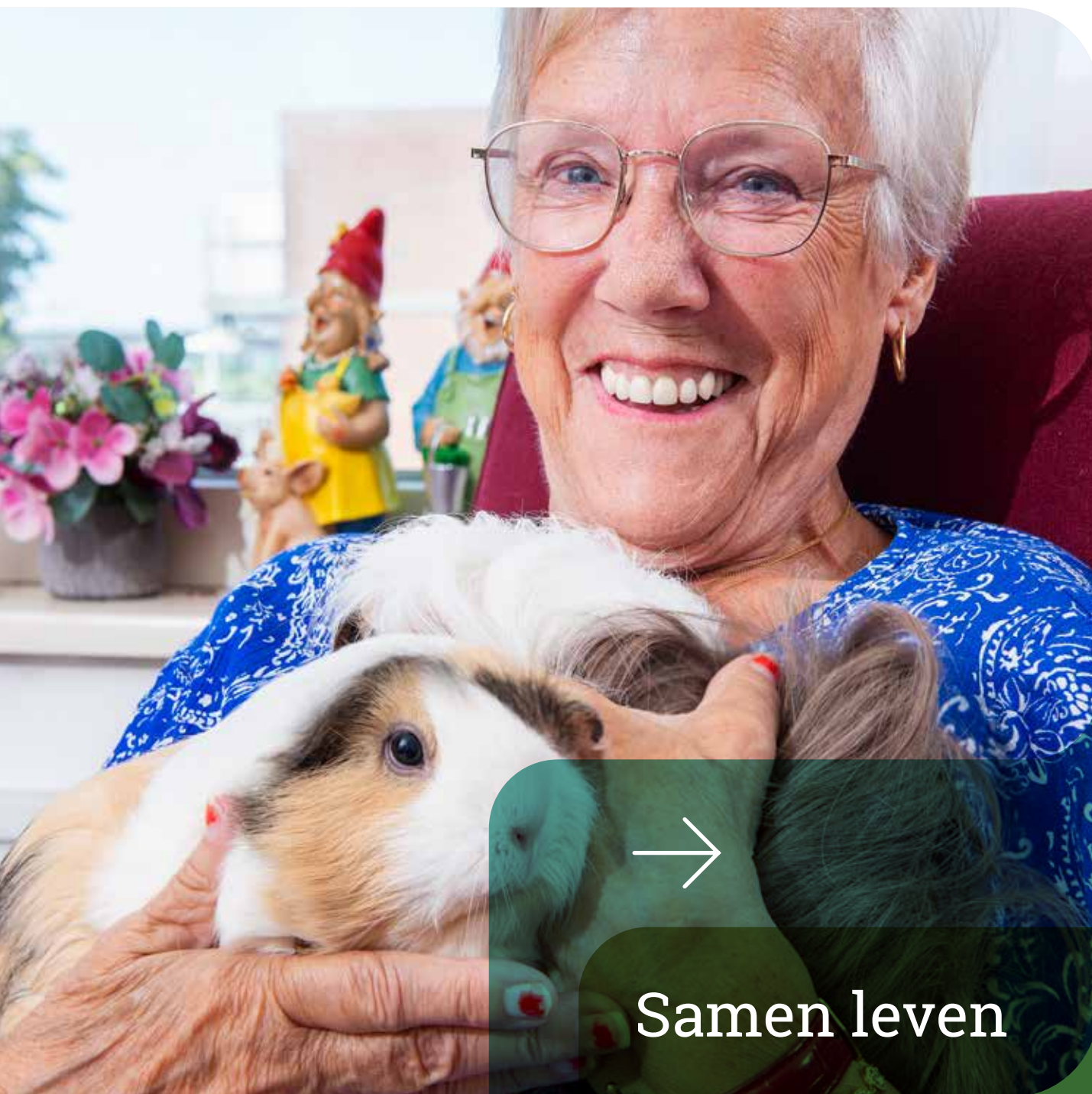


Samen



September 2026 / nummer 26



Samen leven

ZorgSpectrum

samen meer mogelijk



Werk met heel je hart

Bij ZorgSpectrum werk je iedere dag aan iets dat ertoe doet. Voor ouderen die ondersteuning nodig hebben én voor jezelf. Dat kan op een woonzorglocatie zijn, bij mensen thuis, in een dagcentrum of binnen de revalidatie. Iedere werkplek is anders, maar overal draait het om aandacht, vertrouwen en samen goede zorg bieden.

Werk op een plek die bij je past

Misschien wil je cliënten langere tijd leren kennen. Misschien werk je liever zelfstandig in de wijk of spreekt een tijdelijke, intensieve zorgvraag je juist aan. Binnen ZorgSpectrum zijn er verschillende mogelijkheden om je vak uit te oefenen, nieuwe ervaring op te doen en jezelf verder te ontwikkelen. Of je nu aan het begin van je loopbaan staat, al jaren in de zorg werkt of toe bent aan een volgende stap: we kijken graag samen waar jouw ervaring, wensen en talenten het beste tot hun recht komen.

Voor wie zijn er mogelijkheden?

- Helpende en Helpende Plus
- Verzorgende IG en verpleegkundige
- Starters, ervaren zorgprofessionals en herintreders
- Zij-instromers die willen leren en werken in de zorg

Ontdek welke
plek bij jou past



Scan de QR-code of kijk op
werkmetheeljehart.nl

ZorgSpectrum

samen meer mogelijk

Voorwoord

Duurzaamheid hoort bij samen leven



Samen
ZorgSpectrum magazine
September 2026 / nummer 26

(Eind)redactie:

Elise van Beek
Laura van Bragt
Regina Falck
Suzanne van Leeuwen
Lisette Oudhof

Vormgeving:

Enchilada

Drukwerk:

Koninklijke Van der Most

Fotografie:

Liesbeth Dinnissen fotografie
ZorgSpectrum

ZorgSpectrum

Nieuwegein / Houten / Vianen / Hoef en Haag
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,

Graag stel ik mij aan u voor. Mijn naam is Anna en met trots mag ik mij voor het eerst als directeur Nieuw thuis van ZorgSpectrum tot u richten. Deze nieuwe rol vanaf april dit jaar betekent voor mij vooral: luisteren, ontmoeten en samen ontdekken wat mensen nodig hebben om zo prettig mogelijk te leven. Want goede zorg gaat niet alleen over ondersteuning op het juiste moment. Het gaat ook over gezien worden, verbonden blijven en ruimte houden voor wie je bent.

Daarom raakt het thema van dit magazine, Samen Leven, mij zo. In de verhalen leest u hoe verschillend samen leven eruit kan zien. Bijvoorbeeld in het interview over WonenPlus, waar Arie vertelt hoe waardevol het is om zelfstandig te wonen, met eigen regie én zorg dichtbij wanneer dat nodig is. Zo wordt langer thuis wonen niet alleen mogelijk, maar ook vertrouwd en veilig.

Ook duurzaamheid hoort bij samen leven. We laten zien hoe ZorgSpectrum werkt aan gebouwen die klaar zijn voor de toekomst, én aan duurzame inzetbaarheid van medewerkers. Want zorgen voor

morgen betekent ook goed zorgen voor de mensen die vandaag klaarstaan voor cliënten.

Verder leest u warme verhalen van bewoners over hun huisdier: soms een trouwe vriend, soms een bron van rust, altijd onderdeel van het leven. Indrukwekkend is ook het persoonlijke verhaal van een Sandra over de terminale fase van haar moeder en de liefdevolle zorg in Brinkhoef. Een verhaal over liefde, nabijheid en loslaten. En u ontmoet Ed die Alzheimer heeft, nog zelfstandig woont en laat zien hoeveel er nog wél kan, met passende steun en vertrouwen.

Ik hoop dat deze verhalen u inspireren en raken. Ze laten zien dat samen leven ontstaat in grote keuzes én kleine momenten. In zelfstandigheid, aandacht, zorg, herinneringen en toekomstplannen. Ik kijk ernaar uit om samen met u verder te bouwen aan een ZorgSpectrum waar iedereen zich gezien en verbonden voelt.

