Hof heeft zij voor iedereen een hartelijk woord en vriendelijke begroeting. In 'Een dag met' vertelt zij over een gemiddelde dag op de Parkinsongroep in De Geinsche Hof.

"Ik heb de allerleukste baan die er is!", vertelt Jacqueline enthousiast. "De Parkinsongroep is een hechte groep van 8 deelnemers. Wij hebben het altijd over 'bezoekers'. Er zijn twee dagen waarop deze specifieke dagbehandelingsgroep voor mensen met een vorm van Parkinson(isme) bij elkaar komt. Bezoekers komen één of twee keer per week." Naast de dagbehandeling voor mensen met Parkinson, begeleidt Jacqueline ook het dagcentrum in Vreeswijk voor mensen die behoefte hebben aan dagstructuur en sociale activiteiten. "Elke groep kent zijn eigen dynamiek. Voor deze Parkinsongroep geldt net een andere dagstructuur. De dag is fysiek erg intensief en gericht op behandelingen voor specifieke klachten die het gevolg zijn van de ziekte van Parkinson(isme). Daarnaast is er aandacht voor sociale activiteiten. De deelnemers delen ervaringen met elkaar en tips."



JACQUELINE
DE VOR

8:30 – 9:15

Mijn dag begin ik met het afluisteren van mijn voicemail of er bezoekers van de dagbehandeling zijn die zich hebben afgemeld. Ik lees de overdracht van mijn collega en als er bijzonderheden zijn lees ik rapportages in het cliëntdossier. Tussendoor zet ik alvast de koffie en thee voor de eerste bezoekers.



9:15 – 10:30

Ik stem eventuele bijzonderheden af met de fysiotherapeut en psycholoog. De eerste bezoekers van het dagcentrum arriveren al. Ik neem de tijd om met iedereen bij te praten en vooral te luisteren.

"De voldoening die ik uit mijn werk haal, is erg groot. Het is dankbaar werk en het voelt fijn als ik eraan mag bijdragen dat iemand zich gehoord, gezien en geholpen voelt." Jacqueline kent alle bezoekers goed en weet vooral ook nieuwe bezoekers op hun gemak te stellen. "Ik merk dat nieuwe bezoekers het soms lastig vinden zo'n eerste keer te komen. Zij hebben soms het vooroordeel dat het dagcentrum wat saai is. Maar dat is absoluut niet zo. Dat hoor ik ook vaak terug van mensen als ze zijn geweest, dat ze het erg leuk vinden en vooral ook heel gezellig met elkaar. Er zijn op elk dagcentrum al zoveel hechte vriendschappen ontstaan!"

10:30 – 11:30

De groep start met een ontspanningsoefening en aansluitend een groepsbehandeling. Dat kan een behandeling zijn van de fysiotherapeut, logopedist, diëtist, muziektherapeut, psycholoog, ergotherapeut, specialist ouderengeneeskunde, bekkenpecialist of creatief therapeut. Alle behandelingen zijn volledig gericht op Parkinson.

13:00 – 14:00

Vrijwel alle deelnemers gaan even rusten in de ontspanningsstoelen. Ondertussen ruim ik de tafel af, start al met het schrijven van de ochtendrapportage en lees de mail.



Het verschil tussen dagactiviteiten en dagbehandeling zit in de behandelingen die plaatsvinden. Bij de Parkinsongroep bestaat een groot deel van de dag uit (groeps)behandelingen die specifiek gericht zijn op mogelijke gevolgen van Parkinson(isme). "Zo is er dagelijks fysiotherapie waarbij oefeningen zijn gericht op herstel of behoud van kracht en balans, maar ook op heel praktische dagelijkse handelingen zoals het zitten en opstaan, of het in- en uit bed of auto stappen. Handelingen die de dagelijkse routine beïnvloeden en daarmee geoefend kunnen worden. Maar wat alle groepen sowieso met elkaar gemeen hebben, is de gezelligheid en humor."

11:30 – 12:15

Muziektherapie: alle deelnemers volgen de TIMP-training (Therapeutical Instrumental Music Performance). In de tussentijd zet ik medicatie klaar en dek ik alvast de tafel voor de lunch.

