

Etcedrah

November 2023 · Jaargang 10 · Nummer 2

Twee generaties

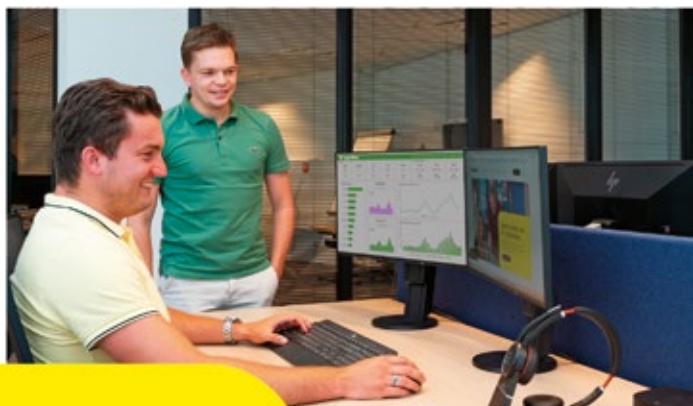
De warme band tussen oma Van de Ven en kleindochter Jacqueline

In het zonnetje

Twee vrijwilligers van het eerste uur

Van zorgen voor naar zorgen met

Jeannette van Klinken-Belder licht toe hoe Cedrah de transitie maakt



Een IT-partner die begrijpt dat jouw continuïteit cruciaal is

symbis.nl

Onze IT-professionals werken als een hecht team samen en leren van elkaar. Zij weten dat ze daardoor het meeste voor jou kunnen betekenen. Door de kracht van deze sociale cohesie en de gedeelde behoefte om jou zo goed mogelijk van dienst te zijn, zitten we altijd op één lijn. 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 oplossing.

symbis

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



Als het kan...

We ontkomen niet aan veranderingen in de ouderenzorg. Dat komt omdat er in de toekomst meer ouderen zijn die gemiddeld steeds ouder worden (de dubbele vergrijzing) en minder jongeren die werken (de ontgroening). De landelijke overheid wil dat ouderen langer zelfstandig thuis wonen (dit wordt extramuralisering van de zorg genoemd), dat er passende zorg is én dat een oudere en zijn of haar netwerk eerst zelf doet wat mogelijk is bij een hulpvraag. 'Zelf als het kan', 'thuis als het kan' en 'digitaal als het kan' zijn de motto's voor de ouderenzorg in de komende decennia.

Het is goed om te beseffen dat de zorg voor ouderen in ons land van hoog niveau is. Met een groeiend aantal zorgbehoevende ouderen zal het een kunst zijn om de kwaliteit van de zorg op een acceptabel peil, de zorg betaalbaar en voorzieningen (als verpleeghuizen en dagbesteding) toegankelijk te houden. Want dat blijft nodig voor kwetsbare ouderen. Met passende zorg kunnen we aansluiten bij de wensen en mogelijkheden van de cliënt en zijn of haar netwerk. Dit nummer van Etedrah biedt mooie voorbeelden.

Van 'zorgen voor' naar 'zorgen dat' is de slogan die veel gebruikt wordt in de ouderenzorg. Bij Cedrah spreken wij liever van een ontwikkeling naar 'zorgen met'. Daarmee bedoelen we het samen met mantelzorgers en anderen passende zorg bieden aan ouderen, binnen en buiten de muren van onze locaties. Als we oog en oor hebben voor onze ouderen, dan gaan we mee in de ontwikkeling 'zelf, thuis en digitaal' maar zetten we ook een dikke streep onder de toevoeging 'als het kan'!

T.A. (Teunis) Stoop
Bestuurder van Cedrah

'Met passende zorg kunnen we aansluiten bij de wensen en mogelijkheden van de cliënt en zijn of haar netwerk.'

Draagt u ook een steentje bij?

De Stichting Vrienden van Cedrah heeft als doel om het welzijn van de cliënten van Cedrah te bevorderen. Een groot deel van onze inkomsten wordt onder andere besteed aan pastorale zorg en andere identiteitsgebonden zaken. Om dit in de toekomst ook mogelijk te maken, zoeken wij nieuwe donateurs! Doneren kan via:

www.vriendenvancedrah.nl

Unieke actie: wanneer u minimaal €25,- doneert, ontvangt u gratis het boek 'De Levenslast verlicht' van onze pastoraal werker H. Lobbezoo.

**Vrienden
van Cedrah**

**Unieke
actie!**

COLOFON

Etedrah is een uitgave van Cedrah

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

Redactie
Jo-Anne Krijgsman, Marloes Hagendijk,
Ada Kragten, Alice van Doorn en
Jacqueline Kalkman

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
Mevrouw Van de Ven met kleindochter
Jacqueline Bovendeur-van de Ven uit
Uitzicht



Werken waar liefde woont

Cedrah maakt het verschil door een thuis te bieden voor ouderen, vanuit de Bijbelse opdracht om naar elkaar om te zien. Maak jij ook het verschil voor de ander? Welkom bij Cedrah!

Bekijk alle vacatures:

cedrah.nl/werkenbij



HARKES
Begravenissen

Voorofscheweg 15a, Boskoop
harkesbegravenissen.nl
0172 - 21 21 22

WIJ VERZORGEN ALLEEN BEGRAFENISSEN

Doe(t) w/jij ook mee?

Iedere €110,- geeft een heel gezin toegang tot schoon water

Alvast hartelijk bedankt!

Woord en Daad en Cedrah werken samen aan het project 'Zorg voor water'. De helft van de opbrengst gaat naar het project Shalla in Ethiopië, de andere helft naar het verduurzamingsproject binnen Cedrah.



PERSOONLIJK | INSPIREREND | VAKKUNDIG

Deze keer in Etcedrah



12

VAN ZORGEN VOOR NAAR ZORGEN MET
Jeannette van Klinken-Belder licht toe hoe Cedrah de transitie maakt