Hartelijke groet,
Anna Ketting,
directeur Nieuw thuis

Arie van Hoff (79) woont inmiddels vier jaar in een WonenPlus-appartement in Nieuwegein. Met ondersteuning van Vertrouwd thuis en voorzieningen om de hoek blijft Arie zelfstandig en kan hij zijn dagen op zijn eigen manier invullen.

Wonen Plus

Zelfstandig wonen, de regie over je eigen leven houden én zorg dichtbij als dat nodig is. Voor veel ouderen is dat precies wat WonenPlus mogelijk maakt. Toen Arie en zijn vrouw nog in Utrecht woonden, hadden zij de wens om terug te keren naar Nieuwegein. Via WoningNet kwam hij het appartement tegen waar hij nu woont. "We hadden eigenlijk geen verwachtingen", vertelt hij. "We waren vooral blij dat we weer een fijn onderdak hadden. Tegen het verhuizen zag ik wel op, maar uiteindelijk is alles goed gekomen."

Inmiddels voelt zijn appartement als thuis. Het is een plek waar hij zelfstandig woont, waarbij ondersteuning altijd dichtbij is. Arie ontvangt drie keer per dag ondersteuning van Vertrouwd thuis. Dat was in het begin even wennen. Ook komt er huishoudelijke hulp langs. "Waar ik het meeste moeite mee heb, is mijn sokken aantrekken. Verder probeer ik zoveel mogelijk zelf te doen. Het enige nadeel is dat ik met een rollator loop. Maar verder voel ik eigenlijk geen beperkingen. Het is fijn dat ik kan blijven doen wat ik wil doen. Ik heb altijd

alles zelf gedaan, en ineens kwamen er meerdere mensen per dag binnen om te helpen. Daar moest ik aan wennen en dat accepteren vond ik lastig. Maar nu ben ik juist blij dat ze er zijn."

Het gevoel van eigen regie is voor Arie belangrijk. Arie warmt zelfstandig zijn maaltijden op en hij regelt veel zaken zelf. Op de vraag of hij zijn dagen kan indelen zoals hij zelf wil, antwoordt hij lachend: "Ik luister naar de mensen, maar ik doe toch wat ik zelf wil."

Alles dichtbij

Een groot voordeel van het wonen in zijn appartement is de omgeving. Winkels zijn op loopafstand en ook het gezondheidscentrum bevindt zich vlakbij. "Als ik iets nodig heb, kan ik daar makkelijk naartoe lopen. En vaak komen ze zelfs aan huis. Onder begeleiding van Vertrouwd thuis van ZorgSpectrum ga ik elke vrijdag boodschappen doen. Dan gaan we samen naar de winkel en dat vind ik fijn."

Onder de mensen blijven

Hoewel Arie niet veel contact heeft met buurtgenoten in het appartementencomplex, voelt hij zich niet alleen. Drie dagen per week bezoekt hij de dagbehandeling bij ZorgSpectrum locatie De Geinsche Hof. "Ik vind het heerlijk", vertelt hij enthousiast. "Ik word opgehaald met de taxi. We drinken samen koffie, praten over allerlei onderwerpen, doen fysiotherapie en geheugenspelletjes. Je bent onder de mensen en dat vind ik belangrijk."

Vorig jaar is de vrouw van Arie overleden. Een ingrijpende gebeurtenis, maar hij probeert zijn leven op zijn eigen manier vorm te blijven geven. Zijn bonusdochter speelt een grote rol in zijn leven. Samen ondernemen ze veel. Binnenkort vertrekken ze naar de Costa Brava in Spanje en ze gaan regelmatig eropuit met familie. "Mijn bonusdochter komt geregeld langs. Volgende week ga ik naar een rockconcert met mijn bonusdochter, schoonzoon en kleinzoon. Coverbands van Fleetwood Mac en Guns N' Roses. Daar geniet ik echt van. Ik ben wel kapot als ik thuiskom, maar ik vind het heerlijk."



Nieuwsgierig en zelfstandig blijven

Dat Arie graag zelfstandig blijft, blijkt ook uit zijn interesse in technologie. “Ik vind het leuk om foto’s te bewerken en nieuwe dingen uit te proberen. Vorig jaar heb ik een nieuwe telefoon, iPad en laptop gekocht. Ik heb mezelf geleerd hoe alles werkt. Als ik iets niet weet, zoek ik het gewoon uit. Alles wordt digitaal, dus je moet er wel een beetje bij blijven. Ik haal daar veel plezier uit.”

Vertrouwd en veilig in de eigen omgeving

Naast zelfstandigheid biedt WonenPlus rust en zekerheid. Arie weet dat hulp beschikbaar is wanneer dat nodig is. “De zorg komt kijken of alles goed gaat. Het geeft een veilig gevoel. Toen ik eens wat later thuiskwam van de dagbehandeling, hadden zorgmedewerkers de geleverde maaltijden alvast binnengezet en in de koelkast gelegd. Dat soort dingen zijn gewoon prettig.”

Ondanks alle ondersteuning blijft het gevoel van eigen regie voorop staan. Hij bepaalt zelf hoe zijn dag eruitziet en welke activiteiten hij onderneemt.

“Ik denk niet aan overmorgen, hooguit aan morgen.

Als je te ver vooruitdenkt, word je stapelgek. Ik probeer gewoon te genieten van wat er vandaag is.”

En dat lukt hem goed. In zijn eigen appartement, met zorg dichtbij, familie om zich heen en de vrijheid om zijn eigen keuzes te maken, heeft Arie een plek gevonden waar hij zich thuis voelt. “Het voelt vertrouwd,” zegt hij. “Ik heb mijn eigen plekje en ik probeer dingen te blijven doen. Dat is voor mij het belangrijkste.”



“Volgende week ga ik naar een rockconcert”

Meer weten over Wonen Plus?

Scan de QR-code



“Samen verantwoordelijkheid nemen voor de momenten dat het leven even moet wachten”



De gastcolumn van deze editie wordt geschreven door

Abbas Ashtari

programmamanager Transformatieplan
kortdurend verblijf regio Utrecht

Samen herstellen in de regio

Een revalidatietraject begint vaak met één vraag: wanneer kan ik weer naar huis? Eenvoudig gesteld, en tegelijkertijd de kern van waar we in de regio Utrecht met twaalf organisaties aan werken.

Vanaf de visievorming tot en met de realisatie ben ik bij dit transformatieplan betrokken: eerst als adviseur, sinds 2025 als programmamanager. Achter die titel zit een eenvoudig doel: ervoor zorgen dat mensen die herstellen van een operatie, een beroerte of een val zo snel en zo goed mogelijk weer kunnen leven waar ze willen leven. Meestal is dat thuis. Soms eerst een korte tijd in een geriatrisch revalidatietraject bij een van de zes zorgaanbieders in onze regio.

Om dat goed te organiseren werken twaalf organisaties in de regio samen: zes zorgaanbieders — AxionContinu, Careyn, QuaRijn, Silverein, Warande en ZorgSpectrum — drie ziekenhuizen — UMC Utrecht, Diakonessenhuis en St. Antonius — en drie regionale huisartsenorganisaties — Unicum, SterkZorg en RegiozorgNu. Daar omheen sluiten gemeenten, welzijn en mantelzorg aan.

Dat is geen klein werk. Twaalf organisaties met eigen culturen, eigen belangen en eigen werkwijzen leren elkaar verstaan. Twee tastbare resultaten: de digitale patiëntenfolder over geriatrische revalidatie die we samen met de drie ziekenhuizen

hebben ontwikkeld, en de regionaal uniforme ambulante zorgpaden die we per diagnosegroep uitwerken. Daarmee krijgt een cliënt vanaf de eerste ziekenhuisdag dezelfde heldere uitleg en weet elke betrokken professional waar zij of hij aan toe is.

Wat ons drijft is een eenvoudige gedachte: revalidatie hoort bij het leven, niet ernaast. Hoe soepeler de overgang van ziekenhuis naar revalidatie, en van revalidatie weer naar huis, hoe sneller dat gewone leven verder kan. Samen leven betekent in onze regio daarom ook: samen verantwoordelijkheid nemen voor de momenten dat het leven even moet wachten.