12:15 – 13:00

We genieten van een gezamenlijke lunch. Als er hulp nodig is bij het smeren van de boterham dan help ik. We proberen zoveel mogelijk in rust te lunchen om het risico op verslikking (een veel voorkomend probleem bij Parkinson) te voorkomen.

14:00 – 14:45

Terwijl de groep functionele fysiotherapie krijgt in de fysioruimte, neem ik het meubilair af, haal een stofzuiger door de ruimte en gooi het afval weg.



14:45 – 15:30

Ik maak drinken voor de deelnemers en breng het naar de fysioruimte. De fysiotherapie gaat over in individuele fitness.

Ze volgen een persoonlijk programma en ik ondersteun de fysiotherapeuten.



15:30 – 16:30

We gaan terug naar het dagcentrum. Tassen en jassen worden verzameld en ik maak een praatje met iedereen.



16:30 – 17:00

De laatste bezoekers worden opgehaald door taxi, regiovervoer of familie. Ik haal de vaatwasser leeg, bel familie als er vragen zijn of noteer eventuele bijzonderheden tijdens de fitness in het dossier.



17:00

De werkdag zit erop en ik ga naar huis.



“Dat ik al 31 jaar bij ZorgSpectrum werk en met nog evenveel plezier op de dagcentra, zegt genoeg”, deelt Jacqueline. Morgen is mijn laatste werkdag voor de zomervakantie en vertrek ik naar Frankrijk. Ik ga heerlijk genieten van de ontspanning, maar ik weet zeker dat ik het ook weer fijn vind als ik bij terugkomst iedereen weer zie!”

Jacqueline ervaart ook de betrokkenheid en inzet van de zogenaamde ‘Partnergroep’ van de bezoekers van de Parkinsongroep als heel bijzonder. “Onder begeleiding van de psychologen komen de partners van de Parkinsongroep vijf keer per jaar bij elkaar. Ook zij delen dan informatie met elkaar en wisselen tips uit. Daarnaast horen zij wat er op de dagbehandeling gebeurt en geven behandelaars uitleg waarom specifieke behandelingen worden toegepast. Dat vergroot ook het begrip naar hun partner en zo kunnen mantelzorgers zelf ook beter met de ziekte en de gevolgen omgaan. Parkinson treft namelijk niet alleen de bezoekers zelf, maar ook hun directe netwerk. Ik vind het mooi dat daar binnen ZorgSpectrum ook aandacht voor is. En na afloop van de bijeenkomst komen partners dan soms ook even op de groep bijkletsen. Zo leren wij elkaar ook kennen en maakt dat het net wat makkelijker om even je vraag te stellen en ontstaat er snel persoonlijk contact.”

In het kort



ZorgSpectrum

Werk met heel je hart

Word jij onze nieuwe collega?

WERVINGSCAMPAGNE

Landelijk, maar zeker in de regio Utrecht, is er sprake van een groot tekort aan zorgpersoneel en zijn er veel vacatures. Reden te meer om ook bij ZorgSpectrum extra aandacht te besteden aan de inzet van wervingscampagnes om te laten zien dat het werken in de zorg ontzettend mooi is en dat het betekenisvolle werk veel voldoening geeft. ZorgSpectrum is een algemene wervingscampagne gestart voor zorgcollega's op de locaties, ook is er een specifieke campagne ingericht voor collega's in de nieuwe woonzorglocatie Brinkhoef en tot slot nog een campagne voor het aantrekken van leerlingen.

DWARSLAESIEZORG ERVENSTAETE

Gedurende drie jaar heeft ZorgSpectrum een eigen revalidatie-afdeling gehuisvest in het gebouw van De Hoogstraat Revalidatie in Utrecht. De samenwerking had als doel om mensen met een dwarslaesie beter te kunnen ondersteunen in hun revalidatieproces. De afgelopen jaren hebben we deze expertise steeds verder doorontwikkeld. We wilden deze zorg op een grotere locatie aanbieden en daarom is de dwarslaesierevalidatie vanaf juni verplaatst naar revalidatielocatie Ervenstaete in Houten. In deze locatie bieden we nu electieve orthopedie, dwarslaesie- en traumarevalidatie. ZorgSpectrum en De Hoogstraat werken nog steeds samen aan goede dwarslaesiezorg.

