

Etcedrah

Oktober 2024 · Jaargang 11 · Nummer 2

In het zonnetje

Voor vrijwilliger Adrie staan verbondenheid en gezelligheid centraal

Twee generaties

Echtpaar Stoop ervaart de zorg in Nebo als een zegen

Volledig Pakket Thuis

Langer thuiswonen met de zorg die nodig is



Kom jij bij ons team werken?



Een IT-partner die begrijpt dat jouw continuïteit cruciaal is

Onze IT-professionals werken als een hecht team samen en leren van elkaar. Zij weten dat ze daardoor het meeste voor jou kunnen betekenen.

Dat is waarom Symbis zijn medewerkers vrijheid geeft. De vrijheid om écht naar jou te luisteren, jou te begrijpen en op zoek te gaan naar de beste IT-oplossing voor jouw organisatie.

Symbis. Persoonlijk betrokken!

symbis.nl



VANDERPERK GROEP

Alles onder één dak:
drukwerk, creatie strategie en web!



Druk & Print < Design < Web < Marketing

WWW.VANDERPERK.NL < 0185 688 377
VAN LEEUWENHOEKWEG 3 < GROOT-AMMERS

VOORWOORD TEUNIS STOOP

All inclusive?

In de komende jaren komen er steeds meer ouderen bij en zij worden gemiddeld ook steeds ouder. Dat noemen we de dubbele vergrijzing. Die gaat gepaard met 'ontgroening': door het lage geboortecijfer komen er minder jongeren de arbeidsmarkt op. Dubbele vergrijzing in combinatie met ontgroening zorgt voor een groeiende 'zorgkloof': meer mensen hebben zorg nodig en daarvoor zijn minder zorgmedewerkers beschikbaar. Dit leidt ertoe dat ouderen samen met hun familieleden en anderen uit het netwerk zelf zorg voor hun rekening moeten nemen. Aansluitend kunnen dan professionele zorgmedewerkers ingeschakeld worden. Al met al een flinke cultuurverandering waaraan gewerkt wordt onder de noemer 'passende zorg en netwerkparticipatie'.

De overheid heeft gesteld dat er geen nieuwe verpleeghuisplekken bij mogen komen. Ouderen zullen daardoor langer zelfstandig thuis moeten blijven wonen. Aansluitend op de zorg van familieleden kunnen zij thuiszorg krijgen die betaald wordt vanuit de zorgverzekering. Als de zorgvraag thuis intensiever wordt, kan ook zorg geboden worden die bekostigd wordt vanuit de Wet langdurige zorg. Dat noemen we het Volledig Pakket Thuis (VPT). Binnen Cedrah bieden we op dit moment VPT aan in de zogenaamde 'aanleunwoningen' naast onze zorgcentra. Op termijn willen we deze zorg ook in de wijk aan kunnen bieden. Daarnaast werken we aan een zogenaamde 'tussenvorm': kleinschalige complexen met seniorenwoningen waarbinnen geclusterd VPT-zorg geleverd wordt. Er gaat veel veranderen in de ouderenzorg. Dat heeft

impact op ouderen die zorg nodig hebben en op professionals die zorg verlenen. Ik hoor weleens dat mensen onterecht denken dat 'VPT-zorg' vergelijkbaar is met een 'all-inclusive vakantie'. Vakantievierders kunnen dan de hele vakantie onbeperkt genieten van eten en drinken. Hoewel een VPT veel kan bieden (zorg, maaltijden, dagbesteding, begeleiding en ondersteuning én huishoudelijke hulp) wordt in overleg met de cliënt gekeken wat hiervan nodig en passend is. Hiernaast gaat de vergelijking tussen ouderen die in een kwetsbare levensfase zorg en ondersteuning nodig hebben met gezonde mensen die uitbundig hun vakantie vieren natuurlijk sowieso mank. Vanuit Cedrah gaan we mee in de ontwikkeling van passende zorg en het bieden van intensieve zorg thuis. Eén ding staat voor mij bovenaan: ondanks alle veranderingen blijven we met hart en ziel zorg en 'warmte' bieden die gekenmerkt wordt door mensen die willen leven volgens het grote gebod: God liefhebben boven alles en onze naaste als onszelf!

T.A. (Teunis) Stoop
Bestuurder van Cedrah



Vakmanschap tot in elk detail!

TMC
PROJECT

SCOTTWEG 14
4462 GS GOES
INFO@TMCPROJECT.NL

WWW.TMCPROJECT.NL

COLOFON

Etcedrah is een uitgave van Cedrah

Redactieadres

1e Barendrechtseweg 40
2992 XC Barendrecht
T 088 587 00 50
E redactie@cedrah.nl

Redactie

Ada Kragten, Heleen den Breems,
Jacqueline Kalkman en Marloes Hagendijk

Eindredactie

Teunis Stoop, Marloes Hagendijk

Oplage

Verschijnt twee keer per jaar in een oplage van 16.500 stuks.

Vormgeving

Reprovinci

Druk

Vanderperk Groep

Fotografie

Cees van der Wal, Adriaan Verhoeven

Foto omslag

Adrie van Vliet, vrijwilliger in woonzorgcentrum Amandelhof in Capelle aan den IJssel

Wij geloven dat het samen kan



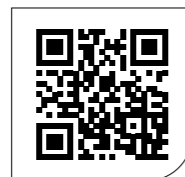
Wij geloven dat God elk leven geeft en liefheeft. Elk leven verdient het om gezien en beschermd te worden. Juist als het leven kwetsbaar is raken geloof, zorg en gezondheid elkaar.

Samen met u kunnen we van betekenis zijn

We staan voor de beschermwaardigheid van het leven. We zorgen samen dat er christelijke zorg en hulp is. En we inspireren om voor jezelf en de ander te zorgen.

Meer weten?

dechristelijkzorgverzekeraar.nl/ontdekmeer



De christelijke
zorgverzekeraar

Deze keer in Etcedrah



12

VPT IS MEEBEWEGEN MET DE CLIËNT



20

TWEE GENERATIES

'We ervaren de zorg als een zegen'



26

WAT DOEN WE?

De heer Palsgraaf: 90 jaar en nog vele hobby's

6 UIT LAND EN LOCATIES

Actualiteitenrubriek

8 ACTUEEL

De vruchten van de Cedrah-boom groeien

10 RONDOM DE TAFEL

Gevoel van verbondenheid

16 IN HET ZONNETJE

Adrie van Vliet

17 BOEKEN

Recensies

17 COLUMN

Zeker wonen

18 LEVENSVRAGEN

Hoe krijg ik passende zorg in de avond van mijn leven?

19 OP STAP MET

Evelien van Gilst en Corina Huizer, wijkverpleegkundigen uitzicht

24 MEDITATIE

De Woning met de beste zorg

25 ZWEEDSE PUZZEL

Rusttijd, voetganger, stek, bedoeling

28 HET RECEPT VAN

Stamppot met veldsla en speklap of saucijs

29 BEELD IN WOORDEN

Gebed van een zuster

30 VRIENDEN VAN CEDRAH

Draagt u ook een steentje bij?

31 WONINGAANBOD

Comfortabel wonen, met zorg dichtbij

32 CEDRAHLOCATIES

Waar vindt u ons?

33 UITGELICHTE LOCATIES

Woonzorgcentrum Rehoboth

34 GEZIEN

Oost west, thuis best



Bewoners Uitzicht varen met de Gantel

Afgelopen zomer voeren de bewoners van Uitzicht met de Gantel door het Westland. Ze genoten van de mooie omgeving en van de accordeon die door een van de bewoners bespeeld werd. Een geslaagd uitje!



Gemeente Zuidplas geeft toestemming voor nieuwbouw naast Beth-San

Het aangepaste bestemmingsplan voor de bouw van 70 appartementen naast woonzorgcentrum Beth-San in Moerkapelle is sinds het voorjaar onherroepelijk. Cedrah-bestuurder Teunis Stoop is blij met het nieuws: 'Cedrah kan zo een belangrijke bijdrage leveren aan de grote vraag naar geschikte seniorenappartementen, met zorg als dat nodig is dichtbij.'

Nieuwe duofiets voor cliënten Eben-Haëzer

De cliënten van woonzorgcentrum Eben-Haëzer hebben feestelijk een nieuwe duofiets in ontvangst mogen nemen. 'De duofiets zal een positieve uitwerking hebben op het welzijn van de cliënten, doordat ze kunnen genieten van het buiten zijn, het bewegen en de prachtige natuur', aldus regiomanager Anja Barth.



Spelletjes in Rehoboth

Bestuurder Teunis Stoop en meneer S. Jobse, bewoner in Rehoboth-Goes, speelden gezellig een potje Mens erger je niet. Meneer Jobse was de gelukkige winnaar en met een grote lach wilde hij nog even benadrukken dat hij eerlijk speelde.



Marnix Staete fase II van start!

De symbolische eerste paal van de tweede fase van Marnix Staete in Goes is in mei geslagen. De kopers mochten de eerste paal voorzien van hun initialen met een krijtstift, waarna de eerste koper, meneer P. Kriekaart, de eerste paal sloeg. Een bijzonder moment waarmee het startsein werd gegeven voor de bouw van de koopappartementen van Marnix Staete. Het compleet nieuwe appartementencomplex telt in totaal 51 huur- en koopappartementen.



Oester Staete in aanbouw

In oktober is de bouw van Oester Staete van start gegaan! Het nieuwbouwcomplex Oester Staete omvat 20 zorgstudio's met twee logeerkamers voor mensen met een verstandelijke beperking en in totaal 31 woningen voor senioren. Inmiddels is het grootste deel van de levensloopbestendige koopappartementen verkocht. De verhuur van de huurappartementen wordt eind 2024 opgestart. Meer informatie? Kijk op www.oesterstaete.nl

Cliënten Nebo maken de leukste handwerkjes

Handwerkervrijwilliger Margrit Boersma komt wekelijks in Nebo om in een kleine setting te handwerken met bewoners met dementie. Mooi om te zien dat zij nog de prachtigste kunstwerkjes kunnen maken als ze een-op-eenbegeleiding krijgen!



