

spraakwater

Het magazine van De Vijverhof

Zomer 2022



Spreek je wens uit

Wat zijn jouw persoonlijke wensen en hoe kunnen we daarbij helpen?

Terug naar De Vijverhof

Huurder Alie Verkaik vertelt over haar unieke ervaring

Werken aan open-deurenbeleid

Op weg naar veilige vrijheid

Nieuwe werknemer Romeo Hasselbaink

Zijn passie: bijdragen aan het welzijn van mensen

Inhoud

Spraakwater 20

Zomer 2022

12

Mantelzorger Lenny van Eijk over de zorg voor haar moeder



4

Meneer Mulens
"Als het maar gezellig is!"



14

Jan Willem Spijkman:
"Een zinvolle oude dag hebben, daar draait het om"



16

Nieuwe zorgkaarten maken de zorg persoonlijker

6

Marianne Vidts:
"Veel ouderen zijn eenzaam maar uiten dat niet"



8

Huurder Alie Verkaik keerde terug naar De Vijverhof



22

Wilma Klevering over de wensen van de Cliëntenraad

10

Huurder Adrie Wetzels praat over de Indische groep



En verder...

Woonondersteuner Romeo Hasselbank	15
De belevingstuin is in gebruik	18
Geraldine Naaijen over de zorg voor haar man	19
Werken aan open-deurenbeleid	20

Spreek je wens uit



Dat is het thema van deze Spraakwater. En dat past uitstekend bij de visie en de strategie van De Vijverhof.

In een onderzoek van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu naar wensen en behoeften van ouderen, gaven ouderen aan dat mobiliteit, sociale contacten, goede cognitieve gezondheid, zingeving, waardigheid en zelf regie houden van groot belang voor hen zijn om gezond en vitaal ouder te worden.

Er zijn vier levensgebieden waarin behoeften en wensen van senioren geplaatst kunnen worden. Dat zijn:

- Controle/zelfbepaling
- Gezondheid
- Relaties
- Wonen

Controle/zelfbepaling

Ouderen willen controle over hun leven uitoefenen. Ze willen zelf bepalen hoe te leven, zo goed en zo kwaad als het kan. Keuzevrijheid en zich kunnen redden zijn daarin twee belangrijke componenten. Een advies voor beleidsmakers, zorgverleners, en anderen, dat hieruit volgt is: Denk niet vóór ouderen, maar mét ouderen.

Gezondheid

Ook voor senioren geldt: een actief leven is een gezond leven, waarin je je gezond voelt. Maar ouderdom komt uiteraard met wat beperkingen, zodat niet alles meer mogelijk is. Senioren willen daarom bijzonder graag meer en beter geïnformeerd worden over gezond leven en gezond blijven. Hoe kunnen ze gericht bewegen en sporten? Daarnaast

zijn goed slapen en rusten een belangrijk thema, net als goed eten en drinken.

Relaties

Alleen zijn is ook maar alleen. Ook voor senioren zijn relaties en andere contacten van vitaal belang. Ze willen samen oud worden. Daarnaast willen ze bestaande contacten onderhouden en nieuwe mensen ontmoeten. Het leven staat niet stil na 60. Ouderen willen over het algemeen nog zoveel als mogelijk met anderen om kunnen gaan.

Wonen

Om goed te kunnen leven, dient je huis een baken van rust en veiligheid te zijn. Uitzonderingen daargelaten, geldt dat voor alle mensen. Hoe kijken senioren naar hun woonplek? Zij willen wonen in een gemêleerde buurt met mensen van verschillende leeftijden. Het liefst blijven ze in hun vertrouwde buurt. Bij hen leeft dan ook een grote wens om hun eigen woning aan te passen, zodat ze niet hoeven te verhuizen. Ouderen willen daarbij ook zo lang mogelijk zelfstandig en plezierig wonen.

Gebieden waar senioren graag verbeteringen zien

Er worden door ouderen met name drie punten genoemd, waarop zij graag verbeteringen zien. Dat zijn: plezierig wonen, relaties en contacten, eten en drinken. De Vijverhof vindt het erg belangrijk dat u uitsprekt wat u graag wilt, zodat wij zo goed mogelijk op uw wensen kunnen inspelen.

Ik wens u veel leesplezier.

Marian van Roosmalen
Directeur/Bestuurder De Vijverhof



Meneer Mulens heeft niet veel wensen:

“Als het maar gezellig is!”

Sinds hij in De Vijverhof woont, is meneer Mulens helemaal opgebloeid en is zijn gezondheid een stuk beter geworden. De belangrijkste reden?

Hij houdt van een goede sfeer en aanspraak, en die zijn hier volop te vinden!

Kletsen met anderen, naar muziek luisteren en dansen zijn de favoriete bezigheden van meneer Mulens. Ook is hij een graag geziene gast bij de activiteiten op de begane grond van De Vijverhof. Van koersbal en sjoelen tot spelletjes doen: hij doet overal met plezier aan mee. Meneer Mulens kwam al een tijdje elke donderdag naar de dagbesteding bij De Vijverhof. Op een gegeven moment was zijn zicht zó slecht geworden dat zelfstandig wonen niet meer verantwoord was. In oktober 2021 kwam hij hier te wonen – en hij heeft het prima naar zijn zin.

Altijd iets te doen

“Ik begon de activiteiten van de dagbesteding steeds leuker te vinden”, vertelt hij. “Dus toen ik te horen kreeg dat ik hier kwam te wonen, vond ik dat prima. Ik ken alle burens en er is eigenlijk altijd wel iets te doen.” Op de conclusie ‘U houdt dus wel van een beetje gezelligheid’ reageert hij direct: “Niet van een beetje! Van véél gezelligheid! Sinds ik hier woon, gaat het veel beter met me. In mijn vorige woning zat ik toch vaak alleen voor de televisie of bij de radio. Hier kan ik altijd met iemand praten – en daar hou ik van!”

Lekker chillen

Op de vraag of meneer Mulens nog wensen heeft, weet hij eigenlijk geen antwoord. “Ik ben een tevreden mens en alles is zo leuk hier. De activiteiten natuurlijk, maar ook de kerkdienst waar ik elke vrijdag naartoe ga. Lekker chillen – zitten en praten – doe ik het liefst. Als het mooi weer is, graag buiten. Omdat ik zo slecht zie, kan ik dat niet alleen. Misschien is dat wel een wens: dat er nog iets vaker iemand met me mee kan lopen naar buiten, om even te chillen op een bankje. Dat zou ik erg fijn vinden! Misschien wonen er wel meer mensen van Curaçao hier in de buurt. Dan kunnen we Papiaments praten, over dingen van vroeger. Dat zou helemaal leuk zijn!”