20

TWEE GENERATIES
De warme band tussen oma Van de Ven en kleindochter Jacqueline



26

WAT DOEN WE?
Hans van Woerden schildert en tekent graag

6 UIT LAND EN LOCATIES
Actualiteitenrubriek

8 ACTUEEL
De klok bestaat niet

9 STICHTING VRIENDEN VAN CEDRAH
Word ook een vriend!

10 RONDOM DE TAFEL
Stevig in je zorgschoenen

16 IN HET ZONNETJE
Twee vrijwilligers van het eerste uur

17 BOEKEN
Recensies

17 COLUMN
Ontmoetingen met ouderen smaken naar meer

18 LEVENSVRAGEN
Eigen regie of Gods regering over ons leven?

19 OP STAP MET
Sandra over haar veelzijdige baan

24 MEDITATIE
Mantelzorgers in actie

25 ZWEEDSE PUZZEL
Win een VVV-bon!

26 WAT DOEN WE?
Schilderen en tekenen

28 HET RECEPT VAN
Stroopwafelijns

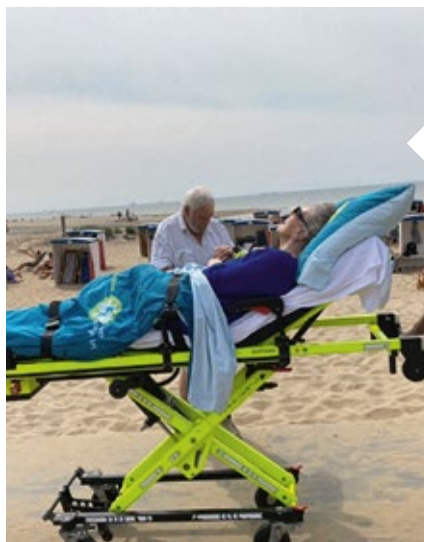
29 BEELD IN WOORDEN
Een nieuwe lente

30 CEDRAHLOCATIES
Waar vindt u ons?

31 UITGELICHTE LOCATIE
Amandelhof

32 WONINGAANBOD
Comfortabel wonen, met oog voor de klant

35 GEZIEN
Hulp bij onbegrepen gedrag



Bewoner Beth-San mee met Stichting Ambulance Wens

Op een prachtige zomerse dag is mevrouw De Bruijn nog één keer naar zee geweest met Stichting Ambulance Wens. Samen met haar man, kinderen en kleinkinderen. De familie neemt deze mooie en waardevolle dag voor altijd met zich mee.



Paardentram voor bewoners Nebo

Bewoners van Nebo genoten van een ritje met de paardentram. Een rondje oud Zwijndrecht bracht de herinneringen weer naar boven. Een prachtige dag!



Hebron bestaat 12,5 jaar

In juni was het feest in Hebron. Al 12,5 jaar krijgen de bewoners hier een thuis. Reden tot dankbaarheid. Op een prachtige, zonnige dag werd dat gevierd met een feest in de tuin. 's Ochtends kwamen

schoolkinderen zingen en 's middags vierden mantelzorgers, vrijwilligers, personeel, de Stichting Vrienden van Hebron en de cliëntenraad dit jubileum mee.

Beleeftuin nieuw zorggebouw Uitzicht

Dankzij de bijdragen van fondsen is er bij woonzorgcentrum Uitzicht een beleeftuin gerealiseerd. Hier wordt met veel plezier gebruik van gemaakt! De beleeftuin vormt een afgeschermd, veilige omgeving waar elementen aanwezig zijn die specifiek gericht zijn op het prikkelen van de zintuigen.



Amandelhof

Gebouw Bloesemhove is inmiddels in gebruik genomen en de brasserie draait! Onlangs is de tuin verder ingericht en is het laatste deel van het oude gebouw van Amandelhof gesloopt.



Uitje voor bewoners Rehoboth

In de zomer gingen de bewoners van De Goudvink naar boerderij de Hollandse Hoeve. Hier troffen ze geitjes, konijnen, een pauw en een paard aan. De bewoners hebben genoten van het zonnige weer en de gezelligheid!



Eerstesteenlegging Marnix Staete

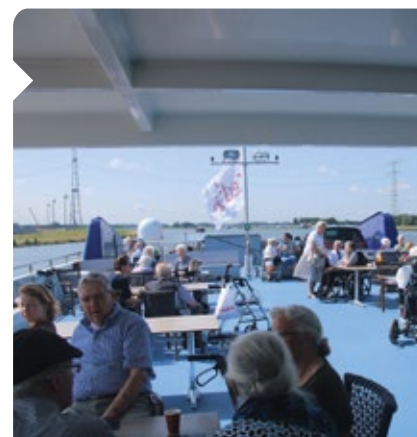
Het nieuwe appartementencomplex Marnix Staete in Goes bereikte in mei een mijlpaal! Teunis Stoop, bestuurder van Cedrah, voerde de symbolische eerstesteenlegging uit. Na een lang en intensief voorbereidingstraject was dit het startpunt om een prachtig duurzaam, comfortabel en zorggeschikt appartementencomplex met 51 woningen te realiseren.

Scan de QR-code voor de aftermovie!



De trossen los voor vaarvakantie bewoners Cedrah

Eind juni gingen de trossen los in Vlaardingen en voeren bewoners, medewerkers, vrijwilligers én dominee P. Mulder uit voor de vijfde editie van de Cedrah vaarvakantie. Met Vakantieschip Prins Willem-Alexander deden de reizigers verschillende plaatsen in Nederland aan.



Jubileum woongroep Eben-Haëzer



In augustus vierden bewoners en medewerkers van Eben-Haëzer feest ter gelegenheid van het 12,5-jarig bestaan van woongroep Oester en Parel! Het was een gezellige dag vol ontmoeting, eten en herinneringen ophalen. Een kleindochter van een medewerker kleedde zich voor deze dag speciaal in Walcherse klederdracht.





De klok bestaat niet

Sinds een jaar wordt op afdeling Het Anker van woonzorgcentrum Amandelhof op een nieuwe manier gewerkt. Medewerkers volgden een traject over hoe zij van taakgerichte zorg naar cliëntgerichte zorg kunnen gaan. Jeannette van Klinken, gespecialiseerd verzorgende psychogeriatric uit Nebo, begeleidt dit traject, dat als naam 'De klok bestaat niet' heeft gekregen. We laten Mies, Lisette en Rianne, collega's op afdeling Het Anker, aan het woord over het project.

Mies licht toe hoe de oude manier van werken ging: 'Om zeven uur maakten we routinematig de bewoners wakker. De lamp ging aan, je hielp de bewoners uit bed, kleeften hen aan, gaf medicijnen en bracht hen naar de huiskamer voor het ontbijt. We riepen naar elkaar over de hoofden van de bewoners heen en ruimden de vaatwasser uit tijdens de maaltijd. De bewoners kregen alles mee en raakten overprikkeld. Geluiden komen nu eenmaal extra hard binnen bij mensen met dementie. Wat wij de hele dag doen, is eigenlijk een toneelstuk voor de bewoners: ze volgen alles, zien alles, maar snappen niet wat je aan het doen bent. Iedereen 'rende' om zijn of haar taken uit te voeren, waarbij aandacht voor de bewoners vaak tekortschoot.'

En nu?