Jubilerend Amandelhof

Juni stond in het teken van het 50-jarig jubileum van woonzorgcentrum Amandelhof in Capelle aan den IJssel. Het startsein werd gegeven met een jubileumbijeenkomst in de Capelse Elimkerk. In de week die volgde, waren er veel gezellige activiteiten voor bewoners, mantelzorgers, medewerkers en vrijwilligers.



Barbecue in Hebron

Afgelopen zomer was er bij Hebron een gezellige barbecue met de bewoners en mantelzorgers. En dat viel in de smaak! De bewoners genoten onder andere van een mals varkentje aan het spit.

De vruchten van de Cedrah-boom groeien

Cedrah biedt wonen, zorg en diensten aan ouderen die bewust kiezen voor een organisatie met een reformatorisch identiteitsprofiel. Daarbij wenst Cedrah in alles te handelen in overeenstemming met Gods Woord. Dat is de missie van Cedrah. Deze missie drijft ons elke dag opnieuw in ons werk. Met de Cedrah-boom laten we zien wat we onze cliënten beloven.



Scan de QR-code en bekijk onze video met uitleg over de Cedrah-boom!

Onze boom staat symbool voor liefdevolle ouderenzorg. God vraagt van ons dat we Hem liefhebben boven alles en onze naaste als onszelf. Zo willen wij met ouderen omgaan. Dit kunnen wij alleen in afhankelijkheid van Hem. De zeven vruchten aan de Cedrah-boom zijn in gesprekken met cliënten en medewerkers ontstaan. In de afgelopen tijd zijn de vruchten doorgegroeid en aangepast aan de ontwikkelingen in de zorg. De aanpassing komt voort uit goede gesprekken over de zorgvisie en de vruchten van Cedrah.

Gezien en gehoord

De vruchten aan de Cedrah-boom krijgen kleur door een toelichting en enkele uitspraken van medewerkers. Een belangrijke vrucht is 'Ik voel mij thuis bij de identiteit'. Cliënten die wonen in een woonleefgemeenschap van Cedrah leven samen op de manier zoals ze die kennen van thuis. De Bijbel gaat open, samen bidden en zingen is belangrijk. Cliënten hebben

een daginvulling die bij hen past.

Een andere vrucht is 'Ik voel mij gezien en gehoord en mag mezelf zijn'. Een medewerker zegt over deze vrucht: 'Cliëntgerichte zorg bieden betekent voor mij de tijd nemen en je afvragen: wat is het beste voor de cliënt? En niet: wat vind ik makkelijk?'. Een andere collega beaamt dit: 'Ik wil mij steeds bedenken: dit zou mijn vader of moeder kunnen zijn.'

Netwerk als partner in de zorg

De vrucht 'Ik krijg passende zorg' is aangepast aan de ontwikkelingen in de zorg. Cliënten voeren de regie over hun dag en krijgen de zorg die zij nodig hebben van hun naasten, netwerk, vrijwilligers of medewerkers. Onderling werken deze partijen goed samen om de zorg rond de cliënt te organiseren. Waar nodig en waar mogelijk maken cliënten en medewerkers gebruik van digitale en praktische hulpmiddelen. Alles is gericht op het bevorderen van de gezondheid van de cliënt in de breedste

zin van het woord. Een medewerker over deze vrucht: 'Bij passende zorg blijven, ook na verhuizing, de sociale contacten van de cliënt zoveel mogelijk in stand en is het netwerk partner in de zorg.' Een collega: 'Ik heb een open en vriendelijke houding naar familie en wil van hen leren, zij kennen de cliënt het best.'

We zien ernaar uit om samen de Cedrah-boom tot meerdere bloei te brengen!

Met de Cedrah-boom laten we zien wat we onze cliënten beloven

Uw mening telt! 😞 😟 😐 😊 😄

Wat verwacht u qua inhoud van Etcedah?

Over welke onderwerpen en rubrieken zou u meer willen lezen?

Wat vindt u van de verschijningsfrequentie (2 keer per jaar)?

te weinig voldoende te veel

Hoe komt u aan Etcedah?

via de post via eerdere lezers via de kerk via één van de Cedrah-locaties anders: _____

Welk cijfer geeft u Etcedah? (1-10) _____

Wat is uw voornaam en achternaam? _____

Wat is uw leeftijd? _____ Wat is uw woonplaats? _____

E-mailadres: _____

Scan de QR-code om de vragen digitaal te beantwoorden!

Vul de enquête in en maak kans op een WW-bon t.w.v. €15,-

Stuur dit formulier in een envelop naar Cedrah, Antwoordnummer 2204, 2995 ZZ Heerjansdam



Gevoel van verbondenheid

Dinet Dekker werkt al twaalf jaar als verzorgende IG in Rehoboth in Goes. In het VPT-team geeft ze verpleegzorg aan cliënten in de aanleunwoningen. 'Zo kunnen cliënten, ook als de zorgvraag toeneemt, zo lang mogelijk in hun eigen appartement blijven wonen', licht Dinet toe.

'Wij bieden dezelfde zorg als de verpleegafdeling', vertelt Dinet. 'Maar als het nodig is, vragen we wel om hulp van de familie. Het is afwisselend werk met een vaste groep cliënten. Het mooie is dat je de totale zorg kunt geven die de cliënten nodig hebben. Je bouwt een band op met de cliënten. Dat vind ik erg waardevol.'

Een bijzondere band heeft Dinet met mevrouw Pronk (86). 'Toen ik 40 jaar geleden mijn opleiding deed in Bennekom, heb ik haar vader nog verzorgd. Korte tijd later overleed hij. Met haar moeder heb ik nog een poos contact gehad.' Mevrouw Pronk: 'Ik vertel hier weleens dat Dinet mijn vader nog verzorgd heeft, maar vaak geloven mensen dat niet.' Zij en Dinet praten nog wel eens samen over haar ouders. 'Dat is fijn en geeft een gevoel van verbondenheid', vindt Dinet.



VPT is meebewegen met de cliënt

VPT: een term die je steeds vaker hoort binnen de ouderenzorg. VPT staat voor Volledig Pakket Thuis. Maar wat houdt dat eigenlijk in? Annemarie de Waard, adviseur kwaliteit en veiligheid bij Cedrah, houdt zich in haar werk veel bezig met deze vorm van zorgverlening en legt uit hoe dit werkt.



Annemarie de Waard,
adviseur kwaliteit
en veiligheid bij Cedrah

Thuiszorg is een vorm van zorg die wordt bekostigd vanuit de Zvw (Zorgverzekeringswet). De zorg die vanuit deze wet wordt gegeven, is gericht op herstel. Dit is niet altijd de juiste zorgvorm voor onze cliënten, bijvoorbeeld omdat deze vorm van zorg niet toereikend is. In veel gevallen is verpleeghuiszorg echter nog niet nodig of wenselijk, en daarom is er een tussenvorm van deze zorg: het VPT. Dit blijkt een niet heel bekend begrip. Deze vorm van zorg is verpleegzorg die bij de cliënt in de aanleunwoning van Cedrah wordt gegeven en waarop 24 uur per dag een beroep kan worden gedaan. In tegenstelling tot thuiszorg valt VPT onder de Wlz (Wet langdurige zorg). De Wlz is gericht op ondersteuning, herstel is niet meer mogelijk. Een indicatie voor VPT kan verkregen worden via het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ). Cedrah is dus niet degene die bepaalt of iemand wel of geen VPT kan krijgen. Als een cliënt een VPT-indicatie heeft, krijgt Cedrah hiervoor financiering vanuit het zorgkantoor. Cliënten betalen ook altijd een eigen bijdrage. Deze betalen ze niet aan Cedrah, maar aan het CAK.

Langer thuis

Langer thuis wonen: het wordt noodzaak, maar er zitten zeker ook voordelen aan. Ouderen die thuis wonen hebben meer regie en controle over hun eigen leven. Ze hebben meer ruimte en privacy, onderhouden makkelijker hun sociale contacten en kunnen vasthouden aan hun bekende routines. Ze zijn vaak actiever dan bewoners in een verpleeghuis en blijven daardoor langer fit. Ze wonen in hun vertrouwde huis vol herinneringen in een bekende buurt, hebben hun dierbaren en eigen spulletjes om zich heen. Daarbij is het financieel vaak aantrekkelijk om langer thuis te wonen. Wat ik ook heel mooi vind aan VPT is dat echtparen langer samen kunnen blijven wonen, zolang dat mogelijk is voor hen. De een krijgt dan zorg, terwijl de ander mantelzorg is. Los van deze voordelen wordt langer thuis wonen steeds meer noodzaak. We hebben te maken met een groeiend aantal ouderen die een zorgvraag hebben, een beperkt aantal verpleeghuisplaatsen en niet genoeg zorgmedewerkers om dat aantal uit te breiden. Omdat de zorgkloof steeds groter wordt en het aantal verpleeghuisplaatsen daarmee schaarser, zal er in de toekomst lang niet altijd plek zijn in een verpleeghuis. We zullen daarom andere manieren moeten vinden om toch aan de zorgvraag te kunnen beantwoorden. Daarvoor is passende zorg nodig: houdbare, duurzame en mensgerichte zorg. Een vorm van passende zorg is VPT. Zelf vind ik dat een hele mooie vorm. Ondanks de groeiende zorgkloof willen we er ook in de toekomst graag voor onze achterban zijn. Daarbij denken we na over de vraag hoe we onze zorgmedewerkers inzetten en hoe we de zorg, wat een steeds schaarser goed wordt, verdelen.

‘VPT biedt echtparen de kans langer samen te blijven wonen’

Thuis de zorg ontvangen die nodig is

Mensen die een indicatie hebben voor een VPT, hebben intensieve zorg nodig. Ook is er vaak sprake van meerdere zorg- en ondersteuningsvragen en is er dag en nacht behoefte aan de beschikbaarheid van zorg. Als cliënten in de woongebouwen van Cedrah wonen, kunnen ze extra lang thuis blijven wonen doordat het krijgen van een VPT hier mogelijk is. VPT is geschikt voor ouderen met een toenemende kwetsbaarheid, zoals achteruitgang in de gezondheidstoestand of wanneer er sprake is van dementie. Er kan sprake zijn van overbelaste mantelzorgers. Ook is het geschikt ter overbrugging van een verhuizing naar een verpleeghuis.