We zijn er nog niet, maar de richting is helder. En de allerbelangrijkste graadmeter blijft die eerste vraag: wanneer kan ik weer naar huis?

Minder verspilling en
minder afval



Minder energie, slimme
mobiliteit en terugdringen CO₂-uitstoot



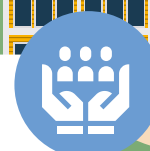
Duurzame inzetbaarheid van
medewerkers verbeteren



Geen verspilling van medicijnen



Bevorderen welzijn cliënten
door meer beweging en
gezond eten



Duurzaamheidsplannen delen en
eigen maken met collega's, cliënten,
naasten en vrijwilligers



Elke dag bieden we waardevolle zorg vanuit onze kernwaarden: Samen, Betrokken en Professioneel. Die waarden passen goed bij duurzaamheid. Want duurzaam werken doen we samen. We nemen verantwoordelijkheid voor elkaar, voor de mensen om ons heen én voor de wereld van morgen. Dat doen we op een manier die bij ons past: praktisch, betrokken en stap voor stap. In deze Samen lichten we zes duurzaamheidsthema's uit.



Minder verspilling en minder afval

We willen slimmer omgaan met spullen en materialen. Daarom kopen we duurzaam in waar dat kan, gebruiken we vaker herbruikbare producten en letten we goed op onze voorraden. Ook scheiden we afval zorgvuldig volgens de Milieuthermometer Zorg. Ons doel is dat in 2030 minder dan 25% van ons afval restafval is. Daarnaast proberen we elk jaar nieuwe manieren uit om minder weg te gooien en delen we goede voorbeelden met elkaar. Zo starten we deze maand een proef met het gebruik van wasbaar incontinentiemateriaal.



Minder energie, slimme mobiliteit en minder CO₂-uitstoot

Ook energie en vervoer maken een groot verschil. We werken daarom aan gebouwen die minder energie gebruiken, kiezen voor groene stroom en nemen maatregelen die energie besparen. Zo willen we in 2030 55% minder CO₂ uitstoten dan in 2018. Daarnaast stimuleren we duurzaam reizen, bijvoorbeeld met de fiets, te voet, met het openbaar vervoer of met elektrische auto's. Alle locaties werken toe naar minimaal niveau brons van de Milieuthermometer Zorg.



"We zijn trots dat we in locatie Het Houtens Erf opnieuw gecertificeerd zijn voor de milieuthermometer zorg. We zien bijvoorbeeld dat collega's bewuster omgaan met materialen om verspilling te voorkomen."

Sandra van Eijk, directeur Gastvrijheid en service



Duurzame inzetbaarheid van medewerkers

Duurzaamheid gaat ook over goed zorgen voor elkaar. We willen dat medewerkers gezond, betrokken en met plezier kunnen blijven werken. Daarom zetten we in op meer werkplezier, een gezonde balans en daardoor minder verzuim. We volgen hoe het gaat met onder andere de inzetbaarheidsscore, de betrokkenheid en het verloop. Zo kunnen we op tijd bijsturen en samen werken aan een fijne en gezonde werkomgeving.



"Duurzame zorg vraagt om aandacht voor elkaar. Wij investeren in het welzijn van medewerkers, in elke levensfase, als fundament onder goede kwalitatieve en toekomstgerichte zorgverlening."
Rowena Spoormaker
Directeur Medewerkers en organisatieontwikkeling



Geen verspilling van medicijnen

Ook bij medicijnen willen we verspilling voorkomen. We kijken kritisch naar wat echt nodig is en voorkomen waar mogelijk onnodig voorschrijven, te veel voorraad en hoge doseringen. Medicijnresten zamelen we apart in en voeren we veilig af. Ook trainen we medewerkers in duurzaam en verantwoord omgaan met medicijnen. Zo willen we minder ongeopende verpakkingen vernietigen en minder spoedleveringen nodig hebben.



Meer welzijn door bewegen en gezond eten

Een duurzame leefomgeving draagt bij aan het welzijn van cliënten. We kijken daarom naar wat bijdraagt aan kwaliteit van leven, zelfredzaamheid en dagelijks welbevinden. Gezond en lekker eten hoort daarbij, net als voldoende beweging. We werken aan een duurzame visie op eten en drinken, met meer aandacht voor plantaardige producten en persoonlijke wensen. Ook maken we bewegen steeds meer onderdeel van de dagelijkse zorg.



Duurzaamheid samen eigen maken

Duurzaamheid wordt pas echt onderdeel van ons werk als iedereen weet wat hij of zij kan doen. Daarom delen we onze plannen en voorbeelden met collega's, cliënten, naasten en vrijwilligers. We nemen duurzaamheid mee in het inwerkprogramma, delen regelmatig updates en bespreken het onderwerp op locaties. Zo maken we duurzaamheid steeds meer onderdeel van ons dagelijks handelen.



"Het begint bij voorlichting, maar duurzaamheid wordt steeds meer onderdeel van ons dagelijks handelen in de praktijk."

Ingeborg Meijer
Directeur Finance, Risk & Compliance

TIPS

Duurzaam werken hoeft niet groot of ingewikkeld te zijn. Juist kleine keuzes in het dagelijks leven maken samen veel verschil. Met deze tips kun je vandaag al beginnen:

- 01 Gooi afval in de juiste bak. Scheid papier, plastic, glas, batterijen en ander afval zo goed mogelijk.
- 02 Gebruik wat er al is. Pak of koop niet automatisch iets nieuws, maar kijk eerst of er nog materialen, eten of voorraad aanwezig zijn die je kunt gebruiken.
- 03 Zet apparaten en lampen uit. Doe het licht uit als je een ruimte verlaat en zet apparaten uit als je ze niet gebruikt.
- 04 Kies vaker voor de fiets, de benenwagen of het openbaar vervoer. Is je reis kort? Stem je vervoersmiddel daarop af. Of reis samen, wel zo gezellig!
- 05 Voorkom voedselverspilling. Schep niet te veel op, bewaar wat nog goed is en stem porties af op wat je echt wilt of nodig hebt.

- 06 Ga zorgvuldig om met medicijnen. Bestel en pak alleen wat nodig is. Lever medicijnresten altijd apart in, zodat ze veilig verwerkt kunnen worden.
- 07 Beweeg ook op kleine momenten. Een korte wandeling of even bewegen tijdens de dag kan al verschil maken.
- 08 Deel een goed idee. Zie je iets dat slimmer, zuiniger of duurzamer kan? Deel het met anderen. Juist kleine ideeën uit de praktijk helpen om duurzaamheid vanzelfsprekend te maken.
- 09 Tips voor in de keuken Ontdooi bevroren producten in de koelkast, zo hoeft de koelkast minder hard te koelen. Verwijder regelmatig ijsafzetting in de vriezer. Kook efficiënt: doe de deksel op de pan tijdens het koken zodat de warmte behouden blijft. Zet de afzuigkap niet op een hogere stand dan nodig is.
- 10 Tips voor schoonmaken Vuile en stoffige lampen nemen 20% af in lichtintensiteit. Afstoffen dus! Dat geldt ook voor de radiatoren, stof verhindert een vlotte verspreiding van de warmte. Maak ook de filters en luchttoevoer schoon van je vaatwasser, wasmachine, oven, ventilatoren en afzuigkap. Ze verbruiken daardoor minder energie.

Bewoners met hun huisdier

Anneke Kuiper met haar twee cavia's in Vreeswijk

"Vroeger had ik wel 40 cavia's. Ik heb er nu twee, en ik wil er nog wel twee bij. Het is gezellig, beestjes in huis. 's Ochtends als ik opsta beginnen ze te piepen. Dan zeg ik: 'Ja, ik kom eraan!'"



Els van der Molen met haar kat Toby in Brinkhoef

"Ik ben van jongs af aan een kattenmens. Het is heerlijk dat ik Toby heb om mee te knuffelen. Ik ben blij dat ik nog voor iemand mag zorgen en dat ik niet alleen ben."