Inmiddels is er veel veranderd. Mies: 'We werken nu heel cliëntgericht. Zo maken we de bewoners vooral niet wakker en laten we hen slapen totdat ze zelf wakker worden. We praten op gedempte toon, zodat ze niet overprikkeld raken, en op ooghoogte. Persoonlijke en werkgerelateerde dingen bespreken we op de gang. We drinken koffie met de bewoners, zodat ze hun verhaal kwijt kunnen. Zo kom je op leuke gesprekken. We leren als team nu hoe belangrijk het is om de tijd te nemen om onbegrepen gedrag te onderzoeken en zo erachter te komen wat er in iemands hoofd omgaat. Je moet de bewoners leren kennen om ze

te begrijpen en daarbij in je achterhoofd houden dat de klok niet bestaat. De eigen regie van de bewoner komt zo veel meer tot zijn recht.'

Rianne Koelewijn, verzorgende, vult aan: 'Je merkt heel veel rust onder de bewoners nu we hun gedrag beter begrijpen. Natuurlijk is er ook nog wel onrust, dat neem je niet altijd weg. Maar je geeft hen wel de tijd, je laat hun gedrag toe en laat hen vrij in wat ze willen. Een van de bewoners is erg onrustig en loopt veel. Voorheen zeiden we telkens: 'Ga maar zitten.' Nu laten we hem gaan. Het geeft hem rust dat hij kwijt kan wat er in zijn hoofd leeft. Hoe mooi is dat? Ander voorbeeld: we eten nu 's avonds warm in plaats van 's middags. Daardoor gaan de bewoners wat later en met een volle maag naar bed, zodat ze minder snel 's nachts wakker worden.'

Nieuwe manier van werken

'Dit is de nieuwe manier van werken, gericht op de toekomst. Als we het straks met minder personeel moeten doen: laat maar dingen vallen. Dingen waar je overdag niet aan toekomt, komen 's avonds wel. We doen dit met elkaar, we houden elkaar scherp en blijven alert', sluit Lisette af.

Op de foto (v.l.n.r.): Lisette van den Dool (gespecialiseerd verzorgende psychogeriatric), Mies Hoogendoorn (verzorgende) en Rianne Koelewijn (verzorgende)

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 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.

Nieuwe orgels en zithoeken

Daarnaast ontvangt de Stichting Vrienden van Cedrah ook andere verzoeken tot (materiële) steun. Ten behoeve van Nebo heeft de stichting onlangs een financiële bijdrage geleverd voor de aanschaf van twee nieuwe orgels. De orgels vervullen binnen de woonleefgemeenschap een belangrijke rol, zeker ook als

instrument bij identiteitsgebonden zorg en welzijn. Menig uurtje wordt besteed aan het samen zingen (onder andere bij de weeksluiting en andere bijeenkomsten). Ook Serviceflat Oorden Staete is niet vergeten. De stichting heeft een financiële bijdrage geleverd ten behoeve van de aanschaf van meubilair en aankleding. Dit betreft de inrichting van de zithoeken op elke etage met stoelen, tafeltjes en (kunst)bloemen en planten om zo de leefbaarheid van de woonleefgemeenschap te bevorderen.



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 aanbevolen!

Bij een gift 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

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



Stevig in je zorgschoenen

In de afgelopen maanden volgden veertien verzorgenden van verschillende locaties de cursus 'Stevig in je zorgschoenen'. Het was de tweede keer dat de cursus werd gegeven met opnieuw een fijne, leergierige groep.

De cursisten deden inhoudelijke kennis op over allerlei onderwerpen. Zo was er aandacht voor de onderwerpen medicatieveiligheid, wondzorg, de SBARR-methode en klinisch redeneren. Er werd flink geoefend met elkaar. Ook de zorg voor cliënten met dementie kwam aan de orde. Het belang van het levensverhaal van de cliënt en het omgaan met onbegrepen gedrag werden uitvoerig besproken.

Jeannette van Oostrum, interne coach bij Cedrah, is dolenthousiast over de cursus: 'Persoonlijke groei is een belangrijk aandachtspunt in de cursus. Want natuurlijk is het de bedoeling dat de cursisten aan het einde van de cursus écht steviger in hun zorgschoenen staan. Dat zij deze persoonlijke groei allemaal hebben doorgemaakt, werd helder uit de mooie presentaties die ze gaven aan het einde van de training. Iedere verzorgende vertelde op haar eigen manier wat deze cursus haar had opgeleverd en hoe de organisatie daar iets van gaat merken. Prachtig om te zien en te horen welke groei iedereen had doorgemaakt.'

Van zorgen voor naar zorgen met

Als zorgverleners zijn we gewend om cliënten volledig te ontzorgen. Cliënten komen bij ons wonen en we nemen alles over. Met een veranderd zorglandschap door een dubbele vergrijzing is een omslag in denken én doen nodig. Van zorgen voor, naar zorgen met. Jeannette van Klinken-Belder, gespecialiseerd verzorgende psychogeriatric in Nebo, licht toe hoe Cedrah hierop inspeelt en welke kansen er nog in het verschiet liggen.

We worden gemiddeld allemaal steeds ouder. De laatste vijf jaar heb ik nog nooit zoveel honderdjarigen meegemaakt. Ouderen komen ook op steeds hogere leeftijd in een woonzorgcentrum wonen. Vijftig jaar geleden was je al oud als je vijftenzestig werd. Dan ging je naar een bejaardentehuis, zoals dat toen werd genoemd. Omdat ouderen op steeds hogere leeftijd binnenkomen, krijgen zij vaak te maken met zware zorg en ziekten als dementie.

Mantelzorgers

Een tegeltjeswijsheid luidt: 'De bewoners wonen niet op onze werkplek, maar wij werken in hun huis.' Dat slaat de spijker op de kop. Als zorgverleners dit steeds meer realiseren, hebben zij de mantelzorgers ook meer in beeld, zodat die meer verantwoordelijkheid kunnen krijgen. Het kan voor familie/mantelzorgers moeilijk zijn om te zien dat een vader of moeder dementie krijgt. Ook zij moeten hierin worden begeleid en de juiste handvatten krijgen. Binnen Cedrah doen we dat bijvoorbeeld via mantelzorgavonden.