— ☆ —

“Omdat ik zo slecht zie, kan ik niet alleen meer naar buiten. Misschien is dat wel een wens: dat er nog iets vaker iemand met me mee kan lopen naar buiten, om even te chillen op een bankje. Dat zou ik erg fijn vinden!”

—

**WENS
ZOEKT
TALENT**

DEEL UW WENS OF TALENT!

Samen is leuker dan alleen. Dat geldt ook voor wonen en de activiteiten binnen De Vijverhof. Wij brengen mensen met dezelfde hobby's of interesses in Capelle bij elkaar. En dat kost u niets. Samen naar de markt, samen gitaar spelen. Samen naar de dierentuin. Geef op wenszoekttalent.nl uw wens of talent door!

WWW.WENSZOEKTTALENT.NL

Wijkverpleegkundige Marianne Vidts over Wens zoekt Talent:

“Veel ouderen zijn eenzaam maar uiten dat niet”

Welke wensen leven er onder ouderen? Is het mogelijk om die uit te voeren? En welke talenten zijn hiervoor nodig? Marianne Vidts, wijkverpleegkundige bij De Vijverhof, probeert te achterhalen wat bewoners nodig hebben, zodat medewerkers en betrokkenen hierop kunnen inspelen.

De van oorsprong Belgische Marianne werkte als verpleegkundige op een chirurgische afdeling en na een post-hbo-opleiding in de palliatieve zorg. Sinds achttien jaar woont en werkt ze in Nederland en sinds februari werkt ze bij De Vijverhof. Haar rol is veelzijdig. Ze fungeert als ‘brug’ tussen de cliënten, artsen en familie en is de spil tussen de huisarts en de andere behandelaars. Daarnaast coacht ze collega's naar kwaliteitszorg. Ook controleert ze of de zorg goed verloopt en zorgplannen worden nageleefd. Hier komt veel bij kijken: kennis van verpleegkunde, de wetgeving en diverse betaalstromen, maar vooral mensenkennis: “Veel ouderen zijn eenzaam, maar uiten dat niet. Goed luisteren en observeren is belangrijk om te begrijpen wat er op een diepere laag speelt.”

Moeite met uiten

Marianne ziet bewoners die eenzaam zijn omdat ze weinig familiebanden hebben: “Familieleden en vrienden zijn overleden, wonen ver weg of moeten werken. Of mensen onttrekken zich aan sociale activiteiten buitenshuis om praktische redenen, bijvoorbeeld omdat ze weinig geld hebben. We doen ons uiterste best om aan de wensen van de bewoners te voldoen, maar ik merk dat ze het lastig vinden om die te uiten. Bewoners die de oorlog meemaakten, hebben lang in de overleefstand gestaan: hard werken om het hoofd boven water en brood op de plank te houden. Tijd om depressief te zijn, was er niet. Praten over emoties was sowieso veel minder gewoon dan nu.”

Empathisch luisteren

“Bewoners houden wensen en gevoelens soms voor zich uit angst een ander te belasten”, legt Marianne uit. “Ik probeer goed te luisteren naar de boodschap achter de woorden. Mensen kunnen zeggen ‘het is goed zo’. Maar als ik doorvraag, komt er vaak toch een behoefte naar boven; een gesprek met een geestelijk verzorger of even naar buiten kunnen met goed weer. Onvoorwaarde-

lijk luisteren is voor mij luisteren zonder oordeel of advies. Als je er kunt zijn voor die ander, komt de puurheid naar boven.”



Digitale vaardigheden

Marianne is enthousiast over het platform Wens zoekt Talent: “Naast luisteren probeer ik mensen met elkaar te verbinden vanuit het motto: ieder mens is belangrijk en heeft talenten. Er zijn diverse activiteiten in de Plaza, maar niet iedereen houdt hiervan of legt makkelijk contact. Vooral als er bestaande groepjes zijn, kan de drempel hoog zijn om hierbij aan te sluiten. Boekenliefhebbers kunnen zich terugtrekken in de bibliotheek, maar hebben wellicht behoefte aan kleinschalige leesclubs. Ik zie vooral dat het nodig is om ouderen mee te nemen in de digitale ontwikkelingen. Het coronatijdperk zorgde ervoor dat bewoners begonnen met videobellen, chatten of foto's delen, maar de meesten zijn nog niet handig met een computer of smartphone. Er is een computercursus in de Plaza, maar misschien is er via Wens zoekt Talent nog meer mogelijk als het gaat om het aanleren van digitale vaardigheden. Ik zou het prachtig vinden als bewoners bijvoorbeeld online maaltijden en boodschappen kunnen bestellen. Misschien voelen ze dan minder schroom om contact te maken met familie, vrienden en instanties. Dat kan een groot verschil maken.”



De wens van huurder Alie Verkaik ging in vervulling:

“Ik kon ergens anders niet aarden en ben heel blij dat ik hier weer terug ben”

Alie Verkaik woonde jarenlang met veel plezier in de Merel, tot haar dochter vroeg of ze niet wat dichterbij haar wilde komen wonen. Alie verhuisde naar Hasselt, maar kreeg ontzettend last van heimwee. Inmiddels is ze weer terug. “Ik ben zó blij dat ik weer bij mijn vriendinnen in de buurt woon!”

In november 2016 kwamen Alie en haar man in de Merel te wonen. In april 2017, vlak voordat ze vijftig jaar getrouwd zouden zijn, overleed hij. “Ontzettend verdrietig, maar je moet toch door”, vertelt Alie. “Mijn dochter, die in Hasselt woont, vroeg of ze me mocht inschrijven voor een woning bij haar in de buurt. Dat vond ze een fijn en veilig idee: ze zou me dan wat vaker kunnen komen opzoeken en me helpen. Het zou nog wel een paar jaar duren voordat er iets vrij zou komen, maar dan was dat vast geregeld.”

Opnieuw inschrijven

Zo lang duurde het niet: al binnen een week kreeg Alie een woning in Hasselt aangeboden. “Ik twijfelde, maar wilde ook wel graag bij mijn dochter en kleinkinderen in de buurt zijn. Daarom heb ik het aanbod aangenomen. Voor de zekerheid heb ik bij mijn vertrek aan woonconsulent Rémon Olsman gevraagd of hij me meteen weer wilde inschrijven bij De Vijverhof, voor het geval ik spijt zou krijgen. Hij keek me gek aan, maar heeft het netjes gedaan. Gelukkig maar, want na een maand in Hasselt wilde ik alweer terug. Ik had zo’n heimwee! Mijn dochter zei dat ik het wat langer moest aanzien, dan zou ik daar vanzelf vrienden krijgen.”