Amba Kohl met haar parkiet Joepie in Hof van Batenstein

"Ik heb altijd poezen gehad en ik was bang voor vogeltjes, maar nu helemaal niet meer. Joepie is al zes jaar bij me en ik woon hier nu vier jaar. Het is fijn dat ik iets wat van mij is mee heb kunnen nemen."



Persoonsgerichte zorg gaat over blijven wie je bent, ook als je verhuist naar een zorglocatie. Voor sommige bewoners hoort hun huisdier daarbij. Het geeft gezelschap en het vertrouwde gevoel van thuis.



“De liefde van mijn moeder was onvoorwaardelijk”

Sandra van der Vliet (45 jaar) praat met veel liefde en warmte over haar moeder Grady Spithoven. In ‘Samen’ vertelt ze over de periode voor, tijdens en na haar overlijden begin dit jaar en over het belang om die laatste fase zo waardevol mogelijk te maken.

Palliatieve zorg

“Vandaag is het precies een half jaar geleden dat mijn moeder overleed. Het is bijzonder het interview juist nu te geven. Nog elke dag voel ik haar aanwezigheid tegelijkertijd met haar gemis. Onze band was zeer hecht. Ik was enig kind en na de scheiding van mijn ouders heeft mijn moeder mij grotendeels alleen opgevoed. Dat maakt dat we een groot deel van ons leven met zijn tweeën hebben doorgebracht. Ze heeft geen gemakkelijk leven gehad, dat durf ik wel te stellen. Daarom heb ik veel bewondering hoe ze desondanks altijd zo vrolijk is gebleven tijdens haar leven. Mijn gezin en ik betekenden alles voor haar. Van elk bezoek dat we haar brachten, werd ze blij. Maar ook van de kleine dingen in het leven. Ze had niet veel, maar in liefde kwamen we niets te kort. Dat heeft ze tot het allerlaatste moment vastgehouden. Daarom vind ik het ook fijn om juist vandaag over haar te kunnen vertellen. En extra bijzonder is het om dat hier in Vianen te doen, bij de Grote Sluis waar ik ook heb gewoond met mijn moeder. Mijn ervaringen over haar afscheid deel ik omdat ook het afscheid bij het leven hoort en ik er, hoe raar het ook klinkt, op een goede manier aan terugdenk. Juist omdat het afscheid precies verliep zoals we wilden.

Diagnose dementie

De diagnose dementie werd in 2017 vastgesteld. Het was op zichzelf al een kleine wereld waarin mijn moeder leefde, maar haar wereld is gedurende de afgelopen negen jaar steeds kleiner geworden. Ze wilde alle beslissingen over haar leven en de zorg volledig aan mij overgeven. Dan kalmeerde ze. Ze woonde sinds 2022 in locatie Vreeswijk in Nieuwegein. In oktober 2024 verhuisde ze naar Brinkhoef in Hoef en Haag. Dat was op ons eigen verzoek zodat ze dicht bij mij woonde en ik gemakkelijk en snel naar haar toe kon. Ik was bang dat de verhuizing intensief voor haar was, maar

ze was direct blij, ze voelde zich er thuis. We zorgden ervoor dat in één dag alles werd verhuisd. Haar spulletjes hebben we zoveel mogelijk op dezelfde manier ingericht als in Vreeswijk. Onze zorgen waren bleken niet nodig: ze was direct op haar gemak in haar nieuwe woning.

De liefde van mijn moeder

Als ik aan mijn moeder denk, is dat met veel liefde. Haar liefde was onvoorwaardelijk. Bij haar ontspande ik, zij was mijn ‘thuis’, ook toen ze in Brinkhoef woonde. Ken je dat? Dat als je in rust komt, dat je dan moet gapen? Nou, dat gevoel had ik altijd als ik bij haar was. Óók toen ze al in Brinkhoef woonde. We graptten er met elkaar altijd over. Ik denk met bewondering aan haar terug: ze heeft in haar leven zoveel van zichzelf gegeven, van wie ze was als mens. Ze zeggen wel eens dat bij dementie de emotie als laatste verdwijnt. Dat heb ik ook zo ervaren. Er waren verschillende momenten waarop ik voelde dat ze weer even ‘terug’ was bij me. Niet altijd in woorden, maar soms gewoon in een blik of gebaar. Ze bleef altijd de liefdevolle vrouw zoals ik haar kende.

Nadruk op een comfortabel leven

De gezondheid van mijn moeder verslechterde toch nog onverwacht. In oktober vorig jaar werd ze bedlegerig en lag de nadruk steeds meer op een zo comfortabel mogelijk leven. Ze genoot vooral van lekker eten en van onze bezoeken. Het zorgteam van Brinkhoef bereidde me voor op die laatste fase en bood een waakmand aan vlak voor mijn moeders sterven. Maar het was méér dan dat. Wat ik bijzonder

vond is dat ik op de kamer van mijn moeder kwam en de tv was aangezet met mooie beelden en geluiden. Daar had ik niet om gevraagd, maar ze keken echt naar wat mijn moeder prettig vond. Ze keken niet alleen naar de medische zorg, maar gaven haar bijvoorbeeld ook het eten wat ze lekker vond en namen de tijd voor haar. Omdat ze alleen nog op bed lag, bestelden ze een apparaat waarmee afbeeldingen werden geprojecteerd op het plafond. Er werd meegedacht om het mijn moeder zo fijn mogelijk te maken. Er waren ook momenten waarop ze angstig was. Waarschijnlijk had ze dan nare herinneringen. Soms kon ik haar rustig krijgen door haar hand vast te houden, maar dat lukte niet altijd. Als ze zich niet prettig voelde, maakte ze veel harde geluiden. Wat ik fijn vond te ervaren is dat de zorg haar gedrag niet veroordeelde en begreep dat het voortkwam uit angst. Ze bleven haar net zo liefdevol verzorgen als ieder ander. Ik had in die periode regelmatig gesprekken met de zorg: waar staan we nu, zien we achteruitgang en vooral, wat gaan we nu doen om het haar zo comfortabel mogelijk te maken? Je hart volgen, juist in de laatste fase van het leven. Ik kwam dinsdagavond bij haar en ik zag in haar ogen dat er iets niet oké was. Ze had hoge koorts en ik voelde direct aan dat het einde nabij was. Woensdag kwam de arts en zijn we overgegaan op palliatieve sedatie (noot redactie: het bieden van pijnstilling en het stoppen van voedsel en vocht). Ik heb daarover advies gevraagd aan het zorgteam hoe zij hierin stonden, ook zij kenden mijn moeder, hun mening vond ik belangrijk. Ik kon gebruikmaken van de waakmand, zette fijne muziek op, zorgde voor bloemen en stak een kaars aan. Ik vond het belangrijk mijn moeder in alle rust te kunnen verzorgen. Er werd een bed voor mij neergezet zodat ik kon blijven slapen. Toen mijn dochter langskwam om samen te waken werd er een stoel bij gezet zodat ook zij kon blijven. Zo hebben we uren bij haar gezeten en haar hand kunnen vasthouden. Die nacht kon mijn moeder het leven loslaten. Ik heb pure liefde gevoeld. Dieper dan dit gaat het niet.

Rouw en gemis dat blijft

Er is nu nog steeds sprake van rouw. Ik heb veel gehuild, maar ook de ruimte genomen om het verdriet en het gemis te voelen. Het is gemis, maar dankbaarheid en liefde tegelijk.

Begeleiding bij het afscheid

Wat mij opviel is dat er echt ruimte was in die laatste fase voor mij als dochter. Er werd geluisterd naar mijn gevoel en verdriet. Ik denk dat dat ook mijn advies is voor iedereen die te maken heeft met een naderend verlies: ga met een open hart de laatste fase in. Je kunt het maar één keer doen en doe het dan zoals jullie willen. Ik heb er echt bij stil gestaan. Werk, het huishouden, gezond eten... dat komt later wel weer. Er is niets anders dan in dát moment leven. Dat gaf mij heel veel houvast door te weten: zó hebben mijn moeder en ik het gewild. Als je dat vooraf weet, geeft dat rust. Het is goed als je daarop gewezen wordt. Het geeft houvast als het moment daar is en het is ook belangrijk voor later, in je eigen proces van rouw. Ik ben dankbaar dat we alles hebben gedaan zoals we wilden.