Onbegrepen gedrag

Ouderen met dementie vertonen onbegrepen gedrag en moet je emotioneel benaderen en afleiden. Dan zie je dat er rust komt. Ze zijn afhankelijk en zoeken geborgenheid. Wanneer bewoners met dementie zich gezien voelen, gaan ze zich meer thuis voelen. Je moet je verdiepen in de geschiedenis van de bewoner: hoe heeft hij/zij geleefd en met welke normen en waarden? Zien we de bewoner op deze manier? Dit vereist inlevingsvermogen en relativiseringsvermogen. Heel anders dan vroeger. Toen werd er veelal taakgericht gewerkt. Ouderen met dementie, die vroeger 'kinds' werden genoemd, werden dertig jaar geleden nog vastgebonden als zij 'lastig' waren en verplicht om mee te doen met gezamenlijke activiteiten, ook als zij dat niet wilden en daar angstig van werden. ▶



'De bewoners wonen niet op onze werkplek, maar wij werken in hun huis'

Op de foto: meneer Van der Kolk, vrijwilliger in Amandelhof

Passende zorg

Zorgen voor ouderen met dementie vraagt in een veranderd zorglandschap om passende zorg. Een nieuwe ontwikkeling die in sneltreinvaart op ons afkomt, gezien de dubbele vergrijzing. Zorgmedewerkers worden uitgedaagd om buiten de kaders te denken. Maatwerk dus. Hier zijn al mooie voorbeelden van. Zo was er in Nebo een onrustige bewoner. Elke avond kwam één van haar tien (schoon)dochters haar helpen met het naar bed gaan en Bijbellezen. Betere zorg kon ze niet krijgen. Het is schrijnend als partners uit elkaar gehaald moeten worden wanneer de één opgenomen moet worden. Dit vraagt ook om passende zorg. Een mooi voorbeeld is een stel dat zestig jaar getrouwd is en enorm op elkaar is gesteld. Door de dementie van mevrouw werd thuiswonen steeds lastiger. De oplossing: mevrouw zit van maandag tot en met vrijdag overdag op een woongroep voor mensen met dementie en wordt daar verzorgd. Iedere avond haalt haar man haar op om thuis te slapen. Hiernaast is ze het hele weekend thuis. Dit vinden ze beiden fijn. Hij wordt elke avond met hetzelfde enthousiasme begroet. Of meneer het zwaar vindt? Vaak wel. Maar hij doet het graag en hij ziet het als zijn huwelijkstrouw. Iedere avond vliegt ze hem om de hals.

Innovatie

Passende zorg betekent ook innoveren. Denk bijvoorbeeld aan de Momo BedSense App voor de nachtzorg.

Deze app, die gekoppeld is aan een bedsensor onder het matras, geeft de zorg inzicht welke bewoners veilig en rustig in bed liggen, wie onrustig is en wie dringend hulp nodig heeft om bijvoorbeeld valincidenten of decubitus te voorkomen. Op deze manier hoeft de nachtdienst de kamer niet in als iemand rustig in bed ligt. Er zijn dus minder controles nodig en het bevordert de nachtrust van de bewoners. En wat betreft cliënten die in de nacht slecht slapen, kijken we eerst naar het waarom in plaats van diegene gelijk een slaaptablet te geven. Is iemand bang? Het begrijpen en ernaar handelen is echt passende zorg.

Identiteit

Passende zorg bij Cedrah betekent ook aansluiten bij een gedeelde identiteit. Je proeft en ervaart dat onze medewerkers werken vanuit naastenliefde. Ik hoor weleens van collega's dat ze 's morgens bidden om kracht en wijsheid om goed voor de ouderen te kunnen zorgen. Dit geeft verbinding tussen de zorgvrager en de medewerker. Je mag zo van beide kanten in elkaars hart kijken. Wat is het mooi als een zorgmedewerker je troost door middel van gebed en Gods Woord wanneer je je door het ouder worden ontredderdt voelt! Het bestaan van onze reformatorische woonzorgcentra is een rijke zegen.

Droombeeld

Mijn droombeeld? Ha, dat is heel optimistisch. Alle bewoners overdag op de groep, 's nachts thuis bij het netwerk. ■



Over Jeannette

Jeannette van Klinken is gespecialiseerd verzorgende psychogeriatric in Nebo. Maar eigenlijk dekt dit niet haar volledige werkzaamheden. Ze staat in de praktijk nauwelijks nog met de handen aan het bed. Jeannette houdt zich met name aan de voorkant bezig met het toerusten van zorgmedewerkers voor het omgaan met dementie door middel van scholingen. Ze begon hiervoor een traject in locatie Amandelhof. Dat gaf haar zoveel energie dat ze dit Cedrah-breed gaat oppakken. Ouderen met dementie hebben al van jongs af aan haar hart. Op basisschoolleeftijd ging ze vrijwillig uit school naar een 'bejaardentehuis' om daar met ouderen koffie te drinken en hen te 'observeren'. Naast haar werkzaamheden bij Cedrah biedt ze ook een luisterend oor bij de DementieLijn van Alzheimer Nederland.

Joris van Rhee, inkoper V&V Zilveren Kruis Zorgkantoor, legt uit:

'We spreken over dubbele vergrijzing als zowel het aantal ouderen als de gemiddelde leeftijd van deze ouderen toeneemt. Het aantal 80-plussers in Nederland groeit. De prognose is dat deze stijging tot 2040 doorzet en daarna afvlakt. Dit heeft als gevolg dat er een toenemende vraag naar zorg en geschikte woningen is.

Vanuit de overheid zijn het Integraal Zorgakkoord (IZA) en het programma Wonen, ondersteuning en zorg voor ouderen (WOZO) gelanceerd. Het WOZO-programma heeft als uitgangspunt: zelf als het kan, thuis als het kan en digitaal als het kan. Toen ik vroeger begon met werken in de ouderenzorg gingen mensen zonder al te veel mankementen al met 65 of 70 jaar in een woonzorgcentrum wonen. Dit is natuurlijk niet meer zo, maar nog steeds worden hulpvragen te vaak opgelost met zorg. Dit terwijl het antwoord op de hulpvraag regelmatig ligt in bijvoorbeeld welzijn, aandacht of een geschiktere woning.

'Zelf als het kan, thuis als het kan en digitaal als het kan'

In de huidige tijd van gestegen kosten, toenemende vergrijzing, gebrek aan (zorg)geschikte woningen en gebrek aan personeel zullen we echt anders om moeten gaan met zorg. Zorg binnen de muren van een instelling (verpleeghuis) zal in de nabije toekomst alleen nog beschikbaar zijn voor de intensieve zorgvragers. Gelukkig zijn er inmiddels talloze voorbeelden van ouderen die thuis zijn blijven wonen en daar passende zorg ontvangen, ondersteund met (digitale) hulpmiddelen. Denk aan een medicijn dispenser, videobellen, telemonitoring en allerlei vormen van domotica.

Dit vraagt om passende zorg: gepast gebruik én passende organisatie van zorg. Vanuit het zorgkantoor



zetten we in op *community care* (zorgen voor elkaar in de eigen omgeving), *reablement* (zelf doen wat je zelf kunt) en digitale innovaties. Middelen die bijdragen aan zelfstandigheid en onafhankelijkheid. In de zorgsector is er nog steeds de neiging om veel over te nemen. We moeten leren dat we minder uit handen nemen en veel meer kijken naar wat de cliënt zelf kan en wat hij/zij nog kan leren om weer zelf te doen.