Zowel voor de cliënt als voor de organisatie is het fijn als een zo groot mogelijk deel van de zorg gepland wordt. Maar als het nodig is, kan naast deze geplande zorg ook ongeplande zorg worden gegeven. Welke zorg precies geleverd wordt, is afhankelijk van de behoefte van de cliënt. Onder VPT vallen verschillende onderdelen. Met de cliënt wordt afgesproken hoe deze onderdelen worden ingevuld. Hierbij kan gedacht worden aan verpleging, verzorging, dagbesteding of huishoudelijke hulp. Cedrah krijgt bij wijze van spreken een zak met geld voor een cliënt met een VPT-indicatie. Medewerkers van Cedrah gaan met de cliënt in gesprek hoe dat geld verdeeld wordt over de verschillende onderdelen. Daarbij is echt sprake van passende zorg: we stemmen af met de cliënt wat hij of zij nodig heeft.

‘Er is echt sprake van passende zorg: we stemmen af met de cliënt wat hij of zij nodig heeft’

Hulp van familieleden en vrijwilligers

Ik zie dat, wanneer een cliënt een VPT-indicatie krijgt, er vaak al langere tijd een oplopende behoefte is aan zorg. Gelukkig heeft de cliënt in veel gevallen een netwerk om zich heen dat daarin ondersteunt. Op het moment dat de cliënt in de zorg komt bij Cedrah, gaan de cliënt, het netwerk en Cedrah samenwerken om zo goed mogelijke zorg en ondersteuning te bieden. Het voelt vaak voor het netwerk veel natuurlijker om iets voor hun naaste te blijven betekenen wanneer deze in de eigen woning blijft, dan wanneer hij of zij zou verhuizen naar het verpleeghuis. Ik kan me voorstellen dat het voor familie best wennen is wanneer diens naaste professionele zorg nodig heeft. We proberen daarom zoveel mogelijk aan te sluiten bij het gewone leven van de cliënt. Dat houdt onder andere in dat we werken volgens de schijf van vijf: samen met de cliënt en de familie bekijken we allereerst wat de cliënt zelf nog kan. Vervolgens naar welke hulpmiddelen daarbij nodig zijn. Daarna wat familie en het sociale netwerk, zoals burens en de kerk, kunnen doen. Wat overblijft is voor de Cedrah-professional. Een voorbeeld hiervan is wanneer een cliënt graag iedere dag naar buiten gaat. Dat kan belangrijk zijn voor het welzijn van een cliënt en invloed hebben op het hele leven van deze persoon. Het is natuurlijk het fijnst als de cliënt dit zelfstandig kan, zodat hij zelf de regie heeft om dit te kunnen doen wanneer hij dit wil. We kunnen de cliënt in veel situaties ook ondersteunen om dit (weer) zelf te kunnen, of er kunnen hulpmiddelen worden ingezet. Wanneer dat echt niet lukt, kijken

we met elkaar hoe we dit kunnen regelen. We overleggen met familie en kijken of we vrijwilligers kunnen inzetten en soms kan hier ook een rol liggen voor Cedrah-medewerkers. Ik vind het mooi als we met elkaar dergelijke wensen kunnen waarmaken!

Waar voelt de cliënt zich fijn bij?

Iedere cliënt is anders en de behoeften per cliënt kunnen dus ook verschillen. Hoe het VPT wordt ingevuld kan daarom verschillend zijn per cliënt. Wat wel altijd geldt bij een VPT is dat één aanbieder zorg levert: eten en drinken, welzijn en verzorging. Dat is een verschil met thuiszorg, waarbij meerdere partijen betrokken kunnen zijn bij een cliënt. En waar bij thuiszorg de focus vooral ligt op zorg, wordt bij een VPT juist ook ingezet op het welzijn van de cliënt. Het is een meer holistische benadering, waar we kijken naar alle facetten in iemands leven. De zinvolle daginvulling kan daarbij net zo belangrijk zijn als de persoonlijke verzorging. Onze medewerkers gaan daarom in gesprek met de cliënt en stellen vragen als: waar voelt de cliënt zich fijn bij? Vindt hij het fijn om naar de dagbesteding te gaan, of heeft hij meer behoefte aan individuele begeleiding? Wat zijn iemands interesses en hobby's? Er zijn bijvoorbeeld cliënten die niet van groepsactiviteiten houden, maar die misschien wel behoefte hebben aan een stukje begeleiding bij het uitoefenen van een bepaalde hobby. We kijken dus niet alleen naar de zorg, maar we zoeken samen met de cliënt naar manieren om zijn leven op een goed gebalanceerde manier in te vullen.

'Bij VPT zoeken we samen met de cliënt naar manieren om zijn leven op een goed gebalanceerde manier in te vullen'

Focus op welzijn

Bij VPT wordt alle zorg door één aanbieder gegeven. Wel kan het verschillen op welke manier dat gedaan wordt. Bij Cedrah hebben sommige locaties een apart VPT-team. In andere gebouwen hebben medewerkers zowel thuiszorg- als VPT-cliënten. In alle gevallen vraagt het van de medewerkers om een andere manier van werken: een tussenvorm tussen het werken in het verpleeghuis en het werken in de wijkverpleging. Bij VPT-cliënten is meer focus op het welzijn van de cliënt. Ook is VPT minder taakgericht. Van tevoren wordt globaal met een cliënt afgesproken welke zorg gegeven wordt, maar als de me-



dewerker bij een VPT-cliënt komt, beweegt hij of zij mee in wat de cliënt wil. Is er vandaag vooral behoefte aan het wassen van de haren of juist aan het organiseren van het huishouden? Daarop past de medewerker zich aan.

Iets voor elkaar betekenen

Omdat het product VPT steeds relevanter wordt in de maatschappelijke context, heeft Cedrah in de afgelopen jaren uitvoerig onderzoek gedaan naar wat VPT precies inhoudt en hoe Cedrah daar vorm aan kan geven. Vanuit dat project zijn verschillende uitgangspunten beschreven die Cedrah gebruikt bij de uitvoering. Een sprekend voorbeeld vind ik dat bij VPT geestelijke verzorging niet in het pakket zit. Bij Cedrah vinden we dit echter wel belangrijk. Vrucht 1 van de Cedrah-boom is immers 'Ik voel mij thuis bij de identiteit'. Als geestelijke verzorging bijdraagt aan het welzijn van een cliënt, willen we dat ook bieden en wordt dat bekostigd vanuit de eerder genoemde 'zak met geld'. Dat kan betekenen dat er iets minder overblijft voor andere zaken, bijvoorbeeld dagbesteding. Gezien onze identiteit vinden we het belangrijk hier ruimte voor te creëren. Die identiteit speelt sowieso een belangrijke rol in onze woonleefgemeenschap. Doordat VPT bij Cedrah geleverd wordt binnen de woonleefgemeenschap, wonen er rondom de cliënt ook andere ouderen die de reformatorische identiteit delen. Ik vind het mooi om te zien hoe bewoners ervoor open staan om hun buurman of buurvrouw in praktische dingen bij te staan. Ze kunnen iets voor elkaar betekenen, door een gesprekje of een helpende hand. Juist als er in een woongebouw een mix is van vitale en minder vitale mensen komt het leven in de woonleefgemeenschap tot zijn recht.

Recht op wat je nodig hebt

Ook hele praktische uitgangspunten zijn vastgesteld. Bij VPT zitten eten en drinken bijvoorbeeld in principe alle-

maal in het pakket. Tegelijkertijd wonen de cliënten nog wel in hun eigen woning en willen ze graag zoveel mogelijk regie op hun eigen leven. Met een kar met koffie langs de deur is daarom niet passend. Wel wordt de warme maaltijd altijd door Cedrah verstrekt. Broodmaaltijden en tussendoortjes worden door de cliënt zelf geregeld indien mogelijk. De cliënt krijgt dan van Cedrah een stukje van de zak met geld, waarmee hij zelf boodschappen kan doen, bijvoorbeeld bij het winkeltje in het woonzorgcentrum. Wanneer cliënten hulp nodig hebben bij het klaarmaken van hun eten wordt dat gefaciliteerd, door het netwerk of door Cedrah. En als cliënten dagbesteding hebben, krijgen ze daar uiteraard eten en drinken.

Ik vind VPT een heel mooie vorm om passende zorg waar te maken. Ik krijg weleens de indruk dat wordt gedacht dat VPT 'volledig' is en alles omvat wat een cliënt graag zou willen. Wettelijk gezien vallen er wel een aantal onderdelen onder het VPT, maar hebben mensen alleen

recht op wat ze nodig hebben. Daarom is het zo belangrijk om het gesprek te voeren met de cliënt en zijn netwerk, zodat we er samen voor kunnen zorgen dat de individuele cliënt krijgt wat nodig en passend is, maar dat we de zorg ook zo goed mogelijk kunnen verdelen over alle cliënten die een beroep doen op Cedrah.

Modulair Pakket Thuis (MPT)

Een variatie op het VPT is het MPT. Hierbij kunnen cliënten zorg ontvangen van meerdere Wlz-aanbieders. Ook kunnen cliënten ervoor kiezen om bepaalde zorgvormen in natura van de Wlz-aanbieder te ontvangen en de overige benodigde zorg zelf in te kopen via persoonsgebonden budget (PGB). Een ander verschil met VPT is dat maaltijden en huishoudelijke zorg niet onder de indicatie MPT vallen.

Dankzij VPT samen in de aanleunwoning

Voor veel oudere echtparen is het een schrikbeeld: gescheiden van elkaar moeten wonen doordat zich een psychische of lichamelijke ziekte bij een van de partners voordoet. Soms kan een Volledig Pakket Thuis uitkomst bieden.

Ik denk aan een echtpaar dat al jaren op de wachtlijst staat voor een aanleunwoning. In die jaren heeft mevrouw een dementieel beeld ontwikkeld en er is een Wlz-indicatie aangevraagd: zorgprofiel 5. Meneer vraagt zich regelmatig af of ze nog wel samen in de aanleunwoning terecht kunnen. Zijn vrouw wordt volledig afhankelijk van hem; ze heeft overal sturing en begeleiding bij nodig. Hij doet dit graag voor haar, maar het vraagt veel van hem.