Eenzame tijd

Vriendschappen opbouwen ging in haar nieuwe woonplaats helaas niet zo makkelijk. Alie: “Ik praatte echt met iedereen en heb heel veel mensen uitgenodigd voor een bakje koffie, maar het antwoord was stevast: ‘Ik heb al een vriendengroep’. Het was een heel eenzame tijd, ook omdat ik vanwege corona geen aanspraak had. Ik lag iedere dag huilend op de bank en verlangde terug naar Capelle, waar ik vandaan kom en veel mensen ken. Na tien maanden hield ik het voor gezien: er was een woning vrijgekomen in de Nachtegaal en hier woon ik nu, met veel plezier.”

Volle agenda

“Ik ben zó blij dat ik weer terug ben! Hier ken ik de weg en de mensen, ik heb elke dag aanspraak en een volle agenda. Mijn broer woont hier vlakbij, de winkels zijn op loopafstand en mijn vriendinnen zijn altijd in de buurt. Mijn dochter heeft echt haar best gedaan, maar ziet nu ook in dat ik hier veel gelukkiger ben. Ik heb hier allemaal leuke dingen, daar had ik alleen mijn dochter en kleinkinderen. En ik ben ontzettend blij met de zorg van De Vijverhof: je hoeft maar te bellen en ze komen. De medewerkers zijn allemaal vreselijk lief! Ik vind het hier echt geweldig, anders was ik niet teruggekomen.”

Dansen

“Of ik nog wensen heb? Wat meer stopcontacten in mijn huisje zou ik erg fijn vinden, net als een lamp tussen de slaapkamer en de buitendeur, verder eigenlijk niet. Ook niet als het gaat om de activiteiten binnen De Vijverhof:

ik kom er nooit want ik ben veel te druk! Ik ben de hele dag bezig, maar het is een fijn idee dat ik, als ik dat wil, meteen aan de overkant terecht kan voor gezelschap en activiteiten. Misschien dat ik nog eens meedoe met dansen, dat deed ik vroeger graag. Ik red én vermaak mezelf nog prima en dat wil ik zo lang mogelijk zo houden. Ik heb het hier ontzettend naar mijn zin!”



— ☆ —

“Of ik nog wensen heb? Wat meer stopcontacten in mijn huisje zou ik erg fijn vinden, net als een lamp tussen de slaapkamer en de buitendeur, verder eigenlijk niet.”

—



Huurder Adrie Wetzel over de Indische groep:

“Elke vrijdag gezellig samen dingen doen, daar leeft de groep van op”

Samen herinneringen ophalen aan het Nederlands-Indië van vroeger, koken en gezellig samen eten: het kan bij de Indische groep ‘De Kumpulan’ – dat samenkomst of groep betekent. Een mooie manier van dagbesteding. Ook voor Adrie Wetzel, die er al een jaar met veel plezier deel van uitmaakt.

Adrie Wetzel is 82 jaar en woont sinds drie jaar in de Merel. “Op de begane grond, met een tuintje aan het water”, vertelt hij. “Hier dobberen ganzen en zwanen voorbij en er zitten veel vogeltjes. Een ontzettend fijne plek!” Voor aanspraak en de gezelligheid doet hij graag mee aan de activiteiten die De Vijverhof organiseert. “Ik hou van muziek en ook ‘Aan Tafel’ vind ik leuk: dan kan ik dicht bij huis met mijn kinderen en kleinkinderen uit eten. Zo mogelijk ga ik op dinsdag naar de fitness en donderdag doe ik graag mee met gymnastiek bij de Merel. Ik wil graag fit blijven, daarom loop ik ook altijd het kleine stukje naar de overkant, soms met mijn rollator. Als ik boodschappen ga doen bij de Koperwiek, neem ik mijn scootmobiel mee, dat kan ik lopend niet meer af.”

Indische groep

Elke vrijdagmiddag is Adrie aanwezig bij de Indische groep. “Een leuk groepje van Indische en Surinaamse mensen, en Nederlanders die in Indonesië hebben gewoond of gewerkt. We praten met elkaar, doen quizzes en spelletjes en spreken af wat we gaan koken, om de gerechten aansluitend gezellig samen op te eten. We gaan ook weleens met elkaar in een restaurant eten. En we kijken graag naar YouTube-filmpjes op een groot scherm, bijvoorbeeld filmpjes van het Indië van vroeger, waarover we dan met elkaar praten. Erg fijn dat deze groep er is!”

Herinneringen ophalen

Zelf woonde Adrie jarenlang met zijn gezin in Jakarta, Singapore en Hamburg. Hij heeft er gevaren als stuurman en kapitein en gewerkt bij verschillende oliemaatschappijen. Na zijn pensioen kwam hij terug naar Nederland. Maar hij reist nog graag regelmatig naar Indonesië – al was dat de laatste jaren vanwege corona niet mogelijk.

“Het is mooi dat je met anderen herinneringen kan ophalen aan vroeger”, geeft Adrie aan. “En door met ideeën en suggesties te komen waar de groep van opleeft, voel ik me zelf ook veel dynamischer. Door materialen van vroeger te laten zien bijvoorbeeld, of te vertellen over bepaalde gebruiken van toen. Zoals het bakken van een tulbandcake op Bevrijdingsdag, die overigens in Indonesië op 15 augustus wordt gevierd.”

De wens van Adrie

Heeft Adrie nog wensen voor activiteiten bij De Vijverhof? “Het lijkt me geweldig om een linedance-groep te beginnen”, antwoordt hij enthousiast. “Vroeger gaf ik met mijn vrouw – die vier jaar geleden is overleden – linedance-demonstraties, dit gaf ons ontzettend veel plezier. Linedance is erg leuk om te doen en bovendien trekt zo’n activiteit weer andere mensen, met wie je onderling een band kunt opbouwen. Het zou mooi zijn als het lukt en het aanslaat. En uiteraard hoop ik dat dit artikel gelijkgestemden aanspoort om aan De Kumpulan deel te nemen!”



“Het lijkt me geweldig om een linedance-groep te beginnen. Linedance is erg leuk om te doen en bovendien trekt het weer andere mensen, met wie je een band kunt opbouwen.”