Tip:
ga met een
open hart
de laatste
fase in

Palliatieve zorg is zorg voor mensen die ongeneeslijk ziek zijn.
Het doel is niet om te genezen, maar om de kwaliteit van leven
zo hoog mogelijk te houden.

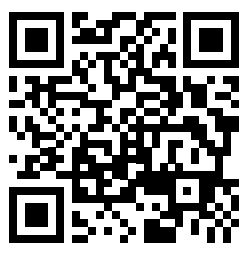
Palliatieve zorg is een bredere term voor alle zorg gericht op het behoud van kwaliteit van leven wanneer genezing niet meer mogelijk is. Terminale zorg is het laatste stadium hiervan, specifiek gericht op de laatste levensfase (vaak een levensverwachting van minder dan drie maanden) en stervensbegeleiding. Want ook tijdens de stervensfase staat de kwaliteit van leven voorop.

Het is belangrijk om juist ook in de palliatieve fase al na te denken over de laatste levensfase en daarover met elkaar vroegtijdig het gesprek te voeren. Dat geeft rust en duidelijkheid en biedt de kans het afscheid zoveel als mogelijk te regelen volgens uitgesproken wensen. Ook in de laatste levensfase kunnen zowel naasten als zorgprofessionals dan rekening houden met persoonlijke wensen.

WAT KUNT U DOEN

WEET U WAT U WILT-BIJEENKOMST

Bezoek een van de 'Weet u wat u wilt' informatie-bijeenkomsten in de regio. ZorgSpectrum organiseert, samen met andere zorgaanbieders, zogenaamde 'Weet u wat u wilt'-bijeenkomsten. Wilt u weten wanneer en waar er een bijeenkomst is? Ga naar www.weetuwatuwilt.nl of scan de QR-code.



SAMEN DOEN GESPREK

Vertel in de zorggesprekken uw wensen: wat is voor u en voor uw naasten belangrijk in de zorg rondom de laatste levensfase? Als u nog zelfstandig woont, bespreek dan uw wensen met uw naasten.

ONDERSTEUNING VOOR MANTELZORGERS

EEN LUISTEREND OOR...

Afhankelijk van uw woongemeente zijn er diverse welzijnsorganisaties en steunpunten die een luisterend oor bieden en u kunnen doorverwijzen naar hulp.
• Houten: VanHouten&Co (steunpunt mantelzorg)
• Nieuwegein: Steunpunt Mantelzorg Nieuwegein
• Vianen en Hoef & Haag: Bindkracht Vijfheerenlanden

WAAKMANDEN VOOR IN DE STERVENSFASE

In de zorglocaties zijn er zogenaamde 'waakmanden' beschikbaar met informatie en praktisch materiaal gedurende de laatste levensfase. Vraag het zorgteam gerust naar de mogelijkheden. Woont u zelfstandig? Dan is de huisarts uw aanspreekpunt over de laatste zorg. Wel kan de wijkverpleging via uw huisarts de beschikking krijgen over een 'palliakit': dit is een doos met hulpmiddelen die wenselijk zijn gedurende de stervensfase.

HOSPICES IN DE REGIO

Door hospices in de regio wordt ondersteuning geboden aan mensen die in een zorglocatie wonen, maar ook in de thuissituatie. Op de website palliaweb.nl vindt u meer informatie, evenals een overzicht of er plaatsen vrij zijn.

“Ik praat open over mijn ziekte; je bent wie je bent”



Ed (85) kreeg ongeveer een jaar geleden de diagnose Alzheimer. In dit artikel vertelt hij over zijn leven en hoe omgaat met zijn dementie.

Net voordat het interview begint bij Ed thuis in Vianen, is hij de sleutel van de voordeur kwijt. Uiteindelijk vindt hij de reservesleutel in de garagedeur. Hij lacht erom. “Dat soort dingen gebeurt me vaker.” Het is een van de manieren waarop Alzheimer zich in zijn leven laat zien. Maar wie denkt dat de ziekte Ed definieert, heeft het mis. Hij vult zijn dagen met muziek, wandelingen, contacten in de buurt en gesprekken in de Kopgroep.

Een leven lang ondernemend

Ed groeide op in het dorp Scherpenzeel in Gelderland, als oudste van drie kinderen. Zijn zus is 5 jaar jonger en zijn broer is 15 jaar jonger. Zijn vader had een eigen bedrijf in transport en landbouwwerktuigen met daarbij een garage. Om het familiebedrijf op den duur over te kunnen nemen, volgde hij opleidingen tot garagehouder en transportondernemer. “Ik heb daarna op alle afdelingen binnen het bedrijf gewerkt. En later ben ik ook economie gaan studeren. Het bedrijf heb ik niet kunnen voorzetten, omdat dit voortijdig gestopt was.”

Ed maakte daarna carrière in de verkoop van vrachtwagens en bestelwagens. Na 25 jaar heel hard werken, kreeg hij echter een burn-out en kon hij dat werk niet meer doen. Achteroverleunen deed hij echter niet. “Ik ben altijd actief gebleven als vrijwilliger, onder andere voor de reclassering. Zo praatte ik met mensen die na een gevangenisstraf weer terugkeerden in de maatschappij. Natuurlijk hadden ze ook gesprekken met maatschappelijk werkers, maar de professionals kunnen er niet altijd zijn. Op die momenten was ik er om met hen te praten.”

Samen met Marjolijn

Op zijn 24e ontmoette hij zijn vrouw Marjolijn tijdens een landelijke bijeenkomst van de jongerenvereniging van de VVD in Zeist. “Ik zag haar zitten bij het diner en vond haar meteen leuk. ‘s Avonds heb ik haar thuisgebracht en daarna heeft zij gebeld om samen iets af te spreken.” Een jaar later verloofde het stel, een jaar daarna trouwden ze en nog een jaar later werd hun eerste kind geboren. Samen kregen Ed en Marjolijn twee dochters en vier kleinkinderen.

In november vorig jaar overleed Marjolijn. “Ze is na een kort ziekbed thuis overleden. Het was heel goed geregeld met thuiszorg; ook ‘s nachts was er altijd iemand om te waken”, vertelt Ed. “Ook op het afscheid kijk ik met een positief gevoel terug; het was een mooie uitvaart. En mijn dochters en schoonzoon hebben me enorm gesteund. Marjolijn was een heel lieve vrouw en we hebben samen heel lieve kinderen gekregen. Het huis voelt wel leeg nu. Alleen wonen is erg wennen.”

Leven met Alzheimer

Ongeveer een jaar geleden kreeg Ed de diagnose ziekte van Alzheimer. “Mijn vrouw merkte dat ik steeds vaker dingen vergat en spoorde me daarom aan om naar de dokter te gaan. Die zei: ‘Jij praat veel te makkelijk, met jou is niets aan de hand’.”

Zijn vrouw voelde echter dat het niet klopte en spoorde Ed een paar maanden later opnieuw aan om langs de huisarts te gaan. Bij dat tweede bezoek werd besloten om een diagnosetraject te starten.

“Er kwam een mevrouw bij ons thuis om met ons te praten. Mijn dochters waren er ook bij om input te geven. Ik kreeg toen te horen dat ik Alzheimer heb. Die mevrouw zei direct daarna tegen me: ‘Je mag geen auto meer rijden, want nu ben je niet verzekerd’. Daar schrok ik heel erg van. Iedereen die mij kent, weet dat ik heel goed rijd. Ik heb dan ook snel daarna opnieuw mijn rijbewijs aangevraagd en ben door de keuring gekomen. Onlangs moest ik opnieuw gekeurd worden. Ik heb mijn rijbewijs gelukkig nog steeds.”

Op andere momenten in zijn dagelijks leven merkt Ed wel dat er iets aan de hand is. “Ik vergeet dingen en raak vaak spullen kwijt. Ook heb ik soms moeite met het onthouden van namen en het vinden van de juiste woorden. Gesprekken in groepen kunnen daardoor lastig zijn, omdat mensen vaak niet wachten met praten als je even vastloopt. Daarbij komt dat ik makkelijk praat, waardoor veel mensen niet direct aan mij merken dat ik dementie heb. En ik moet eerlijk zeggen dat ik niet veel verschil merk tussen nu en een jaar geleden.”