Als er plaats komt in een aanleunwoning, gaat het gesprek hierover. Kan meneer voor zijn vrouw blijven zorgen? Zijn antwoord is: ja, als hij voldoende ondersteuning krijgt. Dit kunnen we doen door mevrouw een VPT aan te bieden. Mevrouw krijgt dan thuiszorg en gaat overdag naar de dagopvang. Daar krijgt ze eten en drinken en activiteiten aangeboden. Meneer kan ontspannen, doet het huishouden en slaapt soms een beetje bij. Eind van de middag haalt meneer zijn vrouw weer op en heeft hij voldoende energie om 's avonds en 's nachts voor zijn vrouw te zorgen.



Jozen Baars, klantadviseur Amandelhof



‘De gezelligheid en de verbondenheid met de bewoners en medewerkers zijn voor mij erg belangrijk’

In deze editie van ‘In het zonnetje’ maken we kennis met Adrie van Vliet (76), een toegewijde vrijwilliger en sinds 2004 werkzaam in Amandelhof. ‘Ik begon met het uitdelen van de was bij bewoners in de kamers’, vertelt Adrie. ‘Daarnaast gaf ik koffie op de zaterdagen en hielp ik bij de breigroep.’

Na de verhuizing naar het nieuwe gebouw vond Adrie haar plekje op afdeling de Haven. ‘Daar ben ik begonnen met het verzorgen van het warme middageten, wat ik erg leuk vond om te doen. Tegenwoordig maak ik broodmaaltijden met wat lekkers,

zoals pannenkoeken en andere lekkernijen’, zegt ze met een glimlach.

Wat Adrie het meest waardeert aan haar werk? ‘Het is heel fijn om dit te doen voor de bewoners. De gezelligheid en de verbondenheid met de bewoners en medewerkers zijn voor mij erg belangrijk’, legt ze uit. ‘Hiervoor heb ik zeventien jaar vrijwilligerswerk gedaan bij een tehuis dat ophield te bestaan. Toen ben ik via de coördinator informele zorg bij Amandelhof terechtgekomen. Hier ben ik nog altijd blij om. Vooral de behulpzaamheid en het omzien naar je naaste vind ik zo fijn.’



Gedachten over zorgen bij het ouder worden

Ouderen krijgen dikwijls met veel zorgen te maken. De gezondheid gaat achteruit, geliefden vallen weg, thuisblijven gaat soms niet langer... Hoe moet je daar als oudere zelf mee omgaan, wat vraagt het van de kinderen, maar ook: welke taak ligt er bij de kerkelijke gemeente?

Als thuisblijven moeilijk wordt – ds. L. Terlouw, uitgeverij De Banier, EAN9789033630576, €9,99



Nog veel te doen

Voor ouderen is er nog veel te doen. In dit meditatieboekje worden Bijbelgedeelten over ouderen besproken. Er wordt aandacht geschonken aan de taken die er nog liggen, maar ook aan de eenzaamheid en de moeiten die dikwijls samengaan met een hogere leeftijd. Met hartelijke vreugde in Christus kunnen de laatste jaren wel de beste zijn.

Een mooie leeftijd – ds. P. van Ruitenburg, uitgeverij Den Hertog, EAN9789033120060, €12,90



Prachtige, ontroerende roman vol hoop

Roos en haar oudere zus Marga verschillen van elkaar als dag en nacht. Wanneer ze hun moeder naar een verpleeghuis moeten brengen, worden de verschillen pijnlijk duidelijk. Een prachtige roman over het omgaan met het ouder en behoeftig worden en hoe de kinderen daarmee omgaan.

Hemeldauw – Marianne Grandia, uitgeverij Voorhoeve, EAN9789029722155, €26,00

Zeker wonen

In het afgelopen vergaderjaar van de Eerste Kamer werd een debat gehouden over de Nationale Woon- en Bouwagenda van de overheid. Daarin kwam het woningtekort in Nederland aan de orde. In dit debat kon ik mijn eerste debatbijdrage leveren, de zogenaamde maidenspeech.

In die bijdrage haalde ik Psalm 4 aan waarin sprake is van ‘zeker wonen’ (SV) of ‘veilig wonen’ (HSV). Dat is een groot goed in deze tijd en de overheid werkt er hard aan om zoveel mogelijk mensen een veilig thuis te geven. Voor ouderen is het belangrijk dat zij ‘zeker’ kunnen wonen. Velen willen het liefst zo lang mogelijk in hun vertrouwde huis of appartement blijven wonen. Hoeveel herinneringen liggen daar niet! Hoe lastig is het om op hoge leeftijd nog te moeten verhuizen naar een onbekende omgeving.

‘Er is er Eén die alle tijd aan ons kan en wil besteden’

Om het thuis blijven wonen mogelijk te maken is thuiszorg nodig. Zoals in veel sectoren is ook daar een personeelstekort. Daardoor is het ‘zeker’ wonen niet gemakkelijk te realiseren. Veel cliënten moeten ervaren dat zorgmedewerkers weinig tijd hebben. Even snel de boel aan kant en dan weer op naar het volgende adres. Psalm 4 biedt hier een rijke troost. Er is er Eén die alle tijd aan ons kan en wil besteden. Hij is ook de Enige die werkelijk bij machte is om ons veilig te doen wonen. Niet alleen veilig in dit tijdelijke leven, maar bovenal in het eeuwige leven. Daar komt de Nationale Woon- en Bouwagenda niet aan te pas.



*Prof. dr. Marc J. de Vries
- Lid van de Eerste Kamer
der Staten-Generaal van
Nederland*

Hoe krijg ik passende zorg in de avond van mijn leven?

Er is veel mogelijk in de zorg. U kunt zorg op maat krijgen en zolang mogelijk zelfstandig blijven wonen. U krijgt dan de zorg die u nodig heeft. In deze editie wordt dat uitvoerig toegelicht.

Het is een voorrecht dat dit in ons land mogelijk is. In veel delen van de wereld is die zorg er niet. Toch kan goede zorg niet alles oplossen. De ervaring om steeds in te moeten leveren en afhankelijker te worden, maakt het ouder worden moeilijk. Een oudere zei het zo: 'U kunt zich niet voorstellen hoe moeilijk het is als je niet eens een glas water meer bij het aanrecht kunt halen. En dat je in álles geholpen moet worden.' Dat kunnen we ons inderdaad in onze gezonde dagen niet voorstellen.

Wat is het dan nodig dat we in ons leven geleerd hebben dat we werkelijk in alles afhankelijk zijn van de Heere. Paulus had dat geheim geleerd toen hij een doorn in zijn vlees kreeg. Hij had de Heere ernstig en indringend gebeden die doorn weg te nemen. Maar de Heere vond het nodig dat hij die doorn hield. Opdat Paulus zich niet zou verheffen, maar zou leren: Mijn genade is u genoeg; want Mijn kracht wordt in zwakheid volbracht.

En dat is de les die de Heere ons allemaal moet leren. Het is een voorrecht dat er zoveel goede zorg is in ons land. Er is veel mogelijk. Het gevaar is wel dat we denken dat het leven maakbaar is. We vergeten dan dat we in alles afhankelijk zijn van de Heere. En dat is onze paradijszonde: als God willen zijn en zelf de regie over ons leven houden.

Paulus had die les geleerd op weg naar Damascus. Hij leerde twee vragen te stellen: Heere, wie zijt Gij? En: Heere, wat wilt Gij dat ik doen zal? Zijn dat ook de vragen van uw hart geworden en gebleven? Heere, mag ik U leren kennen en mag ik U in Uw Zoon steeds dieper en inniger kennen? En wilt U mij leren van genade te leven, opdat ik U volgen mag?

Die genade is niet te koop bij een zorginstelling. Op die genade mag binnen Cedrah wél steeds gewezen worden. Want die schenkt de Heere aan armen uit genade. Hij wil Zijn hulp ter verlossing tonen. Hij slaat hun zielen ga. Die genadezorg is betaald door de Borg. Hij wilde plaatsbekledend op Golgotha Zijn dierbaar bloed geven. Hij droeg de toorn van God en kocht Zijn Kerk naar lichaam en ziel. Hij zal hen geleiden tot de dood toe. Dat is de enige hoop die overblijft voor Gods kinderen in de avond van het leven. Is dat ook uw enige troost in de avond van úw leven?



P.C. (Peter) Kok is pastoraal werker bij Cedrah voor de locatie Beth-San. Heeft u ook een pastorale vraag? Mail deze dan naar p.c.kok@cedrah.nl.



Op kantoor werken Corina en Evelien de dossiers van cliënten bij en beantwoorden mailtjes.



Evelien bezoekt een nieuwe cliënt voor een intake en zorgindicatie.



Met een vrolijke bos bloemen feliciteren Corina en Evelien een echtpaar dat 65 jaar getrouwd is.



Evelien verleent deskundige zorg aan een cliënt in de thuiszorg.

Op stap met de wijkverpleegkundigen van Uitzicht

Corina en Evelien werken als wijkverpleegkundigen in Uitzicht. Samen zijn ze verantwoordelijk voor de zorg voor ongeveer 70 cliënten. Ze houden in de gaten hoe het met hun cliënten gaat en overleggen met andere zorgverleners om de juiste hulp te bieden. Daarnaast geven ze praktische tips om cliënten zo zelfstandig mogelijk te laten functioneren en indiceren ze de zorg die nodig is, waarbij ze kijken naar wat de cliënt zelf nog kan of waarin het netwerk kan ondersteunen. Ook zijn ze betrokken bij verschillende projecten van Cedrah en springen ze soms bij in de zorg wanneer dat nodig is.



Elke 6 weken komt het team van de thuiszorg samen voor een werkoverleg.



Het team overlegt over het project 'Gezond en Wel Thuis Buurtzicht'.



Tussendoor is er tijd voor een gezellige koffiepauze.



‘We ervaren de zorg als een zegen’

De heer Stoop (85) en zijn vrouw (86) wonen in Neborgh, de woontoren bovenop het woonzorgcentrum Nebo. Het echtpaar Stoop heeft regelmatig 24-uurszorg nodig. Die krijgen ze vanuit het thuiszorgteam van Nebo in de vorm van VPT. We ontmoeten hen in hun fraaie appartement op de twaalfde etage, samen met hun dochter Greet Pronk (58).