Mantelzorger Lenny van Eijk over de zorg voor haar moeder:

“Ze was er altijd voor mij, nu help ik haar”

Thea van Eijk-Klis woonde op 90-jarige leeftijd nog zelfstandig. Weliswaar met hulp van haar dochter Lenny, die in hetzelfde flatgebouw woonde. Maar toen Thea in 2020 door corona was verzwakt, vaak viel en haar pols brak, kwam het besef dat ze niet meer thuis kon blijven wonen. Gelukkig kon ze terecht in De Vijverhof.

“Voorheen ging ik voor mijn werk om zeven uur 's ochtends naar mijn moeder toe”, vertelt Lenny. “Overdag was zij alleen. 's Avonds kookte ik voor haar en aten we samen. Maar ze viel steeds vaker en ik kon mijn moeder niet optillen. Uren lag ze soms op de koude vloer voordat er hulp kwam. Ik deed geen oog meer dicht, het was niet meer te doen. Sinds mijn moeder in De Vijverhof woont, slaap ik 's nachts weer. Ik weet dat ze goed wordt verzorgd en dat er op haar wordt gelet, ook 's nachts. Ik kom elke dag op bezoek en voel me nog steeds mantelzorger, maar de druk is minder. Het is fijn dat er mensen achter me staan. Het komt niet allemaal meer alleen op mij neer. Dat is heel geruststellend.”

Fantastische zorg

Dat er op korte termijn plek was in De Vijverhof heeft zo moeten zijn, volgens Lenny. “Mijn moeder had eerder eens gezegd: ‘Als ik naar een verzorgingshuis moet, dan naar De Vijverhof’. Het christelijke karakter speelt daarbij een grote rol. Mijn moeder is katholiek, maar ging ook naar protestantse gemeenten. Ze kende hierdoor al veel mensen die in De Vijverhof wonen. Heel prettig. Het enige wat mijn moeder jammer vindt, is dat ze bij haar kamer geen eigen toilet en badkamer heeft, maar ze is erg blij met haar fijne balkon. Bovendien is de zorg fantastisch. Iedereen is zo lief en oprecht. Echt schatten!”

Geborgenheid

Lenny werkt in de ouderenzorg. Ze vindt het heerlijk om met oudere mensen om te gaan: “Om het laatste stukje dat ze nog hebben zo prettig en gezellig mogelijk te maken, geeft me veel voldoening. Met kleine dingen voelen mensen zich gezien en geborgen, bijvoorbeeld een moment aandacht, de vraag of ze lekker hebben geslapen of even over iemands rug wrijven of een hand vasthouden. Dat hebben ze nodig. Ik vind het belangrijk om ouderen in hun waarde te laten en ze toch zo veel mogelijk te ondersteunen. Het is niet makkelijk om oud te worden en afhankelijk te zijn van anderen. Gelukkig staat mijn moeder krachtig en positief in het leven. Haar motto: altijd vooruitkijken, niet achterom.”

Praatje met Peter

Lenny ziet dat haar moeder geniet van alle activiteiten in De Vijverhof: “Er is altijd wat te doen. Een optreden, poffertjes of pannenkoeken bakken, zelfs een soort avond-tweedaagse met een feestelijke inhaal. Mijn moeder gaat wekelijks naar de protestante dienst en maandelijks naar de katholieke kerkdienst. Het ‘praatje met Peter’ in de serre vindt ze ook geweldig. Daarbij komen levensvragen aan bod. Het levert mooie gespreksstof op.”

Meer naar buiten

Heeft Lenny nog wensen voor de bewoners van De Vijverhof? “Ik bezoek mijn moeder elke dag, maar niet iedereen krijgt dagelijks bezoek. Ik voel me schuldig als we terugkomen van een visje eten bij de visboer, want dan zie ik aan de gezichten van de andere bewoners dat ze ook vaker naar buiten zouden willen. De verzorging kan dit er niet bij hebben. Het zou goed zijn als er meer vrijwilligers zijn om de bewoners mee naar buiten te nemen: naar de beleefstuin of een boodschap doen. Dan voelen mensen weer contact met de wereld buiten De Vijverhof, dat ze deel uitmaken van de maatschappij. Voelen hoe de temperatuur buiten is, is heel wat anders dan van achter het raam bij de verwarming naar buiten kijken. Het zou

ook fantastisch zijn als bewoners wat vaker een dagje uit kunnen. Met een busje naar de bollenvelden, een lichtjestoer doen met kerst of een Spido-rondvaart.”

Voorland

Het zorgen voor elkaar is Lenny met de paplepel ingegoten: “Mijn moeder was er altijd voor mij. Toen mijn kinderen jong waren, hielp ze mij. Nu help ik haar. Dat verdient ze en doe ik met heel veel liefde. Ik ben me ervan bewust dat dit mijn voorland is. Ik heb heel lieve kinderen en ik hoop dat ze er later ook voor mij zijn, maar daar mag je nooit vanuit gaan. Als ik niet meer zelfstandig kan wonen, hoop ik ook in De Vijverhof te kunnen wonen.”



“



Ik voel me schuldig als we terugkomen van een visje eten bij de visboer, want dan zie ik aan de andere bewoners dat ze ook vaker naar buiten zouden willen. Het zou goed zijn als er meer vrijwilligers zijn om de bewoners mee naar buiten te nemen: naar de beleefstuin of een boodschap doen.

”

Jan Willem Spijkman, lid van de Raad van Toezicht:

“Een zinvolle oude dag hebben, daar draait het om”

Als bankier in de zorgsector komt Jan Willem Spijkman in aanraking met alle zorgsectoren, maar de ouderenzorg ligt hem het meest na aan het hart. Sinds mei 2020 is hij lid van de Raad van Toezicht (RvT) van De Vijverhof. Zijn expertise: financiën en vastgoed, oftewel geld en gebouwen. Met welke uitdagingen houdt hij zich bezig?

Jan Willem Spijkman heeft een tomeloos respect voor ouderen: “Fysiek of mentaal kunnen ze niet alles meer, maar de levenservaring en volwaardigheid van het mens zijn bij ouderen vind ik indrukwekkend en inspirerend. Het is mijn wens als bankier in de zorg en als toezichthouder bij De Vijverhof dat ze een zinvol leven kunnen leiden op een veilige plek. Met afgestemde zorg, ondersteuning, bezigheden en een fijn thuisgevoel.”