Nederland is een rijk land en we beschikken over kwalitatief enorm goede zorg. Om dit in de toekomst ook beschikbaar te houden voor iedereen die het nodig heeft, moeten we het anders gaan doen. Anders is niet altijd slechter, maar anders is wel erg wennen. De andere manier van met zorg omgaan vraagt niet alleen iets van zorgorganisaties en haar medewerkers. Het is een omslag in het denken van de hele samenleving. We hebben als samenleving een verantwoordelijkheid. Het gaat er niet meer om waar je recht op hebt, maar om wat nodig is. Binnen Zilveren Kruis zeggen we: we moeten van zorg naar gewoon leven. Zorg is in deze visie iets wat waar nodig aan het gewone leven toegevoegd kan worden. Wij geloven erin dat wanneer we goed samenwerken en de juiste dingen doen én laten, ouderen ook in de toekomst de juiste zorg op de juiste plek kunnen krijgen.'



Mevrouw Ten Hove en mevrouw Schot zijn vrijwilligers van het eerste uur in Hebron. Beide dames helpen op de donderdagen in de huiskamer. De één bij het ontbijt, de ander bij de warme maaltijd. De vrijwilligers werden feestelijk in het zonnetje gezet tijdens het 12,5-jarig jubileum van Hebron.

Mevrouw Ten Hove: 'Het is mooi en dankbaar werk. Je leert de ouderen goed kennen en krijgt een band met hen. Ook is het fijn om de zorgmedewerkers te kunnen ontlasten.' Mevrouw Schot vult

aan: 'Je bent lekker bezig in een sfeervolle werkomgeving. We voelen ons zeer welkom en het personeel waardeert wat wij doen.'

De medewerkers van Hebron zijn erg blij met de inzet van beide dames: 'Deze mensen zijn goud voor onze organisatie. Als zij in de huiskamer zijn, kunnen wij met een gerust hart de persoonlijke zorg aan een bewoner verlenen. Daarnaast verwennen ze ons ook. Dan mogen wij lekker even zitten en zorgen zij voor een kop koffie. Dat waarderen wij heel erg.'

'Deze mensen zijn goud voor onze organisatie'



Een boek vol herkenning

Mantelzorg is intensief en vaak zwaar. Dit boekje rondom mantelzorg is gevuld met inspirerende verhalen, tips, illustraties en gedichten. Ook kan de lezer zelf aan de slag met recepten en schrijf oefeningen. Een boek vol herkenning voor mantelzorgers!

Met liefde zorgen – Marije Vermaas, Kok Boekencentrum, EAN9789023954446, €11,40



Nooit alleen

Oud of jong, het leven is niet altijd makkelijk. Soms diepe dalen, soms hoge toppen. In het boek van Alette Koornneef wordt deze levensweg geïllustreerd met woorden en tekeningen. Met als doel om de lezer te laten voelen: je bent nooit alleen.

Nooit alleen – Alette Koornneef, uitgeverij Groen, EAN9789088973376, €22,99



Ballonnen vol herinneringen

Ook kinderen kunnen te maken krijgen met dementie bij opa of oma. Verwarrend en moeilijk! Dit prentenboek brengt dementie dichtbij voor kinderen. Het verhaal over de herinneringen van Lucas en zijn opa is vertaald door Corien Oranje. Elke ballon is een herinnering, opa heeft er veel meer dan Lucas, totdat die van opa beginnen weg te zweven.

De ballonnen van opa – Jessie Olieveros & Dana Wulfekotte, Kok Boekencentrum, EAN9789026623394, €15,99

Ontmoetingen met ouderen, die smaken naar meer

Dit jaar viert de stad waarin ik wethouder ben een bijzondere verjaardag. Vlaardingen viert namelijk dat Graaf Florus 750 jaar geleden stadsrechten gaf aan deze vissersplaats.

Een feestjaar dus! Met allerlei feestelijke activiteiten in de stad. Van een middeleeuwse jaarmarkt, voorstellingen op podia in de wijken tot muzikale evenementen en ga zo maar door. Maar wat doe je met inwoners die niet meer zo makkelijk buiten komen? De raadsleden besloten om gebakjes te brengen bij bewoners van woonzorgcentra.

Gestoken in historische kleding kwamen ze op bezoek bij de ouderen en dat werd gewaardeerd! Een kopje koffie en een half uurtje in gesprek met elkaar. Een kleine moeite, maar zo leuk. Dat is ook mijn eigen ervaring als ik een activiteit heb bij een groep ouderen.

Zo mocht ik eens wandelmedailles uitreiken aan een groep ouderen die zelf een wandelvierdaagse had georganiseerd. Ik kan jullie vertellen: het was een van de mooiste en leukste prijsuitreikingen die ik als wethouder heb mogen meemaken. Met alleen al de vraag: 'waar komt u vandaan?' heb je soms al gesprekstof voor een half uur. Zo hoor en leer je veel over de levenservaringen van onze ouderen.

En nog even terugkomend op de gebakjes en de raadsleden: het blijft niet bij die ene keer. De hele gemeenteraad vond het zo'n verrijkende activiteit, dat de voltallige raad besloten heeft om hier voortaan elk jaar geld en tijd voor uit te trekken. Want ontmoetingen met ouderen, die smaken naar meer!

Arnoud Proos – wethouder gemeente Vlaardingen namens Christen-Unie/SGP



Eigen regie of Gods regering over ons leven?

Bij passende zorg kunnen we denken aan een zorgvrager die bij het zorgpersoneel aangeeft dat hij niet 's morgens, maar 's avonds gedoucht wil worden. Of dat hij niet zoals gebruikelijk om 21:00 uur naar bed gebracht wil worden, maar om 23:00 uur. Hij houdt zijn eigen regie over de invulling van zijn dag.

Veel mensen willen graag de volledige regie over het leven houden. Zelfbeschikking is een moderne verworvenheid. Is dat een goede zaak? De Heere leidt toch ons leven, moeten wij ons daar niet volledig aan overgeven?