Het uitzicht vanuit hun appartement is prachtig. ‘Kijk!’ wijst meneer Stoop. ‘Daar staat de Dordtse Dom. En als je uit het keukenraam kijkt, kun je de Van Brienoordbrug zien.’ In de kamer staat een orgel. ‘Ik heb altijd graag orgel gespeeld’, verklaart mevrouw Stoop. ‘Maar dat gaat niet meer, mijn vingers trillen te erg.’ Tot een paar jaar geleden woonde het echtpaar in een appartement in Hendrik-Ido-Ambacht. Omdat mevrouw meer hulp nodig had, zijn ze in Neborgh komen wonen. ‘Het is nu eenmaal nodig, maar ook hier wonen we fijn.’

Mooie en verdrietige herinneringen

Meneer Stoop heeft altijd in Hendrik-Ido-Ambacht gewoond. Hij groeide op in een gezin met één zus. Zijn vader had een eigen bedrijf en was altijd druk. Meneer Stoop kijkt met een goed gevoel terug op zijn jeugd: ‘Het was een mooie tijd.’ Hij maakte ook spannende dingen mee, zoals de Watersnoodramp. ‘Ik was veertien, de ernst van de situatie drong niet echt tot me door. We zaten met twee gezinnen bij ons op zolder. De kamer stond onder water. Toen de rivier ging zakken, zakte ook bij ons het water weer.’ In de oorlog

was meneer Stoop nog een kleine jongen. Maar hij kan zich er nog wel iets van herinneren. ‘Er zaten Duitse soldaten ingekwartierd in ons huis. Ze sliepen op zolder. Sommigen waren best aardig. Ze moesten wel vechten, ze hadden geen keus. Als een van hen een gesprek met mijn vader had en er kwam een ander de kamer binnen, was het gesprek direct over. Contact met ons was verboden.’ Mevrouw Stoop groeide op in Ridderkerk in een fijn gezin met acht kinderen. Ze kan zich weinig herinneren van de oorlog. ‘De oorlog ging aan ons als kinderen eigenlijk een beetje voorbij.’ Mevrouw Stoop maakte ook verdrietige dingen mee. ‘Toen ik eenentwintig was verdrong mijn broer van zestien. Dat was erg aangrijpend. Een aantal jaren later verdrong het tweejarige dochtertje van mijn zus.’ Ze is hierdoor altijd erg bang van water geweest. ‘Als ik terugdenk aan die gebeurtenissen, komen veel dingen weer boven.’

Werken bij mensen van stand

Mevrouw Stoop moest als jong meisje van haar moeder gaan solliciteren als dienstmeisje. ‘Ik was pas vijftien, maar ik werd aangenomen door de directeur van een scheepswerf en zijn vrouw.’ Het was duidelijk een

‘Er waren grote verschillen tussen gezinnen van stand en ‘gewone’ gezinnen’

heel andere tijd waarin mevrouw Stoop haar werk deed: ‘Er waren grote verschillen tussen gezinnen van stand en ‘gewone’ gezinnen. Je moest uitkijken met wat je zei, het was altijd ‘meneer’ en ‘mevrouw’. Gezelligheid was er niet. Ze maakten echt geen praatje met me, ik was maar een dienstmeisje.’ Meneer Stoop begon na de technische school als zeventienjarige in het timmerbedrijf van zijn vader. ‘Ik ben grootgebracht met het timmervak.’ Later werkte hij een paar jaar bij een aannemer, waarna hij 25 jaar lang de technische dienst van een woningbouwvereniging runde. ‘Je kunt het je nu niet meer voorstellen, maar met mijn 58e ging ik met de VUT’, vertelt meneer Stoop. Met zijn 85 jaar heeft hij nog altijd een timmermansoog. ‘Dat raak je niet meer kwijt. Als er bijvoorbeeld een schilderijtje scheef hangt, erger ik me daar aan.’ Hij wijst uit het raam naar de Dordtse dom. ‘Zie je hoe scheef hij staat?’



Een naam voor het tweede kindje

In het gezin Stoop werden zes kinderen geboren. Het echtpaar heeft drie zoons en twee dochters. Hun tweede kindje overleed vóór de geboorte. 'We noemden haar altijd 'het tweede kindje.' Ook als het hierover gaat, blijkt dat de tijden veranderen. 'Ik mocht het kindje niet zien', vertelt moeder Stoop. 'Niemand zei er nog iets over, alsof het niet gebeurd was.' Het is even stil in de kamer. Jaren later kregen hun oudste zoon en zijn vrouw een levenloos geboren kindje, Annemijn. Zij werd in besloten kring begraven. 'Pas toen is mijn moeder het gaan verwerken', vertelt Greet. Tot voor kort stonden levenloos geboren kinderen wel geregistreerd, maar zonder naam. Meneer Stoop vertelt: 'Onze oudste zoon is een aantal jaren geleden gaan uitzoeken of het mogelijk was hen alsnog een naam te geven. Dat bleek inderdaad mogelijk.' Vier jaar geleden ging meneer Stoop alsnog naar het gemeentehuis om hun tweede kindje een naam te geven. 'Ik wist direct wat die naam moest zijn: Lydia. Net als mijn vrouw. Het is zo mooi dat we haar toen een naam konden geven.'

'Het is zo mooi dat we haar toen een naam konden geven'

Zuinig op de onderlinge band

Toen dochter Greet van de havo kwam, ging ze aan de slag als administratief medewerker op een accountantskantoor. 'Ik had op m'n vijftiende al verkering, dus ik wilde wel gaan verdienen.' Toen hun oudste dochter werd geboren, stopte ze met werken. 'Dat was toen nog heel normaal. We kregen vrij snel daarna ons tweede kindje.' Na twee meisjes werden er nog twee jongens in het gezin geboren. Toen de jongste dertien was ging Greet weer aan het werk. De familie Stoop heeft een goede band onderling. 'We hebben veel contact met elkaar', vindt Greet. Ze komt vaak bij haar ouders. 'In elk geval elke zaterdag en tussendoor als het nodig is.' De andere dochter van de familie Stoop woont in Oostenrijk. Vader en moeder Stoop videobellen regelmatig met haar. Het echtpaar is het erover eens hoe belangrijk het is dat de verhoudingen goed zijn. 'Ik kan er zo van genieten dat de sfeer onderling goed is!' vertelt moeder Stoop. Greet vult aan: 'Mijn ouders zeggen altijd: wees zuinig op de onderlinge band.' Politiek is altijd wel een aanwezig onderwerp geweest in huize Stoop. 'Ik heb verschillende jaren in het bestuur van de kiesvereniging gezeten. Als er verkiezingen waren, gingen de jongens naar het gemeentehuis om te luisteren. Zodoende heb ik ze wel een beetje geïndoctrineerd', grapt meneer Stoop. Zijn ene zoon was jaren wethouder, een andere zoon is burgemeester.

Afhankelijkheid

Ouder worden is niet altijd makkelijk, ervaart het echtpaar Stoop. 'Het was moeilijk om de auto weg te doen. Dan word je afhankelijk. Je moet telkens weer wat gaan inleveren. En dat heeft op een gegeven moment ook gevolgen voor je privacy.' Het echtpaar ontvangt VPT. 'Ze ontvangen 24-uurs zorg. Dat hebben ze niet altijd nodig, maar soms wel', zegt Greet. 'Het is voor ons als kinderen wel een hele rust.' Hoe ervaart het echtpaar de zorg? Mevrouw Stoop: 'Die ervaren we als een zegen.' Haar man vult aan: 'Met sommige zorgmedewerkers krijg je een band. Zij zijn bijzonder goed. Niks is teveel. Ze nemen de tijd voor je.' Dochter Greet vindt het soms wel moeilijk om

haar ouders ouder te zien worden. 'Soms denk ik: wat een getob, ze kunnen niet echt meer uit de voeten. Tegelijk is het een zegen dat ze hier wonen. We worden als kinderen goed op de hoogte gehouden, dat is gewoon fijn.' Haar moeder vult aan: 'We zijn heel afhankelijk geworden. Maar als je afhankelijk van de Heere mag zijn, is dat het grootste wat er is. Dat willen we graag doorgeven aan onze kinderen en kleinkinderen. We zijn dankbaar dat de verhouding met hen zo goed is. Wat ik bovenal zou willen is dat ze allemaal het leven met de Heere kennen. Als er een doopdienst is, denk ik: de Heere werkt nog steeds en daardoor blijft er hoop, ook voor hen die een andere weg gekozen hebben.'

'We zijn heel afhankelijk geworden, maar als je afhankelijk van de Heere mag zijn, is dat het grootste wat er is'

Zegenrijke tijd

Over een overeenkomst tussen haar moeder en haar hoeft Greet niet na te denken: 'We hebben allebei echt een hekel aan handwerken en breien', lacht ze. 'Mijn schoonmoeder vond dat ik moest leren naaien. In onze verkeringstijd ben ik begonnen aan een vest. Toen we trouwden was het klaar. Je kon het rechttop neerzetten. Ik vond het echt verschrikkelijk!'. Het geloof is de belangrijkste overeenkomst in de familie. 'We hebben geleerd over het geloof te praten', vertelt Greet. Het gezin ging naar de vrije oud gereformeerde gemeente. 'Het was een op zichzelf staande gemeente, er waren geen ambten', vertelt mevrouw Stoop. In 1995 ging het echtpaar met een aantal kinderen over naar de Hervormde Kerk. Dochter Greet: 'We hebben toen met z'n zevenen catechisatie gevolgd en belijdenis gedaan. Het was een zegenrijke tijd, waarin we veel gesprekken hebben gehad met elkaar. Dat bindt.'



'We hebben met z'n zevenen catechisatie gevolgd en belijdenis gedaan. Het was een zegenrijke tijd, waarin we veel gesprekken hebben gehad met elkaar. Dat bindt.'

De Woning met de beste zorg

Deuteronomium 33:27a *De eeuwige God zij u een Woning; en van onder eeuwige armen...*

Over wonen en welzijn kunnen we heel wat zorgen hebben, zeker bij het ouder worden. Allerlei onzekerheden bezetten ons. Waar kom ik terecht? Wie zorgt er voor mij? Hoe kom ik de dag door? In dit magazine lezen we over Volledig Pakket Thuis (VPT), gericht op het welzijn van ouderen in hun eigen woonomgeving.