Zorgen om capaciteit

Na acht jaar actief te zijn geweest als toezichthouder bij een andere ouderenzorginstelling, fungeert Jan Willem Spijkman binnen de RvT van De Vijverhof als voorzitter van de Commissie Financiën en Vastgoed. Vanuit een toezichthoudende en adviserende rol heeft hij te maken met de diverse uitdagingen die de ouderenzorg nu en in de toekomst voor de kiezen krijgt: “De vergrijzingsgolf



Jan Willem Spijkman, lid RvT

creëert een groeiende vraag naar ouderenzorg. Tegelijkertijd kampt Nederland met een toenemend tekort aan zowel zorgpersoneel als geschikte huisvesting voor ouderen. Om ook in de toekomst de continuïteit van de ouderenzorg te kunnen waarborgen, is een transformatie nodig.”

Dynamische sector

“Er moet zo veel gebeuren! En dat is precies waarom ik de ouderenzorg zo dynamisch en interessant vind,” vervolgt hij. “Naast solide financiën en strategische vastgoedplanning zal er gekeken moeten worden naar wat we in de toekomst nog aan professionele zorg kunnen bieden en wat er vanuit de maatschappij – familie, mantelzorgers en vrijwilligers – aan ‘informele’ zorg georganiseerd moet worden. Of dat nu in eigen huis, aanleunwoning, verpleeg- of verzorgingshuis is.”

Welzijn binnen en buiten De Vijverhof

Dat bewoners zich thuis voelen en een gelukkige oude dag kunnen hebben, is belangrijk voor Jan Willem Spijkman: “Bij De Vijverhof is fijn wonen minstens zo belangrijk als de zorg die wordt geboden. Dat zie je onder andere aan de diverse welzijnsactiviteiten, de beleefruimte en de leefcirkels, waardoor bewoners van een PG-afdeling meer vrijheid hebben. Bewoners wordt gevraagd wat hun talent of passie is. Zo ontstaan mooie connecties, zoals een bewoner die danslessen geeft of meehelpt met klussen of koken. Maar er zit een grens aan wat een zorginstelling kan bieden. De maatschappelijke participatie zal enorm moeten groeien om het gat in de behoefte aan informele zorg nu en in de toekomst te kunnen dichten.”

Vervuld leven

Jan Willem Spijkman is groot voorstander van het platform Wens zoekt Talent: “Een prachtige manier om de maatschappij te matchen met de bewoners. Dat kan gaan om hulp bij de belastingaangifte of het gebruik van een smartphone tot bridgen of een dierentuin bezoeken. Ik gun iedereen – jong en oud – een vervuld en zo actief mogelijk leven, waardoor je ‘s avonds lekker moe bent en tevreden in slaap valt. Voelen dat je ertoe doet, dat wil toch iedereen?”

De wens van woonondersteuner Romeo Hasselbaink:

“Een fijn moment van aandacht of plezier voor iedereen”

Romeo Hasselbaink werkt sinds kort bij De Vijverhof en voelt zich hier als een vis in het water: “Ik heb een echt ‘zorghart’ en vind het heerlijk om voor ouderen te zorgen. Iemand een lach brengen, doe ik het liefst.”

De sportieve Romeo werkte al eerder – tijdens de opleiding fysiotherapie – met senioren: “Het is mijn passie om bij te dragen aan het welzijn van mensen. Toen ik de vacature van woonondersteuner bij De Vijverhof zag, heb ik direct gereageerd. De oma van mijn vrouw woont in De Vijverhof en ik heb gezien hoe goed ze haar verzorgen. Na het sollicitatiegesprek wist ik: dit wil ik doen!”

Bijdragen aan welzijn

Als woonondersteuner helpt Romeo overdag in de woonkamer met praktische zaken zoals eten, drinken en het schoon houden van de leefomgeving. Ook heeft zijn rol een groot sociaal aspect: persoonlijke aandacht voor de bewoners en het inspelen op hun behoeften, individueel of met groepsactiviteiten. Romeo wil de bewoners graag een fijne dag bezorgen: “Ik zoek naar momenten van waarde voor de bewoners. We kunnen niks veranderen aan wat ze overkomt, zoals dementie, maar we kunnen er voor ze zijn, ze afleiden en samen plezier maken. Met een praatje, een grapje, even zingen of een stukje buiten lopen.”

Blij momenten

“Ik zie dat De Vijverhof er alles aan doet om het de bewoners naar de zin te maken. Er wordt met open mind geluisterd en er worden initiatieven genomen zoals Wens zoekt Talent. Het zou geweldig zijn als hierdoor meer vrijwilligers komen om de bewoners een-op-een aandacht te geven. Het maakt echt een verschil. Je ziet een bewoner rustiger of vrolijker worden. Iemand kunnen laten



lachen en blij maken is prachtig om te doen. Ik ben heel dankbaar voor die momenten; die moeten er voor iedereen zijn. Ik hoop dat Wens zoekt Talent hier nog meer aan gaat bijdragen.”

Bewegen op muziek

Romeo zou zelf graag bewegingslessen op muziek willen geven, uiteraard aangepast aan de mogelijkheden van de bewoners. “Muziek stimuleert de hersenen, waardoor mensen even opgetild worden uit de sleur of hun zorgen vergeten. En door te bewegen, verbetert de doorbloeding en de vitaliteit en slapen mensen beter. Misschien kan ik me daar in de toekomst bij De Vijverhof voor inzetten!”



Nieuwe zorgkaarten maken de zorg veel persoonlijker



Iedere bewoner van De Vijverhof heeft een zorgkaart. Hierop staat informatie met houvast voor de zorg. Bijvoorbeeld hoe laat iemand graag gewekt wil worden en welke zorg nodig is. Sinds kort is hier meer persoonlijke informatie aan toegevoegd. En we merken nu al dat dit een positief effect heeft op het contact tussen bewoners en zorgmedewerkers.

Zorgmedewerkers Brenda de Vries en Michelle Kapoen hebben de zorgkaarten aangepast. “Ontzettend leuk om te doen”, vertelt Brenda. “We hebben informatie opgezocht over de levensgeschiedenis van bewoners en die toegevoegd aan de zorgkaarten. Hierdoor is het voor nieuwe en tijdelijke medewerkers makkelijker om het ijs te breken en echt contact met de bewoners te maken. Ook hebben we bij bewoners met dementie informatie toegevoegd over het gedrag, zodat het voor zorgmedewerkers makkelijker is om iemand te begrijpen. Zinvol en heel waardevol voor alle betrokkenen.”