Ed is vanaf het begin af aan open over zijn diagnose. “Soms merk ik dat mensen het moeilijk vinden om ervoor uit te komen dat ze dementie hebben. Ik praat er gewoon open over. Je bent wie je bent: maak er wat van!”

Actief blijven

En dat is precies wat Ed doet: er wat van maken. Hij heeft een positieve levenshouding en onderneemt van alles. “Zo ga ik elke dinsdag naar de zangclub in Tull en 't Waal, waar we Oekraïense liederen zingen. We geven optredens en zamelen daarmee ook geld in voor hulpgoederen voor Oekraïne. Onlangs hebben we nog een gezellige avond bij iemand in de tuin gehad waar we met z'n allen muziek hebben gemaakt. Dit keer was ik niet aan het zingen, maar speelde ik piano. Dat is ook iets wat ik graag doe. Ik speel voornamelijk jazz.”

Daarnaast wil hij graag fysiek actief blijven. “Vroeger zat ik op voetbal en tennis. Nu blijf ik fit door elke dag te wandelen. Op donderdagen ga ik samen met mijn overbuurman zo'n 1,5 uur wandelen.”



Sociale contacten zijn van grote betekenis voor Ed. “Menselijk contact is voor mij heel belangrijk. Als ik even ga lopen in de buurt, kom ik al snel een paar mensen tegen die ik gedag zeg of met wie ik even een praatje maak. Wat mij betreft moeten meer mensen dat doen. Niet de hele tijd met je telefoon bezig zijn, maar met elkaar praten.”

De Kopgroep

Ook bij de Kopgroep heeft hij contact met anderen. Deze groep van ZorgSpectrum is speciaal bedoeld voor mensen met beginnende dementie om met gelijkgestemden te praten over hun ervaringen, zorgen en andere dingen die ze graag willen bespreken. “Ik ben nu zo'n acht keer geweest. In het begin dacht ik: is dit wel iets voor mij? Maar ik ben toch gebleven en merk nu dat het heel goed en fijn is om erbij te zijn.”

De Kopgroep start om 10 uur met koffie, daarna gaat de groep bewegen met een beweegagoog en vervolgens praten de deelnemers met elkaar onder begeleiding van een psycholoog. De psycholoog heeft altijd een onderwerp klaarliggen, maar de deelnemers mogen ook zelf een onderwerp inbrengen. “De psycholoog leidt het gesprek. Ze vat samen wat iemand zegt en legt ook uit wat het betekent, wat er dan aan de hand is. Dat is heel fijn.”

Ed is heel positief over de groep. “Iedereen heeft geduld met elkaar. Een van de andere deelnemers praat bijvoorbeeld wat moeilijker. We geven hem gewoon de tijd om zijn verhaal te doen zonder in de rede te vallen.”

De toekomst

Naast het bezoeken van de Kopgroep krijgt Ed ondersteuning van een huishoudelijke hulp en van zijn casemanager. Ook zijn dochters helpen waar ze kunnen. “Eén dochter woont hier in de buurt. Ze is er voor me waar ze kan en doet bijvoorbeeld mijn administratie. Mijn andere dochter woont in Zwolle. Zij komt eens in de twee à drie weken langs en helpt onder andere met de tuin.”

Ed hoopt nog zo lang mogelijk thuis te kunnen blijven wonen, maar is ook realistisch. “Samen met mijn dochters en de casemanager praat ik over de toekomst als thuis wonen niet meer gaat. De eerste keer dat dit onderwerp ter sprake kwam, schrok ik wel even. Inmiddels ben ik al bij een aantal verpleeghuizen gaan kijken. Gewoon om te weten wat het is. Ik weet nog niet wat het gaat worden, maar ik vind het belangrijk dat mijn dochters makkelijk op bezoek kunnen komen.”

Heeft uw naaste dementie?

5 praktische tips en 5 manieren waarop ZorgSpectrum kan helpen

5 tips

01 COMMUNICEER DUIDELIJK EN RUSTIG

Praat duidelijk, gebruik korte zinnen en geef uw naaste de tijd om te reageren.

02 BIED STRUCTUUR

Vaste routines bieden houvast en veiligheid. Het vermindert angst, verwarring en onrust. Voor mensen met dementie is een duidelijke dagindeling daarom erg belangrijk.

03 GA MEE IN DE BELEVINGSWERELD

Corrigeer uw naaste niet steeds als hij/zij iets verkeerd zegt of onthoudt. Sluit aan bij het gevoel achter het verhaal.

04 FOCUS OP WAT WEL KAN

Kijk naar mogelijkheden in plaats van beperkingen. Laat uw naaste zoveel mogelijk zelf doen.

05 BLIJF SAMEN MOOIE MOMENTEN CREËREN

Luister naar muziek, bekijk foto's of doe samen een vertrouwde activiteit.

5 mogelijkheden

01 CASEMANAGER

De casemanager begeleidt mensen met dementie en hun naasten, coördineert zorg en biedt advies en ondersteuning. De casemanager komt bij uw naaste thuis.

02 DAGBEHANDELING

Het bezoeken van een dagcentrum geeft uw naaste een vast dagritme en zorgt ervoor dat u even tijd voor uzelf heeft.

03 KOPGROEP

In de Kopgroep kan uw naaste praten met andere mensen met beginnende dementie over ervaringen en zorgen.

04 VERTROUWD THUIS

Als uw naaste graag thuis wilt blijven wonen, kan het team van Vertrouwd thuis mogelijk helpen. Het team kijkt samen met uw naaste en u welke ondersteuning nodig is en wie wat kan doen.

05 WONEN

Als thuis wonen niet meer gaat, biedt ZorgSpectrum een nieuw thuis. Zo hebben we woongroepen voor mensen met dementie en een woonafdeling voor jonge mensen met dementie.



Meer weten?

Scan de QR-code of kijk op:
www.zorgspectrum.nl/expertises/dementie/

FLEXIBEL LEERHUIS



STAP VOOR STAP GROEIEN IN DE ZORG

We willen niet alleen nú maar ook in de toekomst genoeg zorgprofessionals om aan de toenemende zorgvraag te kunnen blijven voldoen. Dat kan door scholieren op te leiden, maar ook door huidige zorgprofessionals door te laten groeien in een functie waarin zij meer zorghandelingen mogen doen. Óf door mensen zonder ervaring de overstap naar de zorg te laten maken als zij-instromer. Maar... niet iedereen die wil groeien in de zorg, wil meteen terug de schoolbanken in. Soms begint ontwikkeling juist kleiner: met nieuwsgierigheid, vertrouwen en één volgende stap. Met het Flexibel Leerhuis maakt ZorgSpectrum leren toegankelijker en praktischer. Zo dragen we bij aan méér medewerkers in de zorg.

Stel je voor: je werkt in de zorg, maar merkt dat je meer wilt leren. Misschien ben je Helpende Plus en denk je na over een stap richting Verzorgende IG. Misschien werk je als cliëntondersteuner en wil je ontdekken of zorgtaken bij je passen. Of misschien kom je uit een ander vak en trekt de zorg je steeds meer. Waar begin je? En hoe combineer je leren met werk en thuis?

Een volgende stap die bij je past

Juist voor die vragen is binnen ZorgSpectrum het Flexibel Leerhuis ontwikkeld. Een nieuwe manier van opleiden, waarbij niet de opleiding centraal staat, maar de medewerker. Of iemand nu nieuw is in de zorg of al jaren bij ZorgSpectrum werkt: er wordt gekeken naar wat iemand al kan, wil leren en welke volgende stap daarbij past.