Een tekst die bij zo'n vraag richting geeft, is Jakobus 5:15. *'In plaats dat gij zoudt zeggen: Indien de Heere wil en wij leven zullen, zo zullen wij dit of dat doen.'* We schrijven nogal eens de letters D.V. voor een datum die we plannen. Deze Latijnse woorden 'Deo volente' zijn afgeleid van de tekst: als God het wil. Jakobus wil ons leren dat we niet de regie zó in eigen hand mogen nemen dat we alles zelf wel regelen, zonder de Heere daarin te kennen. We belijden immers de voorzienigheid Gods. Hij regeert toch ons leven? Ervaart u dat wel eens? Wat kan dat een troost geven als we, terwijl we misschien grote zorgen hebben, toch alles in de handen mogen leggen van Hem, Die werkelijk alles bestuurt in ons leven. Tot in het kleinste detail. We belijden in Zondag 10 van onze Heidelbergse Catechismus dat de Heere almachtig en alomtegenwoordig is. En dat vruchtbare en onvruchtbare jaren, spijs en drank, gezondheid en krankheid, rijkdom en armoede, en alle dingen, niet bij geval, maar van Zijn Vaderlijke hand ons toekomen. Er gebeurt dus nooit iets toevalligs, zoals we soms onnadenkend zeggen. Hij bestuurt werkelijk álles in ons leven. Als de Heere dat afdrukt in ons hart, geeft dat een heilige ontspanning. Dan leren we vertrouwen op Hem, die alles regeert.

Maar Jacobus zegt níet dat wij ons altijd willoos moeten overleveren aan anderen. Hij zegt niet dat wij geen eigen mening zouden mogen hebben. Maar hij zegt dat ónze wil onderworpen moet zijn aan Gods wil. Jakobus houdt ook goed rekening met de broosheid van ons leven: *'...en wij leven zullen...'*

Dit zijn twee lessen voor ons. Is wat ik wil ook naar Gods wil? Ik bedoel hier Gods geopenbaarde wil. Die weten we. Dat heeft de Heere ons bekend gemaakt in Zijn Woord en Wet. De tweede les: houden we allemaal rekening met de eindigheid van ons leven? Of leven we alsof er nooit een einde aan komt? Wat zijn die mensen gelukkig die geleerd hebben rekening te houden met de dood en daarop voorbereid zijn. Als we zo leven, moeten we nog steeds ijverig doen wat onze hand vindt om te doen en wat de Heere ons op de schouders legt. Zoals die oude klompenmaker eens zei: ik ben op reis naar de hemel, en onderweg maak ik klompen.

Houdt u geestelijk rekening met de lessen van Jakobus? En houden we ook rekening met de beschikbare tijd van de zorgverleners?

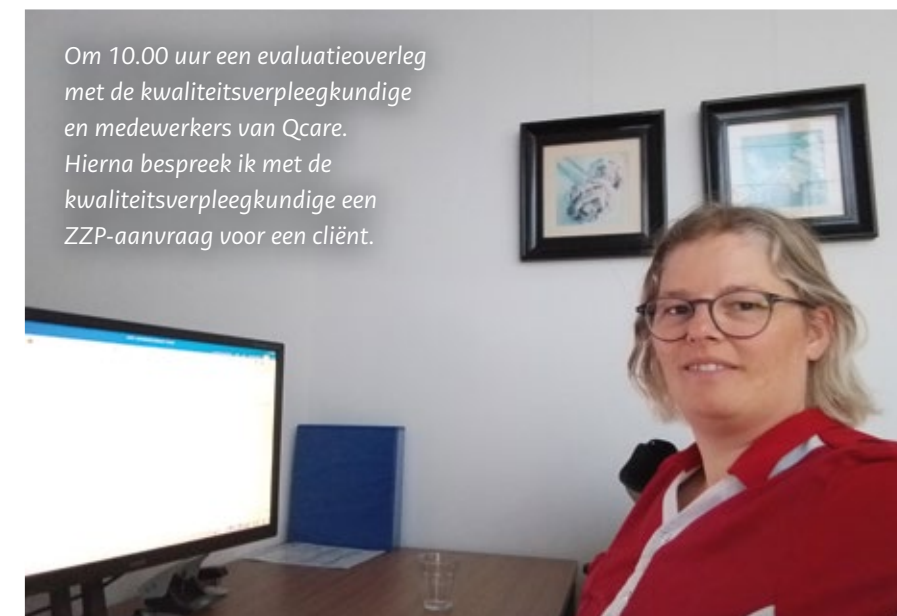


S.D. (Simon) van Koeveringe, pastoraal werker bij Cedrah op de Zeeuwse locaties

Heeft u ook een pastorale vraag? Mail deze dan naar s.vankoeveringe@cedrah.nl.



Vandaag een combinatie dag. Van 7.00 tot 10.00 uur werk ik in de zorg: ik verzorg de bewoners en geef hen medicatie.



Om 10.00 uur een evaluatieoverleg met de kwaliteitsverpleegkundige en medewerkers van Qcare. Hierna bespreek ik met de kwaliteitsverpleegkundige een ZZP-aanvraag voor een cliënt.

Op stap met Sandra

Sandra werkt als verzorgende IG/ eerst verantwoordelijk verzorgende én ergocoach in Rehoboth-Goes. Een hele mond vol. Sandra heeft een veelzijdige baan! Ze neemt je graag een dagje mee op stap.



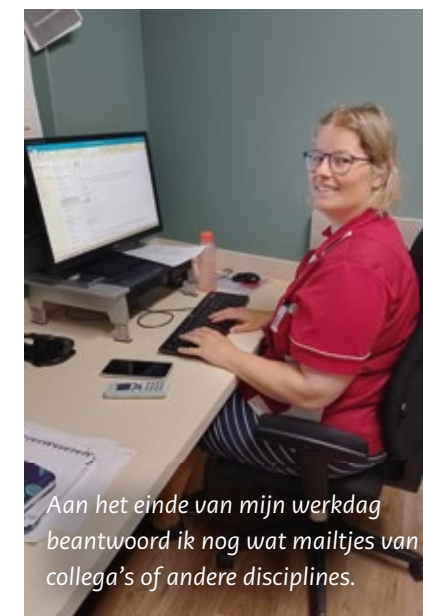
12.30 uur. Na de lunch bespreek en evalueer ik met de fysiotherapeut de transfers van een cliënt.



13:30 uur. Ik adviseer voor een cliënt waarbij veel sprake is van valgevaar een Sara Stedy (verrijdbaar opstalooprek). Ook zet ik de cliënt op de lijst bij de fysiotherapeut.



Hierna ga ik nog even langs afdeling de Meerkoet en leg ik aan een stagiaire uit hoe de tillift werkt.



Aan het einde van mijn werkdag beantwoord ik nog wat mailtjes van collega's of andere disciplines.



Het zit erop: ik ga weer terug naar mijn gezin.

De warme band tussen oma Van de Ven en kleindochter Jacqueline

De 95-jarige mevrouw Van de Ven woont in woonzorgcentrum Uitzicht op een somatische afdeling. Kleindochter Jacqueline Bovendeur-van de Ven, die ook haar eerste contactpersoon is, bezoekt haar oma graag. We gaan gezellig een ochtendje bij de dames op bezoek.