Thuisgevoel

Ook Michelle is enthousiast over de nieuwe zorgkaarten: “Ze vertellen wat een bewoner het leukste vindt, hoe de gezinssituatie vroeger was en welk werk iemand heeft gedaan. Dit geeft aanleiding voor gesprekken en op deze manier geven we de bewoners meer een thuisgevoel. Hier wordt de zorg veel persoonlijker van, dat is mooi om te zien. Een goed voorbeeld van zinvolle informatie is de zorgkaart van een mevrouw die bang is om te vallen en graag van achter vastgehouden wil worden. Dit hoeft ze dan niet steeds uit te leggen, wat de zorg fijner maakt. Op deze manier leren we als medewerkers de bewoners beter kennen.”



De wens van Brenda:

“Het welzijn van bewoners is erg belangrijk. Ik zou het fijn vinden als er wat meer vrijwilligers bij zouden kunnen komen, zodat de bewoners wat vaker lekker naar buiten kunnen.”



De wens van Michelle:

“Ik zou meer uitjes voor de bewoners ook zeker toejuichen: leuke activiteiten buiten De Vijverhof waar bewoners gelukkig van worden. Bijvoorbeeld ergens anders een kopje koffie drinken of picknicken.”



De belevingstuin is in gebruik!



Op maandag 2 mei was het zover: bewoners, hun familieleden en medewerkers konden voor het eerst de belevingstuin bezoeken. Het was een heel geslaagde dag!

Voordat de eerste stappen in de tuin konden worden gezet, hield Marian van Roosmalen – directeur-bestuurder van De Vijverhof – een korte toespraak. Ze stipte onder meer aan hoe fijn het is dat bewoners nu weer een mooie buitenruimte hebben om te recreëren: een plek waar het jaarrond groen is en waar mensen kunnen wandelen, uitrusten en anderen ontmoeten. Een ijscoman zorgde voor een extra feestelijk tintje: bewoners, bezoekers en medewerkers konden hier de hele dag terecht voor een lekkere verkoeling. Het weer was prachtig, dus hier werd goed gebruik van gemaakt.

Officiële opening volgt

Omdat de tuin op deze dag nog niet in vol ornaat te bewonderen was, organiseren we op een later tijdstip nog

een officiële, extra feestelijke opening. Dan is hopelijk ook het nieuwe tuinmeubilair gearriveerd: het meubilair dat er nu staat, is tijdelijk.

Enthousiaste reacties

We zijn ontzettend blij dat we deze langgekoesterde wens van velen hebben kunnen vervullen! Tijdens de bouw konden we geen geschikte plek voor een fijne buitenruimte vinden. Nu is het, met een paar ontwerpaanpassingen, toch gelukt. Inmiddels wordt de tuin volop gebruikt en de reacties zijn erg enthousiast. Mooi om te zien! Geniet ervan, daar is de tuin voor bedoeld!



Geraldine Naaijen over de zorg voor haar man Johan:

“Hij is hier in goede handen”

Het was een grote stap voor Geraldine Naaijen om haar man te verhuizen naar De Vijverhof: “Johan woont hier nu sinds november 2020. Het is verdrietig, maar ik leer te accepteren dat ons leven nu anders is. Gelukkig krijgt hij hier goede zorg.”

Geraldine spreekt vol liefde over haar man: “Voordat Johan ziek werd, was hij een sprankelende, levenslustige man. Een flamboyante charmeur die genoot van het leven. Zodra hij ergens binnenkwam, kon het feest beginnen. We hadden een ontzettend goed leven. Voor zijn werk als wijnhandelaar reisden we samen veel naar Zuid-Afrika. We wilden daar zelfs gaan wonen, maar toen ging zijn gezondheid achteruit. Dagelijks breekt mijn hart als ik zie dat hij steeds minder kan. Hij zit nu in een rolstoel en kan niet goed meer praten.”

Prettige locatie

Het begon in 2007 met de diagnose Parkinson. In 2017 kwam daar de diagnose dementie bij. Een tijd lang ging Johan vier dagen per week naar de dagbesteding, maar dat bleek niet genoeg. Geraldine: “De beslissing om Johan te verhuizen, was erg moeilijk, maar het was de enige optie. Het was thuis niet meer te doen.” Geraldine koos voor De Vijverhof vanwege de moderne uitstraling en de prettige locatie: “Ik kan gemakkelijk met Johan in de rolstoel in de buurt even wandelen of een boodschap doen bij de supermarkt. Ook speelde mee dat Johan bij de dagbesteding een kameraad had die naar De Vijverhof ging. Hier ben ik achteraf extra blij om, want met de vrouw van die kameraad heb ik een speciale vriendschap opgebouwd. Haar steun als lotgenote is heel waardevol voor mij.”

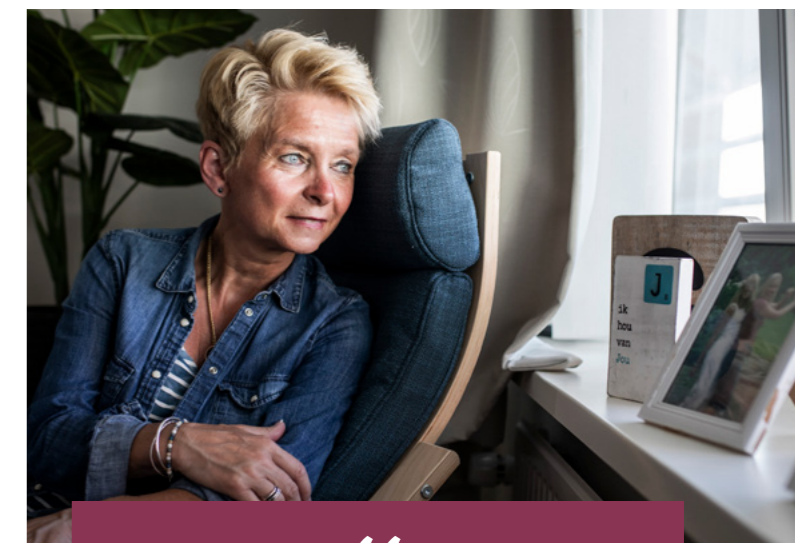
Dierbare herinneringen

“Johan is nog steeds een geweldige man”, vervolgt Geraldine. “Ik kijk dankbaar terug op fantastische jaren waarin we genoten en veel reisden. Des te moeilijker om te zien hoe anders zijn leven is geworden. Ergens vind ik het oneerlijk. Dit leven past niet bij hem. De kleding die hij nu draagt, het eten... het is niet meer zoals het was. Maar het

kan niet anders en ik leer het te accepteren. Tegelijkertijd koester ik de herinneringen aan de goede tijden.”