“De zorg verandert, en daarmee verandert ook de manier waarop we naar leren kijken,” vertelt Laura. Zij werkt samen met Antoinette op de afdeling Leren en ontwikkelen en aan de opzet van het Flexibel Leerhuis. “We hebben meer maatwerk nodig. Niet iedereen hoeft dezelfde route te volgen. Soms is een gericht certificaat precies wat iemand helpt.” Die gedachte zien we binnen ZorgSpectrum al in de praktijk. Bij Vertrouwd thuis is veel ruimte gemaakt voor zij-instromers: mensen zonder zorgdiploma kunnen starten als cliëntondersteuner. In die rol draait het nog niet om zorgtaken, maar om ondersteuning in het dagelijks leven. Vanuit die start ontdekken collega’s of de zorg bij hen past.

Ook bij Nieuw thuis zijn al veel zij-instromers en doorstromers opgeleid, onder andere richting woonzorg-begeleider C en Helpende Plus. Juist die combinatie is belangrijk. Het Flexibel Leerhuis is er niet alleen voor nieuwe collega’s, maar ook voor medewerkers die al bij ZorgSpectrum werken en een volgende stap willen zetten. “Het begint vaak met de vraag waar iemand nu staat”, zegt Antoinette. “Soms heeft iemand nog geen ervaring in de zorg, maar wel motivatie. Soms werkt iemand al jaren bij ZorgSpectrum en wil die meer leren. In beide gevallen kijken we wat passend is.”

Leren in de praktijk

Een belangrijk uitgangspunt is werkplekleren. Dat betekent dat leren gebeurt waar het werk ook plaatsvindt. Niet los van de praktijk, maar midden in het dagelijks werk. Medewerkers leren in kleine groepen, met begeleiding en opdrachten die aansluiten bij situaties in de zorg. Daarbij speelt de samenwerking met Educared een belangrijke rol. Deze opleidingspartner maakt het mogelijk om te werken met erkende certificaten en certificeerbare eenheden. Medewerkers hoeven niet meteen een volledige opleiding te volgen, maar kunnen gericht leren wat nodig is voor hun rol. De onderdelen

die zij afronden, tellen mee. “Dat is precies de kracht”, zegt Laura. “Leren wordt minder groot en minder ver weg. Je leert niet alleen uit boeken, maar vooral in de praktijk. Wat je leert, kun je vaak meteen toepassen.”

Persoonsgericht werken en leren loopt als een rode draad door het Flexibel Leerhuis. In elke les en praktijkopdracht komt de visie van ZorgSpectrum terug: kijken naar de mens achter de cliënt, aansluiten bij wat iemand nodig heeft en blijven zoeken naar wat wél kan. Daarmee gaat het niet alleen over kennis en vaardigheden, maar ook over hoe we zorg bieden. Kwaliteit blijft altijd het vertrekpunt. Aantoonbare bekwaamheid staat voorop. Collega’s leren wat nodig is om hun werk goed, veilig en met vertrouwen te doen. Deze manier van leren werkt: het slagingspercentage is hoog en stabiel, met ongeveer 90 procent.

Ruimte voor de volgende stap

Misschien is dat wel de belangrijkste boodschap: groeien in de zorg hoeft niet altijd met een grote sprong. Soms begint het met de vraag waar iemand nu staat en welke volgende stap passend is. Antoinette benadrukt: “Wij hopen vooral dat collega’s voelen dat ontwikkeling niet ver weg ligt.”

Zo wordt het Flexibel Leerhuis meer dan een opleidingsroute. Het is er voor nieuwe medewerkers, zij-instromers én collega’s die willen doorgroeien. Zorg van morgen vraagt om mensen die mogen blijven leren, met begeleiding dichtbij en ruimte om te groeien.

“Groeien begint soms al met een goed gesprek.”

Meer weten over Flexibel Leerhuis?
Scan de QR-code





EEN DAG MET...

PLANNER MARLOUS POUW – VAN HOOGWAAARDEN

Geen dag loopt precies zoals gepland voor planner Marlous Pouw – van Hoogwaard. Voor magazine Samen neemt ze ons mee in haar werkdag bij Brinkhoef en De Plataan.

Wat maakt haar werk zo bijzonder?

Marlous werkt 12,5 jaar bij ZorgSpectrum en stond jarenlang zelf op de werkvloer als medewerker dagcentrum. Die ervaring neemt ze mee in haar werk als planner. Want achter elk rooster zitten collega's, cliënten en soms ook privéverhalen. Plannen is bellen, appen, afstemmen en vooruitkijken, maar ook luisteren, meedenken en soms collega's beschermen die altijd willen bijspringen. "Je hebt te maken met goede zorg voor cliënten, maar ook met de balans tussen werk en privé van collega's. Geen dag is hetzelfde. Dat dynamische, daar ga ik op aan."



8:00

De dag begint met open diensten



Marlous begint haar dag achter haar laptop, met haar telefoon naast zich en de mailbox open. Vaak staan er meteen appjes klaar. Welke diensten zijn open? Wat ligt al bij de flexpool? Waar moet ze zelf nog achteraan? Soms kan ze schuiven met collega's, iemand ruilen of een dienst anders oplossen. De ad hoc zaken gaan altijd eerst, zeker als een vroege dienst onverwacht opent. Pas daarna pakt ze haar to-do-lijst erbij. "Anders raak ik het overzicht kwijt."

Op Brinkhoef sluit Marlous aan bij de dagstart van de medewerkers. Daar bespreekt ze welke diensten nog openstaan en vraagt ze het team om mee te denken. Dat contact vindt ze belangrijk. "Ik wil zichtbaar zijn op locatie. Dan weten collega's mij makkelijker te vinden." Soms gaat het om extra werken, soms om ruilen of schuiven. En soms juist om eerlijk zeggen dat iemand al veel heeft gedaan. "Die collega's moet je ook beschermen, want het zijn vaak dezelfde mensen die bijspringen."

10:00

Samen zoeken naar oplossingen



11:00

Korte lijnen op de locatie

Later op de ochtend overlegt Marlous met Miranda, de manager van Brinkhoef. Samen lopen ze open diensten, ziekmeldingen en bijzonderheden in het rooster door. Ook nieuwe medewerkers of veranderingen op de locatie komen voorbij. Dat korte lijntje helpt haar om sneller te schakelen. Want achter een rooster zitten vaak meer verhalen dan je aan de buitenkant ziet. "Soms bellen medewerkers met een vraag of probleem. Dan ben je ook gewoon een luisterend oor en vraagt dat om een empathische aanpak."



Rond half één probeert Marlous echt pauze te nemen. Even weg van de computer en, als ze op locatie is, bij collega's zitten. Daarna gaat ze verder met haar lijstje. Toch loopt een dag zelden precies zoals gepland. Een ziekmelding, open avonddienst of telefoontje kan de hele middag veranderen. Dan begint het zoeken opnieuw. Wat kan volgens de arbeidstijdenwet en cao? Wat is haalbaar voor het team? En hoe blijft de zorg geborgd, zonder de collega's uit het oog te verliezen?

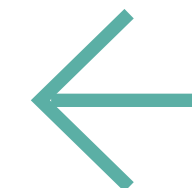
12:30

Even weg van het scherm

16:30

Alles goed achterlaten

Aan het einde van de dag checkt Marlous alles nog een keer. Zijn de diensten opgelost? Zijn mails goed gelabeld? Weet haar collega wat de stand van zaken is? Daarna maakt ze alvast een lijstje voor de volgende werkdag. Dat geeft rust, ook als niet alles vandaag helemaal klaar is. "Ik ga met een goed gevoel naar huis als de zorg door kan gaan én medewerkers blij zijn met hun rooster." Want voor Marlous draait plannen uiteindelijk om mensen: cliënten én collega's.



In het kort

25 JAAR IN HET ST. ANTONIUS ZIEKENHUIS

Op 1 mei vierden we dat ZorgSpectrum 25 jaar een afdeling heeft in het St. Antonius ziekenhuis in Nieuwegein. In de jaren is de afdeling sterk veranderd: van transferafdeling tot expertisecentrum voor amputatiezorg. Bij de start in 2001 was de afdeling een plek voor mensen die klaar waren in het ziekenhuis maar nog wachtten op vervolgzorg. In de jaren die volgden, groeide de afdeling stap voor stap door. Inmiddels zijn we de enige VVT-organisatie in onze regio die revalidatie biedt aan mensen met een amputatie. De samenwerking die we hier hebben met het St. Antonius ziekenhuis is ook al 25 jaar zeer waardevol.