In 2022 vond de afronding plaats van de bouw van het nieuwe zorggebouw van Uitzicht. Het resultaat is prachtig! Het gloednieuwe appartement van mevrouw Van de Ven is knus ingericht met familiefoto's en mooie boeken van vroeger als decor. Bij binnenkomst leest Jacqueline haar oma uit een van deze boeken voor. 'Oma leest graag. Vooral streekromans. Opa was vroeger vrijwilliger bij de bibliotheek en hij nam dan geregeld boeken voor haar mee. Als klein kind ging ik graag mee', weet Jacqueline nog. ▶



**'Oma leest graag.
Vooral streekromans'**





Vroeger

Oma Van de Ven, geboren en getogen in Rotterdam, heeft alleen de basisschool afgemaakt. Tijdens de oorlog werden de scholen gesloten. Alleen in de kerk kon ze nog terecht voor lessen in rekenen en taal. Van de Ven maakte tijdens de Tweede Wereldoorlog het bombardement van Rotterdam mee. Maar praten over de oorlog doet ze niet graag. ‘Dat is echt een afgesloten hoofdstuk en ligt voor haar gevoelig’, legt haar kleindochter uit.

Mevrouw Van de Ven trouwde op haar vierentwintigste en stopte toen gelijk met werken in de huishouding. ‘Dat was toen heel normaal’, vertelt ze. Na een paar jaar met haar man bij een oom te hebben ingewoond, kochten ze een huis. Dit huis heeft mevrouw Van de Ven tot haar verhuizing naar Uitzicht bewoond. ‘Mijn opa en oma kochten dat huis voor negentienduizend gulden. Daar koop je nu nog geen garage voor’, vertelt haar kleindochter lachend.

Zorg

Het was voor mevrouw Van de Ven best even moeilijk om haar oude, vertrouwde huis en leven achter zich te laten. Gelukkig voelde Uitzicht

meteen als een warm bad. Oma Van de Ven is erg tevreden over het zorgpersoneel. ‘Al die meiden zijn hartstikke lief’, vindt ze. Jacqueline: ‘Het is zo fijn dat het personeel met haar bidt en uit de Bijbel leest. Ze kan hier een kerkdienst luisteren of meezingen tijdens een zanguurtje. Dat voelt echt als thuis. Zorgmedewerkers delen haar levenshouding. Er zijn weinig woorden voor nodig om iets uit te leggen.’

Houvast

Kleindochter Jacqueline: ‘Voor oma is het geloof – hoewel ze er als binnenvetter nooit uitgesproken over is – altijd een leidraad geweest in haar leven. Dat geeft haar houvast. Ik ken mijn oma niet anders als een godvrezende vrouw. Soms kom ik binnen en dan is ze nog aan het Bijbel lezen, of psalmen aan het zingen met medebewoners. Ontroerend vind ik dat’. Ook voor Jacqueline zelf neemt het geloof een rotsvaste plaats in: ‘Elke dag moet je opnieuw bekeerd worden; elke dag is er een weg terug. Die weg moet je blijven zoeken en vinden. En daar mag je in volle overtuiging om vragen. Dat geef ik ook mee aan mijn kinderen en ik hoop dat mijn kinderen dat zich zullen blijven herinneren.’

Zorgzaam

Jacqueline omschrijft haar oma als een zorgzaam, tevreden en berustend persoon. ‘Ze vindt altijd alles best, niets is te gek. Oma kan goed dingen loslaten en zich ergens aan overgeven. Als iets niet linksom gaat, dan maar rechtsom.’ Zorgzaamheid is een eigenschap die ook Jacqueline, die in de zorg werkt, toekomt. ‘Ik merk dat ik weleens vanuit een zorgbril naar mijn oma en de zorg die ze ontvangt, kijk. Hierin verschil ik van mijn oma. Waar zij zich kan overgeven aan de zorg en snel tevreden is, ben ik vurig en vind ik het lastig om dingen uit handen te geven.’ Jacqueline vindt het belangrijk om mee te draaien in de zorg. ‘De beste zorg doe je samen, dat is ook je plicht.’ Zelf werkt ze bij een niet-identiteitsgebonden zorgorganisatie en ze merkt duidelijk verschil. ‘In Uitzicht zijn veel meer vrijwilligers, deels ook omdat hier vanuit de kerkelijke achterban veel meer aandacht voor is. Vrijwilligerswerk en mantelzorg maken de zorg echt completer.’

Gezelschap

Mevrouw Van de Ven geniet zichtbaar van het bezoek van haar kleindochter. ‘Maar als ik mijn hondje meeneem naar oma, besta ik niet meer hoor’, meent Jacqueline lachend. Oma Van de Ven houdt van gezelschap. ‘Als we als familie iets met zijn allen doen, is oma er altijd bij. En is het niet fysiek, dan wel via beeldbellen. Of we starten een verjaardag eerst bij oma met een bakkie. Ze hoort er helemaal bij’, vindt Jacqueline. Hoewel mevrouw Van de Ven geestelijk nog gezond is, gaat ze lichamelijk steeds meer achteruit. Jacqueline vertelt dat als haar oma erg onrustig is, zij en haar familieleden soms hele dagen bij haar oma zitten. ‘Ik wil mijn eigen kinderen meegeven hoe belangrijk het is om voor je (groot) ouders te zorgen. En hopelijk gaan ze dit ooit overnemen. In het toekomstig zorglandschap kunnen we niet anders’, sluit Jacqueline af. ■



‘De beste zorg doe je samen, dat is ook je plicht’

Mantelzorgers in actie

Lukas 5:16-26

De regie in eigen handen nemen en tegelijk Gods leiding in je leven aanvaarden en herkennen. Kan dat samengaan? Jazeker.

Een sprekend voorbeeld is de wijze waarop een verlamde man door vier mantelzorgers bij de Heere Jezus wordt gebracht. Een geschiedenis die door drie evangelisten wordt beschreven (Mattheüs 9, Marcus 2 en Lukas 5). Het vijftal hoort dat Jezus in Kapernaüm is gekomen en onderwijs geeft in een woning. De vrienden maken een plan: de verlamde broeder moet bij Hem worden gebracht. Aldus geschiedt. Bij het huis aangekomen, zien ze dat het door de grote toeloop van mensen onmogelijk is om dichtbij de Zaligmaker te komen. Teruggaan is geen optie. De vrienden gaan over op plan B en nemen via de buitentrapp de route naar het platte dak. Hier halen ze de bedekking weg, zodat een behoorlijk gat ontstaat. Behoedzaam laten zij vervolgens de brancard met daarop hun vriend – verbonden aan vier touwen – door het gat naar beneden zakken. Totdat hun vriend precies voor de voeten van Jezus is neergelaten. Jezus kijkt omhoog, ‘ziende hun geloof’ (Lukas 5:20a). Niemand zegt iets. Niemand vraagt iets. Maar Jezus kent wel de vragen van het hart. Daarom zegt Hij: ‘Zoon, zijt welgemoed, uw zonden zijn u vergeven’ (Mattheüs 9:2). Daarna volgt ook de lichamelijke genezing. Het resultaat van dit alles leidt tot de eer van God (Marcus 2:12).