WOONZORGLOCATIE BRINKHOEF OPENT IN OKTOBER

Bijna is het zover: woonzorglocatie Brinkhoef opent in oktober haar deuren in het dorp Hoef en Haag (Vijfheerenlanden). De laatste hand wordt nu gelegd aan de inrichting en dan nemen de eerste bewoners er hun intrek. Er zijn nog appartementen beschikbaar. Heeft u of uw naaste dementie en een indicatie voor zorgprofiel vv 5 of 7? Neem dan contact op met afdeling Klantadvies voor meer informatie of bekijk de folder op de website.



“De Parkinson Dagbehandeling vind ik heel plezierig”

Jan Meijer (78) heeft Parkinsonisme. In dit artikel vertelt hij hoe de ziekte zijn leven beïnvloedt.

“Zes jaar geleden is bij mij MSA-p, een vorm van Parkinsonisme, vastgesteld. Zelf merkte ik op dat moment nog niets, maar mijn huisarts zag dat ik moeite had met opstaan en zag een vlakke uitdrukking in mijn gezicht. Ik ben toen verwezen naar de neuroloog en die heeft de vermoedens van mijn huisarts bevestigd.

De ziekte heeft veel invloed op mijn leven. Ik kan heel weinig zelfstandig. Zo moet ik geholpen worden met douchen, aankleden, naar het toilet gaan, eten klaarmaken en soms ook met eten. Ik merk vooral dat mijn spierkracht afneemt, dat mijn stem zachter is geworden en ik heb problemen met coördinatie. En soms wil ik iets zeggen maar dan komt het er gewoon niet uit. Dit gebeurt met name als ik moe ben. MSA-p is een progressieve ziekte, maar het afgelopen jaar is het redelijk stabiel gebleven.

Sinds twee jaar ga ik naar de Parkinson Dagbehandeling in ZorgSpectrum locatie De Geinsche Hof. In eerste instantie alleen op vrijdagen, een halfjaar later is de woensdag erbij gekomen. Op de dagbehandeling volg ik allerlei therapieën; van de logopedist, de ergotherapeut, de fysiotherapeut en de muziektherapeut. Ook de arts, de diëtist en psychologen zijn bij de groep aangesloten. De dagbehandeling vind ik heel plezierig. Je hoort nog eens wat van een ander en het is fijn om met gelijkgestemden te zijn. Iedereen is zeer open; we kunnen over alles praten met elkaar.



Contact met lotgenoten vind ik ook in het Parkinson Café. Ik ga hier altijd naartoe met mijn vrouw Ada. We praten hier met andere mensen die Parkinson(isme) hebben en er worden lezingen gegeven door specialisten. We hebben er heel veel geleerd.

Naast de dagbehandeling komt er twee keer per maand voor drie uur hulp in huis om bijvoorbeeld met mij te wandelen of te praten of om klusjes in huis te doen. Daarnaast neemt Ada alle zorg op zich.

Als ik thuis ben, zit ik de hele dag achter mijn pc. Ik ben systeemprogrammeur geweest en heb grote bedrijven geadviseerd over het inrichten van hun IT-omgeving. Die kennis gebruik ik nu om eigen wiki's (een soort websites) bij te houden. Ik heb dus van mijn beroep, mijn hobby gemaakt.

Ik maak gebruik van verschillende hulpmiddelen. Zo heb ik een rollator, een trippelstoel en een hoog-laagbed. Ook hebben we het huis verbouwd zodat ik niet meer naar boven hoef. De garage is nu mijn slaapkamer en badkamer. Dit is gescheiden van de woonkamer door een grote schuifwand. Hierdoor kunnen we in dit huis blijven wonen. Dat vinden we erg prettig, want het is een hele fijne buurt.”