WERVINGSCAMPAGNE 'WERK MET HEEL JE HART'

Deze zomer zijn we gestart met de wervingscampagne 'Werk met heel je hart'.

De afgelopen weken was ZorgSpectrum zowel online als op verschillende plekken in de regio zichtbaar. Tot het einde van het jaar loopt de campagne online door. Met de campagne laten we zien we zijn als werkgever en welke mogelijkheden er binnen ZorgSpectrum zijn. Op een woonzorglocatie, bij mensen thuis, in een dagcentra of binnen de revalidatie. Er is ruimte om te leren, jezelf te ontwikkelen en door te groeien. Zo hopen we meer mensen enthousiast te maken voor een baan bij ZorgSpectrum.

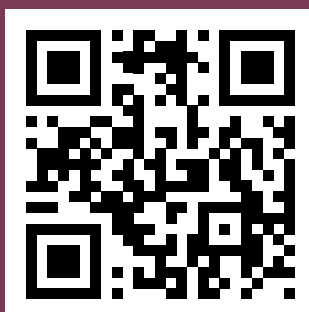


CONNECT2CARE

Naasten en vrijwilligers zijn onmisbaar in de zorg. Goede communicatie met hen is dan ook essentieel en daarom zijn we bezig met de realisatie van een communicatie-hulpmiddel dat hieraan bijdraagt. We gaan hiervoor de Connect2Care app gebruiken. ZorgSpectrum locaties De Geinsche Hof en Brinkhoef zijn na de zomer gestart met pilots. De bedoeling is dat later dit jaar ook de andere locaties van ZorgSpectrum overgaan op het gebruik van de Connect2Care app.

Meer weten over werken bij ZorgSpectrum?

Scan de QR-code of kijk op werkmetheeljehart.nl



BEZOEK MINISTER STERK

Begin juni bracht Mirjam Sterk, minister van Langdurige Zorg, Jeugd en Sport, een werkbezoek aan ZorgSpectrum locatie Het Haltna Huis in Houten. Tijdens het bezoek ging de minister in gesprek met bewoners en collega's en kreeg ze uitleg over hoe ZorgSpectrum samen met lokale partners werkt aan toekomstbestendige ouderenzorg. Het uitgangspunt daarbij is dat ouderen zo lang mogelijk zelfstandig kunnen blijven wonen en actief kunnen deelnemen aan het dagelijks leven. Ook maakte zij kennis met verschillende innovatieve woonzorgconcepten zoals Vertrouwd thuis en WonenPlus. Minister Sterk sprak haar waardering uit voor de manier waarop ZorgSpectrum inspeelt op de veranderende zorgvraag.



BEDRIJFSKLEDING

Wellicht heeft u het al gezien: steeds meer collega's dragen bedrijfskleding. Hiermee zorgen we voor een professionele en herkenbare uitstraling. Ook sluit het aan bij de groeiende samenwerking met naasten en vrijwilligers. Door goed herkenbaar te zijn weten cliënten, naasten en bezoekers direct bij wie ze terecht kunnen. Dit draagt bij aan een gastvrije en vertrouwde omgeving.

ZORGSPPECTRUM FEEST

Donderdag 3 september vierden we het Samen Buitengewoon Feest van ZorgSpectrum op Buitengoed de Boomgaard in Bunnik. Om collega's en vrijwilligers buitengewoon te bedanken voor hun inzet. Het was een mooie avond vol muziek, lekker eten en bovenal gezelligheid.



HUIS VAN DE BUURT

In ZorgSpectrum locaties De Geinsche Hof (Nieuwegein), Hof van Batenstein (Vianen) en Het Haltna Huis (Houten) ontwikkelt ZorgSpectrum een 'Huis van de buurt'. Deze locaties liggen centraal in de wijk en lenen zich goed om ontmoeting, ondersteuning en samenwerking dichtbij huis mogelijk te maken. We doen dit omdat een vertrouwde plek in de wijk helpt om mensen sneller met elkaar te verbinden. Buurtbewoners, verenigingen, vrijwilligers en professionals kunnen elkaar ontmoeten of meedoen aan activiteiten. Zo bouwen we samen aan een buurt waar mensen zich gezien, welkom en betrokken voelen. In de volgende editie van Samen schrijven we er graag meer over.



MAGAZINE SAMEN DIGITAAL

We vinden het belangrijk om als organisatie duurzame(re) keuzes te maken. Vanaf de volgende editie gaan we de Samen daarom deels digitaal verspreiden. Cliënten die thuis wonen en eerste contactpersonen ontvangen het magazine vanaf december per mail. Hiermee verminderen we het gebruik van papier en verkleinen we onze impact op het milieu. Naar relaties van ZorgSpectrum sturen we nog wel een aantal gedrukte exemplaren en ook op onze locaties zal het magazine in print liggen.

“Hier kun je met anderen praten en begrijp je elkaar.”

Het leven van Lies Sanders (75) veranderde van de ene op de andere dag. In mei 2025 werd ze ernstig ziek door een sepsis, een bloedvergiftiging. Wat begon met klachten waarvan ze dacht dat ze werden veroorzaakt door nierstenen, eindigde in een levensbedreigende situatie. Een intensieve herstelperiode volgde en inmiddels heeft Lies haar plek gevonden op de dagbehandeling van De Geinsche Hof in Nieuwegein.

“Ik had geen kracht meer in mijn benen en kon niet meer overeind komen. Verder kan ik me van die dag niet veel meer herinneren. Een goede vriendin maakte zich zorgen toen ik niet reageerde op telefoontjes. Samen met de onderbuurvrouw ging ze kijken. Daar troffen ze mij thuis aan. Dankzij hun snelle handelen werd een ambulance gebeld. Achteraf hoorde ik pas hoe ernstig de situatie was. De ambulancebroeders zeiden dat als er later hulp was gekomen, ik er misschien niet meer was geweest.”

Lies bracht drie weken door in het ziekenhuis, waarvan een deel op de intensive care. Daarna volgde een revalidatietraject. Zo kwam ze terecht in De Geinsche Hof, waar ze drie maanden werkte aan haar herstel. Toen ze weer naar huis mocht, bleek dat niet eenvoudig. Haar woning was door de vele trappen eigenlijk niet geschikt. Uiteindelijk verhuisde ze naar een gelijkvloerse woning in Nieuwegein.

Hoewel Lies veel heeft bereikt, zijn de gevolgen van de sepsis nog altijd merkbaar in haar dagelijks leven. Lopen gaat moeilijk en autorijden is niet meer mogelijk. “Dat vind ik misschien nog wel het ergste, nu kan ik niet meer zomaar ergens naartoe.” Via gesprekken in De Geinsche Hof kwam de dagbehandeling ter sprake. Een medewerker stelde voor om eens een dag per week mee te doen. “Ze zeiden dat het misschien fijn is om wat afleiding te hebben. Dat bleek een heel goed idee.”

Sindsdien gaat Lies iedere week naar de dagbehandeling somatiek. Ze wordt opgehaald door de taxi en volgt een programma met onder andere fysiotherapie, gezamenlijke activiteiten en ontmoetingen met andere cliënten.



“Je bent even onder de mensen en hebt aanspraak,” vertelt ze. “Dat betekent veel voor mij. Hier kun je met anderen praten en begrijp je elkaar.” Ook fysiek merkt ze de voordelen. Tijdens de fysiotherapie werkt ze aan haar conditie en evenwicht. Soms zijn de oefeningen uitdagend, zoals wandelen over de ongelijke paden in de binnentuin. “Na zo’n rondje ben ik bekaf. Het valt niet mee, maar juist daardoor oefen je. En het voelt heerlijk om buiten te zijn en even in de zon te zitten.”

Naast de activiteiten waardeert Lies vooral de persoonlijke aandacht. “Je wordt gezien. Ze helpen me om te blijven kijken naar wat ik nog wél kan. Als ik er een tijdje niet ben, dan wordt er gevraagd hoe het met me gaat. Dat geeft een goed gevoel.”