Emotionele momenten

Geraldine is blij met de verzorging die De Vijverhof biedt. “De zorgmedewerkers doen hun uiterste best voor iedere bewoner. Ik kom vrijwel iedere dag. Elke keer is het afwachten hoe hij is. Ik lees de rapportages, maar dan nog weet ik niet hoe het die dag zal gaan. Soms is hij vrolijk, soms boos. Soms staat zijn gezicht blanco of slaapt hij alleen maar. Af en toe zegt hij wat, maar vaak niet duidelijk, of zacht en binnensmonds. Daarom probeer ik aan te voelen wat hij wil. Onlangs vierden we onze trouwdag en was onze pasgeboren kleinzoon op bezoek. Voor mij en de kinderen emotionele momenten, maar ik heb geen idee hoeveel hij hiervan nog begrijpt. Vroeger kon ik vanuit de verte aan de blik in zijn ogen zien wat hij dacht of wilde. Dat is nu niet meer zo. Elke keer als ik naar buiten loop, huil ik omdat ik zijn stem en zijn lach niet meer hoor.”



“
De beslissing om Johan te verhuizen, was erg moeilijk, maar het was de enige optie. Het was thuis niet meer te doen.
”

Werken aan open-deurenbeleid voor mensen met dementie

Met elkaar op weg naar veilige vrijheid

Binnen De Vijverhof hebben we twee afdelingen voor in totaal 88 mensen met dementie. Zij worden voor een deel beperkt in hun bewegingsvrijheid, namelijk door de gesloten afdelingsdeur. Dit moet anders kunnen. Daarom gaan we het deurenbeleid van deze afdelingen veranderen. Sasha Bertram, onze manager zorg, vertelt hoe we dit gaan doen.

“Aan de maatschappelijke ontwikkelingen van de laatste jaren kun je zien dat het beperken van iemands bewegingsvrijheid op steeds meer weerstand stuit”, legt Sasha uit. “Ook bij ons. Wij willen mensen graag meer vrijheid geven. Dit moeten we ook: de Wet zorg en dwang schrijft voor dat iedere bewoner zich vrij mag bewegen, tenzij dat écht niet verantwoord is. We willen bewoners met dementie dus meer vrijheid geven, mits dat kan en veilig is. Dit kunnen we niet van de ene op de andere dag realiseren, hier is veel voorbereiding en zorgvuldig overleg met alle betrokken partijen voor nodig. Van bewoners en hun familie tot en met medewerkers, artsen, psychologen en de Cliëntenraad. Zodat we samen, stap voor stap, kunnen werken aan veilige vrijheid.”

Zorgvuldig alle mogelijkheden bespreken

Tallose andere zorginstellingen, waar het open-deurenbeleid al is ingevoerd, hebben hier goede ervaringen mee. Die nemen we mee in onze plannen. Sasha: “Uit onderzoek blijkt dat maar voor een klein aantal mensen met dementie een beperking van hun bewegingsvrijheid noodzakelijk is. We bekijken per bewoner voor wie dit geldt en bespreken dit uiteraard zorgvuldig. Dit doen we in de driehoek zorg, psycholoog en arts. Wat is er per bewoner moge-

lijk om diegene zoveel mogelijk vrijheid te geven? Omdat het een grote wijziging is ten opzichte van de huidige situatie, nemen we hier de tijd voor. Ook al zegt de familie dat het goed is dat een bewoner achter een gesloten deur verblijft – en zelfs als een bewoner zich hier niet tegen verzet. Dit is niet voldoende om ook daadwerkelijk de deur af te sluiten. Ons uitgangspunt: we bespreken per bewoner alle alternatieven voordat we tot een besluit komen.”

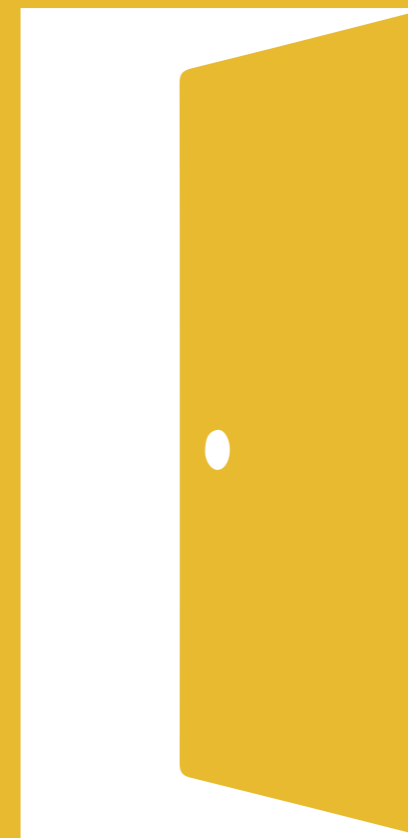
Zorgen voor meer huiselijkheid

De traditionele setting was heel lang: ‘de afdeling met mensen met dementie is gesloten’. Dit gaan we omdraaien: de open deur wordt straks de standaard. “Natuurlijk klinkt dit spannend”, beaamt Sasha. “Maar we gaan uitermate zorgvuldig te werk. Stel jezelf maar eens de vraag: Hoe zou jij het vinden om ten eerste al te moeten verhuizen en vervolgens ook nog achter een gesloten deur te wonen? Dit moet anders. Een enorme uitdaging, maar we gaan er wel voor met zijn allen. We willen ervoor zorgen dat mensen zich zoveel mogelijk thuis voelen in De Vijverhof. Daarom gaan we ook de gemeenschappelijke huiskamers, gangen en serres anders inrichten. Het moet er zo huiselijk en gezellig zijn dat bewoners er als vanzelf naartoe gezogen worden en het er fijn vinden, zodat ze minder de behoefte hebben om de afdeling te verlaten.”

Vier leefcirkels

Na een eerste inventarisatie blijkt dat 8 van de 88 bewoners van onze twee beveiligde afdelingen extra veiligheid nodig hebben. “Dit betekent dus dat 80 bewoners onnodig achter gesloten deuren wonen”, legt Sasha uit. “Zij kunnen, waar mogelijk, zelfstandig of onder begeleiding naar de Plaza en de belevingstuin. Maar nogmaals: we kijken heel kritisch en zeer zorgvuldig of

leefcirkel 3 beperkt zich tot de eigen afdeling. Wil een bewoner een leefcirkel verlaten? Dan gaat er automatisch een waarschuwing naar iemand van de zorg, die meteen actie kan ondernemen. Tegelijkertijd gaat, waar aanwezig, direct de deur waar diegene door wil, op slot. Dit gebeurt via een sensor die een bewoner in een ketting, armband of bijvoorbeeld een schoen draagt.”