In de tekst lezen we over een Woning met de beste zorg die er bestaat. Het gaat hier over de HEERE Zelf, Die een Woning wil zijn voor Zijn volk. In die Woning is er welzijn, rust en veiligheid. Wie in deze Woning verblijft, hoeft er nooit meer uit.

Het volk Israël staat gereed om Kanaän binnen te trekken. Mozes blijft achter. Hij zal vóór de grens van het beloofde land sterven. Aan het einde van zijn afscheidstoespraak zegent hij de twaalf stammen. De oude leidsman van Israël wijst naar boven, naar de eeuwige God. Harte-lijk wenst hij het alle Israëlieten toe: *De eeuwige God zij u een Woning.*

In het paradijs leefden we met God. Hij was onze Woning. We hebben in de zondeval deze Woning verlaten en de deur achter ons dichtgetrokken. Als dak- en thuislozen zwerven we over de wereld. Is dat uw nood, ook nu u op leeftijd bent gekomen? Geen Woning te hebben, geen dak boven uw hoofd, geen God voor uw hart? Misschien zucht en schreeuwt uw ziel: Hoe kom ik ooit in die Woning? Hoe kan ik wonen bij God? Die Woning is zo heilig, zo hoog, zo verborgen... En deze veilige plaats heb ik ook niet verdiend.

Weet u het geheim waarom een schuldige zondaar deze Woning kan binnengaan en bij de eeuwige God kan wonen? Omdat Gods Zoon, de Heere Jezus Christus, buiten deze Woning hing aan het kruis op Golgotha, geheel verlaten van Zijn Vader. Zó heeft de Zaligmaker voor

daklozen een Woning bereid en vinden thuislozen hun thuis bij God. Een wonder als Gods Geest u in die Woning brengt.

Mozes voegt aan de wens nog iets toe: *De eeuwige God zij u een Woning; en van onder eeuwige armen.* Dat betekent dat deze God boven hen is, zoals een beschermend dak van een woning. Hij is ook *onder* hen. Zijn eeuwige armen zijn als het ware het fundament van de Woning. Die armen hebben het volk Israël uit Egypte uitgeleid en de woestijn doorgeleid. Die armen brengen hen straks in Kanaän en verdrijven de vijanden voor hun aangezicht. Die armen zullen zorgen voor vrede en overvloed.

‘Wie de eeuwige God tot Woning heeft, ontvangt de beste zorg’

Wie de eeuwige God tot Woning heeft, ontvangt de beste zorg. Eens zullen wij ons aardse huis voorgoed verlaten. De zorgende armen van onze geliefden moeten ons een keer loslaten. Maar deze God houdt Zijn volk voor eeuwig vast.

We denken na over wonen en welzijn. O, zoek toch déze Woning. Dan gaat het eeuwig goed!



Ds. S. Maljaars, predikant Gereformeerde Gemeente's-Gravenpolder

Weet u de oplossing?

Rusttijd, voetganger, stek, bedoeling

RUSTTIJD	SLAG-INSTRUMENT	VINGERZETTING (MUZIEK)	OFFICIEEL STUK	GEVEL	BEDOELING	HOUTEN BEEN
SAFE	HAVENSTAD IN ITALIË			7 OOGGLAS		
					3	
ELITE			HUIDKLEUR			
WEIFELEN	9		SCHAT		BLIJWOORD	
					DANIG	10
THANS		KIEM		SET		
VOETGANGER		LOPENDE WACHT		KOEK		
					STEK	
		6				
GETAL	VOLKS-VERHAAL	VERDER				COMPLEET
		INDIVIDUALITEIT			PROJECTIE-PLAATJE	11
					SLEESPORT	
PLANTSOEN			LAAN			
			EUR. HOOFDSTAD			
IK		KROMMING				SLECHT VIOL SPELEN
EDELVROUW		NIET-VAKMAN				
				NIET DIE		
				2		
SNEL ROND-DRAAIEN	EUROPESE VROUW				SLEE	
	VOD				5 LOFLIED	
				VIGNET		
				HALT!		
STEEKWAPEN			THANS			
			1			
ROEM		VER-NEDEREND				

Breng de letters uit de genummerde vakjes over naar onderstaande balk. Deze letters vormen de oplossing.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Puzzel mee en maak kans op een VVV-bon ter waarde van € 15,-.

Stuur de oplossing voor D.V. 1 januari 2025 a.s. naar redactie@cedrah.nl of per post naar 1e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht

© Sanders puzzelboeken

Gefeliciteerd!

De oplossing van de puzzel in de vorige Etcetra was: DUURZAME ZORG. Uit de vele goede inzendingen kwam mevrouw A. Sinke-Koster uit Kruijningen als winnaar uit de bus. Van harte gefeliciteerd!

‘We gaan naar een appel- en perenboomgaard in de Betuwe’

De heer Palsgraaf: 90 jaar en nog vele hobby's

De heer Palsgraaf is een sprekend voorbeeld van iemand die altijd actief is gebleven. Sinds juli 2023 woont hij op de Rietzanger in woonzorgcentrum Beth-San, maar zijn leven is allesbehalve stilgevallen. Als we hem bezoeken komt hij meteen met een stapel plakboeken en certificaten naar ons toe. ‘Kijk, hier heb ik een foto van een EHBO-cursus’, vertelt hij trots. ‘En hier is een certificaat van een kookworkshop. Dit zijn bouwtekeningen die ik voor het huis van een van mijn kinderen heb gemaakt.’ De heer Palsgraaf werkte als timmerman en heeft maar liefst vijftig jaar dienst in de bouw op zijn naam staan. ‘Ik heb ook vaak mensen geholpen met tuinonderhoud’, voegt hij toe.

Dichten

Tussen de plakboeken en fotoalbums vinden we gedichten die hij zelf heeft geschreven. Dichten is een grote hobby van hem en hij draagt zijn gedichten ook graag voor. ‘Voor mijn 90^e verjaardag heb ik een gedicht geschreven van wel twee A4'tjes. Dat heb ik toen ook voorgedragen’, zegt hij met een glimlach.

Plakboeken

Hoewel reizen niet zijn favoriete bezigheid was, heeft de heer Palsgraaf toch vele reizen ondernomen, vaak met zijn vouwwagen. ‘Ik had eigenlijk een hekel aan vakantie, maar de kinderen wilden dat graag’, bekent hij. Het maken van de plakboeken vond hij wel erg leuk. De reizen zijn uitgebreid gedocumenteerd in plakboeken, met foto's van Zwitserland, Oostenrijk, Luxemburg, Duitsland en Frankrijk. ‘We hebben ook een groepsreis naar Normandië gemaakt, waar we graven bezochten van mensen die hun leven gaven voor onze vrijheid. Dat raakte me diep’, vertelt hij zichtbaar ontroerd. ‘Er is daar met zoveel mensenlevens gemorst.’

Uitjes

De heer Palsgraaf is echter vooral enthousiast over de uitstapjes met de Uitbus van de gemeente Zuidplas. ‘Sinds mijn vrouw veertien jaar geleden overleed, ga ik vaak mee met de Uitbus, meestal zo'n twee keer per week’, vertelt hij. Helaas moest hij

hier tijdelijk mee stoppen vanwege hartproblemen. ‘Ik had een moeilijke periode toen bleek dat mijn hartklep niet goed meer was. Na diverse behandelingen en het plaatsen van een stent gaat het nu gelukkig weer beter met me. Het was niet niks, het doet echt wat met je, dat kun je niet begrijpen als je het niet zelf mee-gemaakt hebt. Maar God heeft mijn gebeden verhoord en daar ben ik heel dankbaar voor.’

Volgende week gaat de heer Palsgraaf voor het eerst weer mee met de Uitbus. ‘We gaan naar een appel- en perenboomgaard in de Betuwe en later in de week ga ik nog naar een kunsttuin in Noord-Holland. Ik kijk er erg naar uit’, zegt hij opgewekt.

Fietsen en kracht oefeningen

Ondanks zijn gezondheidsproblemen blijft de heer Palsgraaf actief. Hij fietst nog zelfstandig en doet dagelijks kracht oefeningen met elastieken in de badkamer. Daarnaast let hij goed op zijn gezondheid door gezond te eten.

Puzzelen

Om zijn geest scherp te houden puzzelt hij ook veel, vooral woordzoekers, waarvoor hij een vergrote computer gebruikt vanwege zijn oogproblemen. ‘Mijn zicht wordt steeds slechter door glaucoom, maar ik probeer zoveel mogelijk actief te blijven’, vertelt hij.

Computer

De heer Palsgraaf heeft alles netjes bewaard en bijgehouden. Op zijn kamer staat een computer vol mappen met foto's en teksten van al zijn activiteiten en herinneringen. ‘Ik heb zelfs een gedicht geschreven over mijn laptop, omdat het me helpt alles bij te houden’, vertelt hij. Met zijn verhalen, gedichten en herinneringen biedt de heer Palsgraaf een inspirerend voorbeeld van hoe een actief leven bijdraagt aan welzijn, ongeacht de leeftijd. Zijn enthousiasme en doorzettingsvermogen zijn bewonderenswaardig!





Foto: boordischappen.nl

'De stamppot met veldsla is een echt Zeeuws recept dat op de zaterdag gegeten werd. Zoals er nu in Zeeland vaak friet gegeten wordt op zaterdag. Door de week werden er kolen en kroten (rode bieten) gegeten. Als de mannen dan 's zaterdags thuis aten werd de stamppot van veldsla gegeten. Als de aardappels op het petroleumstel gekookt waren kon de veldsla er zo doorheen gestampt worden', vertelt mevrouw Amperse-Nijssse. Haar moeder maakte dit recept ook al. Het was echt een lekkernij.

Stamppot met veldsla en speklap of saucijs

Bereiding

Kook de aardappelen met een beetje zout in circa 20 minuten gaar. Verwijder ondertussen de onderkant van de sla. Was de sla en snij de bladeren in smalle, lange reepjes. Bak de speklapjes of saucijsen. Hak de sjalotten fijn. Giet de aardappelen af. Voeg daarna aan de aardappelen wat melk toe, met een snufje zout en nootmuskaat. Stamp het daarna samen met de melk tot een zachte puree. Voeg vervolgens de sla, een slokje azijn en de fijngehakte sjalotten toe. Roer dit voorzichtig door. Serveer de stamppot met de speklap of saucijs. Eet smakelijk!



Mevrouw C. Amperse-Nijssse
Eben-Haëzer, Middelburg

Ingrediënten:

- > 1 kg aardappels
- > 2 ons veldsla (grof)
- > 2 sjalotten
- > 4 speklapjes of saucijsen
- > scheutje melk
- > slokje azijn
- > nootmuskaat



Gebed van een zuster

Bron schilderij: Gerard Dou

Heere, mogen wij u vragen
alles wat nodig is om zorg te dragen
voor de bewoners van ons huis,
de collega's en onze dierbaren thuis.
Soms is er werkdruk, zijn de casussen ingewikkeld.
We zijn dan moe en wat sneller geprikkeld.
Soms ook zo bang om te falen,
maar Heer', U verlangt niet dat wij tien halen.
U gaf ons een hart en handen om te zorgen
elke avond en elke morgen.
Weest U dan bij ons, geeft U ons kracht,
als wij zorg verlenen, óók in de nacht.
Geeft U ons oog voor elkaar, en verdraagzaamheid,
dat we ook leren van elkaars kwaliteit.
Dat er vertrouwen mag zijn, een warm werkveld
op de plek waar U ons hebt gesteld.
Helpt U ons om zó te leven
als U in Uw Woord hebt geschreven.
Dat we naast kunde en professionaliteit
mogen dienen uit liefde en in afhankelijkheid,
met aandacht voor de kwetsbare ouderen van de maatschappij.
Een vriendelijk woord, een lach, het maakt iedereen blij.
Helpt U ons, o God, en geef ons Uw vrede.
Dat is onze innige bede. Amen

Door: Annelies Sinke-Goud (Beth-San) | Gespecialiseerd verzorgende en begeleider specifieke doelgroepen

Draagt u ook een steentje bij?

De Stichting Vrienden van Cedrah behartigt al jaren de belangen van de cliënten van Cedrah en zet zich in voor hun welbevinden. Omdat niet alle (identiteitsgebonden) zaken vanuit de financiële ruimte binnen Cedrah bekostigd kunnen worden, springt de stichting bij.

Hierbij kunt u met name denken aan de kosten van het pastorale werk. Het pastorale werk is een waardevolle toevoeging aan de geboden zorg en diensten en dit willen we graag ook de komende jaren voortzetten. De budgetten voor deze zogenaamde intramurale zorg worden echter steeds krappere, waardoor er geen financiële ruimte meer is voor een pastoraal werker. Deze kosten komen dus ten laste van Cedrah, zonder dat hier specifieke inkomsten tegenover staan.

Nieuws van het bestuur

Op de bestuursvergadering van 7 mei 2024 is de jaarrekening 2023 gepresenteerd, toegelicht en goedgekeurd. Graag verwijzen wij u naar onze website (www.vriendenvancedrah.nl) waar u onze financiële overzichten kunt bekijken. Hiernaast vond op deze bestuursvergadering de periodieke

bestuursverkiezing plaats. De heer W.F. van der Kooij (voorzitter) is opnieuw benoemd voor een zittingstermijn van – ten hoogste – vijf jaar.

Ook is het bestuur nog steeds op zoek naar een geschikte kandidaat die locatie Nebo of Uitzicht wil vertegenwoordigen. Bent u enthousiast, heeft u affiniteit met de ouderenzorg en bent u bereid zich belangeloos in te zetten voor het welzijn van onze bewoners? Neem dan contact op met de voorzitter van ons bestuur, de heer W.F. van der Kooij, via vriendenvan@cedrah.nl of stuur een WhatsApp-bericht naar 06 1340 8057 (bellen kan natuurlijk ook). Wij zien uit naar uw reactie!



Word ook Vriend van Cedrah!

Om steunaanvragen vanuit Cedrah ook in de toekomst te kunnen honoreren, is uw financiële hulp nodig. Daarom nodigen wij u van harte uit om donateur te worden! Namens Cedrah alvast hartelijk dank.

Eenmalige gift

Wilt u zich niet voor langere tijd binden? Dan kunt u ook een eenmalige gift overmaken op bankrekeningnummer NL11 INGB 0009 1945 49 ten name van Stichting Vrienden van Cedrah. U kunt hierbij aangeven dat uw bijdrage uitsluitend bedoeld is voor de locatie die u wilt steunen. Van harte aanbevelen!

Als u besluit donateur te worden voor minimaal € 25 per jaar of een gift overmaakt van minimaal € 25,- ontvangt u gratis het boek 'De levenslast verlicht' geschreven door onze pastoraal werker de heer Lobbezoo.

Ja, ik wil Cedrah steunen en meld mij aan als vriend.

Ik machtig de stichting Vrienden van Cedrah om per

maand kwartaal halfjaar jaar

een bedrag af te schrijven van €

van IBAN

ten name van

Ik voel mij verbonden met locatie:

Persoonlijke gegevens

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Telefoon

Handtekening

Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI

Stuur deze bon in een envelop naar Cedrah, Antwoordnummer 2204, 2995 ZZ Heerjansdam

Comfortabel wonen met zorg dichtbij

Onze appartementen voor verhuur

Amandelhof, Bloesemhove
Capelle aan den IJssel
van € 795,- tot en met € 890,-

Beth-San, Wilde Veenen
Moerkapelle
van € 785,- tot en met € 815,-

Eben-Haëzer (even nummer)
Middelburg
van € 840,- tot en met € 1170,-

Eben-Haëzer (oneven nummer)
Middelburg
van € 880,- tot en met € 1190,-

Marnix Staete
Goes
van € 845,- tot en met € 1150,-

Nebo, Borghave
Zwijndrecht
van € 860,- tot en met € 1060,-

Nebo, Neborgh
Zwijndrecht
van € 1290,- tot en met € 1350,-

Oorden Staete
Rotterdam
van € 795,- tot en met € 1060,-

Rehoboth
Goes
van € 890,- tot en met € 1095,-

Rehoboth
Rotterdam
van € 612,- tot en met € 936,-

Uitzicht
Vlaardingen
van € 762,- tot en met € 936,-

*huurprijzen zijn exclusief bijkomende kosten, zoals servicekosten, gas, elektra en water.

Meer weten?
Bel verhuurmakelaar
Joanne Moree:
088 - 587 00 55

Interesse?

Bekijk cedrah.nl/wonen/onzewoningen

Nieuwbouw Marnix Staete

In mei is de eerste paal geslagen van fase II van Marnix Staete. Er zijn nog enkele koopwoningen beschikbaar. Heeft u interesse om hier te komen wonen? Neem dan contact op met onze afdeling wonen via: 088 - 587 00 55 / wonen@cedrah.nl.

www.nieuwbouwmarnixstaete.nl

Een greep uit ons aanbod



Uitzicht Vlaardingen



Marnix Staete Goes, koop



Eben-Haëzer Middelburg



Rehoboth Rotterdam

Hier vindt u ons:

Wat bieden we aan?

-  Huurappartementen
-  Koopappartementen
-  Verzorging/verpleging
-  Kleinschalig Wonen
-  Persoonlijke begeleiding
-  Dagbesteding
-  Palliatieve terminale zorg
-  Thuiszorg
-  Huishoudelijke hulp
-  Seniorenrestaurant
-  Maaltijdservice & catering
-  Welzijnsactiviteiten
-  Hulp op afroep

Cedrah biedt wonen, zorg en diensten aan op diverse locaties in Zuid-Holland en Zeeland. In het overzicht ziet u waar onze locaties zich bevinden en welke woonvormen, zorgtaken en diensten wij op de betreffende locatie kunnen bieden.



Woonzorgcentrum Rehoboth

Woonzorgcentrum Rehoboth is een gezellige woonleefgemeenschap vlakbij de historische binnenstad van Goes. Om passende zorg aan alle cliënten te kunnen blijven bieden, vindt er een verbouwing plaats binnen de contouren van het bestaande zorggebouw. Zo zijn er extra huiskamers en kantoren gecreëerd en wordt gewerkt aan het vernieuwen van de entree, het servicepunt, de brasserie en het trappenhuis. Daarmee is het woonzorgcentrum weer toekomstbestendig.

De woongemeenschap van Rehoboth beschikt over plaatsen voor verzorging en verpleging, waaronder groepen voor kleinschalig wonen. Er zijn volop mogelijkheden voor het bezoeken van activiteiten en dagsluitingen. De warme maaltijd wordt langsgebracht, maar kan ook samen met anderen worden genuttigd in het restaurant. Daarnaast biedt Rehoboth in het woonzorgcentrum ook allerlei diensten en faciliteiten, zoals een kapper, een pedicure, een bibliotheek en een winkeltje.

Zelfstandig wonen in een aanleunwoning

Grenzend aan woonzorgcentrum Rehoboth zijn aanleunwoningen van verschillende typen aanwezig. Daarnaast is er een sfeervolle huiskamer waar huurders met een Wlz-indicatie dagbesteding kunnen ontvangen. In een aanleunwoning kunt u zelfstandig wonen met mogelijkheden voor thuiszorg. Heeft u nog geen Wlz-indicatie, dan ontvangt u de thuiszorg via onze collega's van de RST. Dit wordt vergoed vanuit de Zvw. Heeft u wel een Wlz-indicatie? Dan kan deze ingezet worden als VPT (Volledig Pakket Thuis). Heeft u (nog) geen zorg nodig? Ook dan is het wonen in een seniorenappartement een goede keuze. Onze woningen zijn namelijk levensloopbestendig, wat betekent dat u er ook kunt blijven wonen als u (zware) zorg nodig krijgt. Bewoners van de aanleunwoningen kunnen gebruik maken van verschillende diensten die Rehoboth biedt. Zo kunt u gebruik maken van de activiteiten of uw was laten verzorgen. Ook is het mogelijk om huishoudelijke hulp en andere professionele zorg te ontvangen vanuit het woonzorgcentrum. U kiest zelf waar u behoefte aan heeft en wat past bij de huidige of toekomstige situatie.