“

De wens van Sasha:

“Voor bewoners wens ik dat ze zich bij ons zo thuis als mogelijk voelen, met de regie over hun eigen leven. En alle collega’s wens ik toe dat ze met passie en plezier bij ons werken. Heb je een idee hoe we hier beter voor kunnen zorgen, laat het dan vooral weten!”

”

dit daadwerkelijk kan. Het moet voor iedereen veilig zijn. Om te zorgen voor die veiligheid, gaan we werken met vier leefcirkels, die worden begrensd met behulp van technische voorzieningen. Leefcirkel 0 betekent bijvoorbeeld dat een bewoner geen enkele beperking heeft en kan gaan en staan waar die wil. Leefcirkel 1 biedt toegang tot de tuin en het terras van De Vijverhof. Leefcirkel 2 betekent dat een bewoner wel door het gebouw mag lopen, maar niet naar buiten kan. En

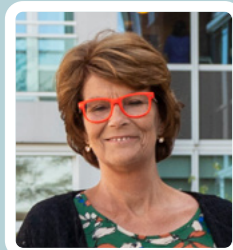
Niet vrijblijvend

“Ik wil nogmaals benadrukken hoe zorgvuldig we hierbij een besluit nemen”, gaat Sasha verder. “Dit doen we samen met een psycholoog, een specialist ouderengeneeskunde en de EVV’er – en uiteraard in samenspraak met de familie. We doen alles weloverwogen en in goed overleg, maar niet vrijblijvend. We willen én moeten de komende tijd naar een ander beleid toe.”

Wilma Klevering van de Clëntenraad:

“Onze wens: nog beter zichtbaar zijn voor bewoners, cliënten en familie”

De Clëntenraad is er voor alle bewoners en cliënten van De Vijverhof, en hun familieleden en mantelzorgers. Maar zij weten de Clëntenraad niet altijd te vinden. “Jammer”, vindt raadslid Wilma Klevering. “We willen graag laten zien dat we laagdrempelig zijn en dat iedere vraag of wens welkom is.”



“We zijn de ogen en oren van cliënten en bewoners; we zijn er voor alle vragen en wensen als het gaat om de algemene zorg”, geeft Wilma Klevering aan. “Waar mogelijk, gaan we meteen met een verzoek aan de slag om te

zien of het gerealiseerd kan worden. Ik heb het idee dat veel bewoners en cliënten ons niet weten te vinden met hun verzoeken, dat is jammer. Want er leeft vast het één en ander waar we wat mee kunnen doen. Daarom wil ik graag benadrukken dat we openstaan voor alle algemene – dus niet persoonlijke – wensen en ideeën.”

kijken of het gerealiseerd kan worden. Ik heb het idee dat veel bewoners en cliënten ons niet weten te vinden met hun verzoeken, dat is jammer. Want er leeft vast het één en ander waar we wat mee kunnen doen. Daarom wil ik graag benadrukken dat we openstaan voor alle algemene – dus niet persoonlijke – wensen en ideeën.”

Horen wat er speelt

Verzoeken en wensen zijn achter te laten in de speciale brievenbus van de Clëntenraad, tegenover de kapsalon in De Vijverhof. Een mailtje sturen naar cliëntenraad@hsbdevijverhof.nl kan ook. “En we willen – nu er gezien corona steeds meer kan – ook graag weer de mensen opzoeken om te horen wat er speelt. Bijvoorbeeld tijdens

een koffie-uurtje in de serre. Hier gaan we de komende tijd mee aan de slag. Want we willen de drempel om iets te melden zo laag mogelijk maken: schroom niet om het aan te geven als je denkt dat iets beter kan.”



Ook lid worden van de Clëntenraad?

Woont u in (een aanleunwoning van) De Vijverhof, of woont hier iemand die u goed kent of voor wie u mantelzorger bent? En wilt u – zes keer per jaar – meedenken en meepraten over de zorg? Word dan lid van de Clëntenraad! U kunt zich aanmelden via cliëntenraad@hsbdevijverhof.nl.



De persoonlijke wens van Wilma Klevering van de Clëntenraad:

“Ik merk dat bewoners graag een praatje maken en dat veel van hen zingen leuk vinden, vooral de liedjes van vroeger. Dat gebeurt beneden natuurlijk al, maar er zijn bewoners die de drempel te hoog vinden om beneden een activiteit bij te wonen. Misschien is het leuk om dit wat vaker in de serre te doen. En het zou mooi zijn als familieleden of mantelzorgers actief zouden aangeven wat bewoners vroeger graag deden, hobby's als muziek maken bijvoorbeeld. Zodat De Vijverhof daarop kan inspelen met activiteiten.”



De persoonlijke wens van Bert Maasbommel van de Clëntenraad:

“Ik ben nu bijna twee jaar lid van de Clëntenraad omdat ik graag belangstelling toon voor mijn omgeving en zo kan meedenken en meepraten. Dat vind ik belangrijk. En ik weet als bewoner natuurlijk wat er speelt, dat maakt het extra leuk. Ik ben echt fan van De Vijverhof: de locatie en de zorg zijn top. Mijn persoonlijke wens? Het team Welzijn is enthousiast en doet enorm zijn best. Hartstikke leuk! Ik zou het fijn vinden als er wat meer activiteiten buiten De Vijverhof worden georganiseerd. Naar een museum, dierentuin of voetbalwedstrijd bijvoorbeeld.”

colofon

Spraakwater

Jaargang 6, nr. 20, zomer 2022

Uitgave

Spraakwater verschijnt 2x per jaar

Uitgever

De Vijverhof

Concept & realisatie

qlant imagobouwers

Redactie

De Vijverhof en qlant imagobouwers

Fotografie

De Vijverhof en qlant imagobouwers

Contact

Woonzorgcentrum

De Vijverhof

Reigerlaan 251, 2903 LJ

Capelle aan den IJssel

Telefoon:

010 - 450 37 55

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag zonder voorafgaande schriftelijke toestemming worden overgenomen.



 @hsbdevijverhof

 /vijverhof

 de_vijverhof

www.hsbdevijverhof.nl



**IN DE BUITENLUCHT SCHAKEN?
SAMEN MAKEN WE HET LEUKER!**

**WENS
ZOEKT
TALENT**

WWW.WENSZOEKTTALENT.NL

ZorgkaartNederland.nl

**Deel uw
ervaring met
de zorg
en help zo
anderen
met kiezen.**

 **Zorgkaart
Nederland**
Patiëntenfederatie Nederland

De grootste ervaringsite in de zorg.