Heeft u vragen over wonen met zorg?

Neemt u dan contact op met onze klantadviseur Marjo Voorwinden via m.a.voorwinden@cedrah.nl. Voor vragen over de huurwoningen kunt u contact opnemen met de afdeling wonen via wonen@cedrah.nl.



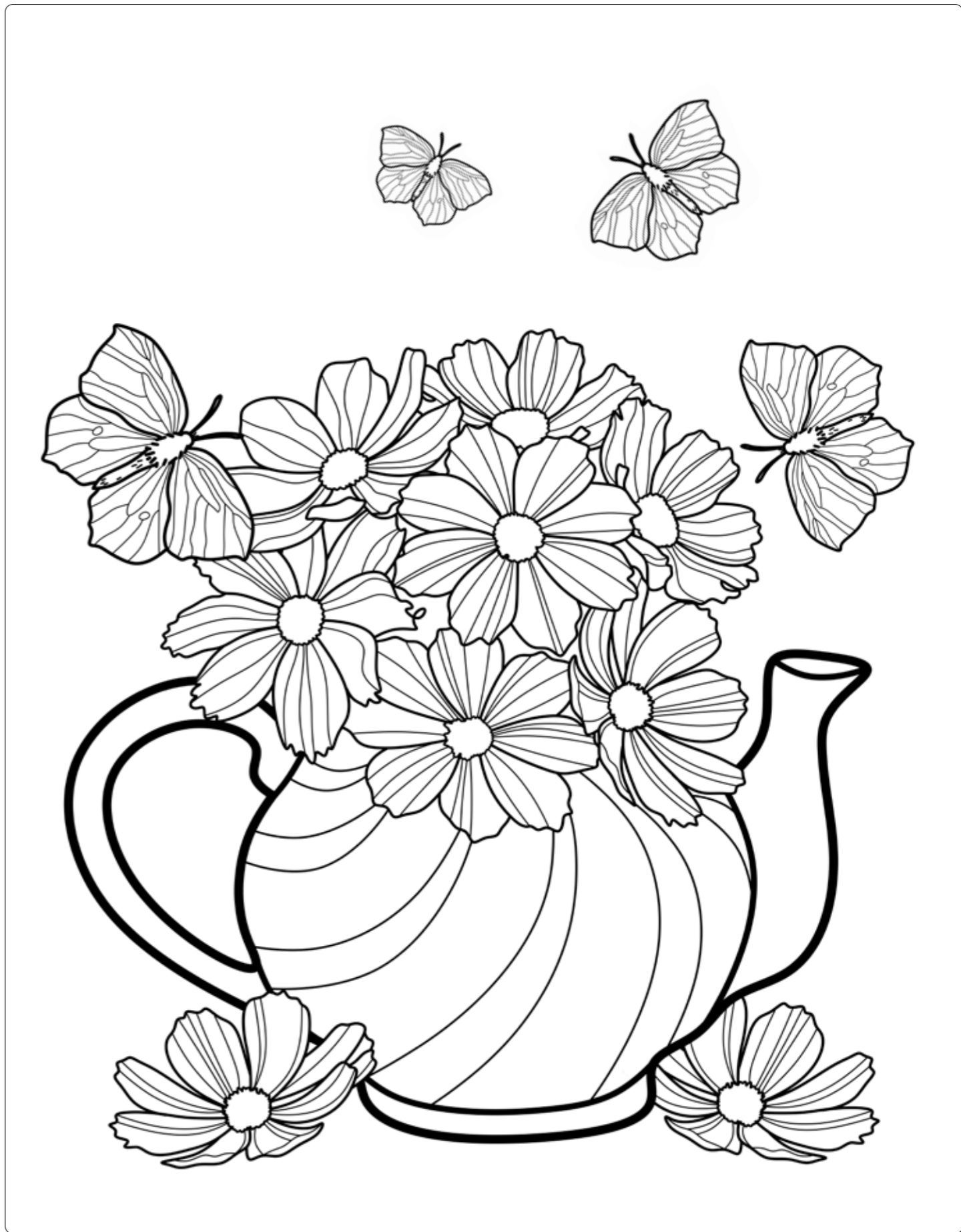
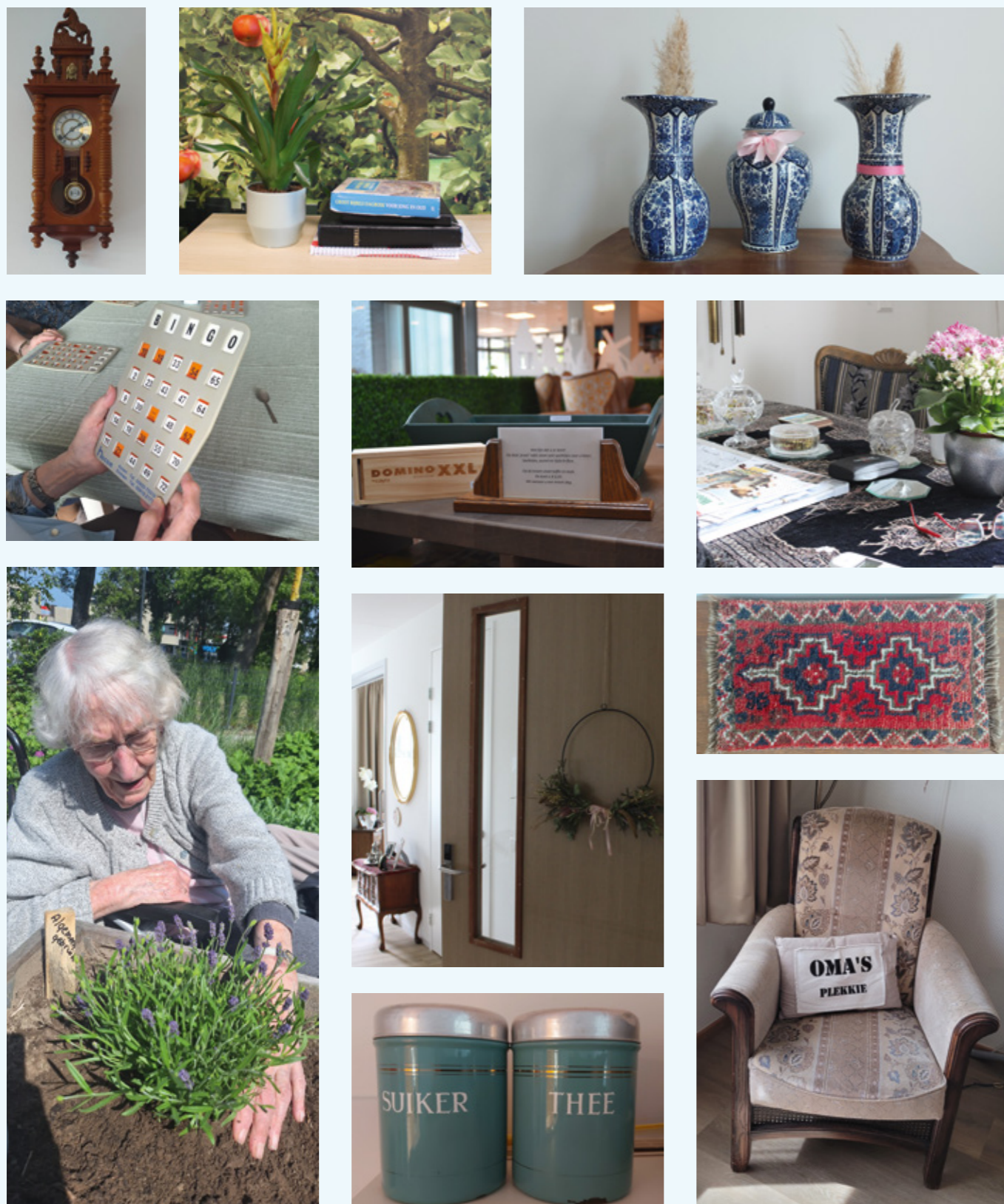
Marnix Staete

Op slechts 700 meter afstand van woonzorgcentrum Rehoboth is het nieuwe Marnix Staete, met in totaal 51 huur- en koopappartementen, in aanbouw. Fase I is in december 2023 opgeleverd, fase II wordt naar verwachting in het tweede kwartaal van 2025 opgeleverd. Ook hier is het mogelijk om levensloopbestendig te wonen, met zorg dichtbij. Heeft u een Wlz-indicatie? Dan kan deze ingezet worden als een VPT.

Ook bieden we de mogelijkheid om deel te nemen aan de dagbesteding in de gezamenlijke huiskamer van Marnix Staete. Deze dagbesteding is toegankelijk voor personen met een Wmo-indicatie voor dagbesteding en voor personen met een Wlz-indicatie.

Meer informatie over het nieuwbouwproject kunt u vinden op www.marnixstaete.nl.

Die gezellige plaid op de bank, het mooie tapijtje op de tafel, de sloffen bij de stoel of een gezellige entree. Het maakt van onze huizen ons thuis. Oost west, thuis best, want zoals het klokje thuis tikt, tikt het nergens.



Naam: _____ Woonplaats: _____

Adres: _____ Leeftijd: _____

Kleur de kleurplaat in en maak kans op een mooie doos met kleurpotloden. Cefas van der Ree Doolhard uit Sliedrecht is de gelukkige winnaar van de kleurplaat uit de vorige editie. Gefeliciteerd!
 Lever de kleurplaat voor D.V. 1 januari 2025 in op één van onze locaties of stuur deze op naar 1^e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht.

Houvast in de wereld van nu

Waar stem je je kompas op af, in de wereld van nu? Waar vind je verdieping bij vraagstukken uit het dagelijkse leven? Met bezinnende artikelen, diepgaande interviews en ontspannen reportages wil GezinsGids houvast bieden in een turbulente wereld. Een moment van bezinning, even stilstaan. Nog geen abonnee?

Neem een proefabonnement. Nu 6 nummers voor slechts € 22,50.



3 maanden

€ 22,50*

Of geef 'm cadeau!



Scan de code
en bestel nu
abonnement
online!

* Dit abonnement stopt automatisch.
Ga naar gezinsgids.nl/abonnementen of bel 030 230 3500.

gezinsgids