Enkele details uit deze geschiedenis vallen op. Het eerste is dat de verlamde man vier mantelzorgers had. Voor elke hoek van het bed is één mantelzorger. Samen staan zij sterk.

Bovendien spreken de mantelzorgers met dáden. Dominee Spurgeon schrijft: ‘Zij lieten de geraakte naar beneden en hun werk was gedaan. Zij konden niet prediken, maar zij konden wel een touw vasthouden’. Als het gaat om Gods leiding in ons leven, sluit dat de inzet van mensen niet uit, maar juist in.

Het derde is dat de vier mantelzorgers een bijzondere weg gaan. Nu de ‘normale’ weg tot Jezus niet mogelijk is, doen zij iets afwijkends. Zij dachten in oplossingen. Als het ‘normale’ niet (meer) kan, moet naar alternatieven worden gezocht. De toekomst van de zorg ziet er ook zo uit: van de cliënten en van hun verwanten zal een grotere inzet worden verwacht. Het geldt ook voor hoe mensen zalig worden. De Heere kan een heel ongewone weg met iemand gaan. Zo zat eens een meisje in een kantine in haar bijbel te lezen. Haar leidinggevende raakte geïnteresseerd in wat zij deed. Het leidde tot zijn bekering.

‘De Heere kan een heel ongewone weg met iemand gaan’

Ten slotte kijken wij naar de relatie tussen Jezus en de vijf mensen. De Zaligmaker zag het geloof van de vier ‘lastdragers’, de vrienden (Lukas 5:20a). Jezus laat zien dat Hij de grote hartenkenner is. Hij kent hen alle vijf. Hij weet dat het de verlamde man méér te doen is om zijn zielenrust dan om zijn lichamelijke gezondheid. ‘Hij troost het hart dat schreiend tot Hem vlucht’ (Psalm 145 berijmd).



Dominee W. A. Zondag, predikant Gereformeerde Gemeente Dordrecht

Weet u de oplossing?

Getij, kleur, loflied, bestek, rust, seizoen

HONDENRAS		KUNSTWERK		STEEK-ORGAAN		YOGA-BEOEFENAAR		SOORT KABELJAUW		MUJ
DEEL VAN EEN BED		6 BRUINACHTIG GRIJS						JEANS		
ZANGER				GETIJ		SCHAAMTE				
RUI EN ON-VERBLOEMD						4 KLEUR				
GRIEKSE ZONNEGOD				ELASTISCH VERMOGEN						BESCHERMELINGE
LOFLIED							7 WALVIS		EENMAAL	
				NOTTIE-BOEKJE		SEIZOEN				
SPAANSE VLOOT		STELLIG				BRUINGEEL		OMROEP		
		MENGSEL						ZOON VAN ISAAK		2
						ENGELS GRAAFSCHAP				
VASTZETTING	INDIVIDUALITEIT			RANG		BESTEK				
	OLM			5 KEVER						
								GEESTDRIFT	KRACHTIGE ZWAAI	
WEGSLUITEN	JAPANS BORDSPEL					RUST				1
	UITVINDER V.D. TELEFOON					GEEUW				
								PERSOONLIJK VNW.		
								ZAT		
DEEL VAN EEN KASSA	PLUS			BEWIJS V. AFWEZIGHEID						ZICH BEVINDEND IN
	BOOM			NOOT						
						EINDSTREEP				
DEEL VAN EEN TREIN										8

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
---	---	---	---	---	---	---	---	---

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

Stuur de oplossing voor D.V. 1 januari 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 Etcedah was: OMZIEN.

Uit de vele goede inzendingen kwam mevrouw G. van den Hoven als winnaar uit de bus. Van harte gefeliciteerd!

‘Ik heb vroeger
veel gereisd’

Hans van Woerden schildert en tekent graag

De heer Van Woerden is 76 en woont op de afdeling verzorgd wonen in woonzorgcentrum Eben-Haëzer in Middelburg. Hij is graag met zijn handen bezig en tekent en schildert de mooiste gebouwen.

Als ik aanbel bij het appartement van de heer Van Woerden, wordt de deur al gauw opengedaan. Hartelijk word ik ontvangen en joviaal stelt hij zich voor: ‘Zeg maar Hans, meneer vind ik zo formeel. Iedereen spreekt me zo aan.’ Al snel raken we in gesprek over zijn hobby’s: schilderen en tekenen. Deze hobby’s beoefent hij al heel lang. ‘Hoelang weet ik niet precies. Ik was nog heel jong toen ik ermee begon’, verklaart de Fries.

Van Friesland naar Zeeland

De eerste dertig jaar van zijn leven heeft Hans in het Friese Akkrum gewoond. In 1977 verhuisde hij naar Gorinchem. Sinds 1990 woont hij in Zeeland, waarvan de laatste drie jaar in Eben-Haëzer. Voordat hij in Eben-Haëzer kwam, heeft hij in diverse locaties van Toevlucht, (zelfstandige) woongroepen van Eleos, gewoond. Maar, geeft hij aan: ‘Ik had op een gegeven moment meer zorg nodig.’ Hans heeft het prima naar zijn zin in Eben-Haëzer. ‘Ik houd van gezelligheid en zal niet snel een activiteit overslaan’, vertelt hij. ‘Ook ben ik vaak in het restaurant te vinden. Het is fijn om samen met andere bewoners te eten of koffie te drinken. Ik geniet enorm van de contacten.’ En vervolgt hij met een vergenoegde glimlach: ‘In juni ben ik mee geweest met de vaarvakantie van Cedrah. Dat was fantastisch. Het was een prachtige tocht en elke dag waren er leuke activiteiten, heerlijk eten en heel veel gezelligheid. De sfeer was geweldig. Ik heb van iedere minuut genoten.’

‘Vrije uren’

In de uren die overblijven – ‘mijn vrije uren’, zoals Hans het zelf omschrijft – tekent en schildert hij graag. Met gepaste trots haalt hij een zeer goed gevulde ordner tevoorschijn. Hierin bewaart hij zijn collectie tekeningen. Vol bewondering blader ik van de ene naar de andere mooie

plaat, met daarop tekeningen van een prachtige herenboerderij, een mooi woonhuis, maar ook bekende gebouwen en kerken zoals bijvoorbeeld de Grote Kerk in Hindeloopen.

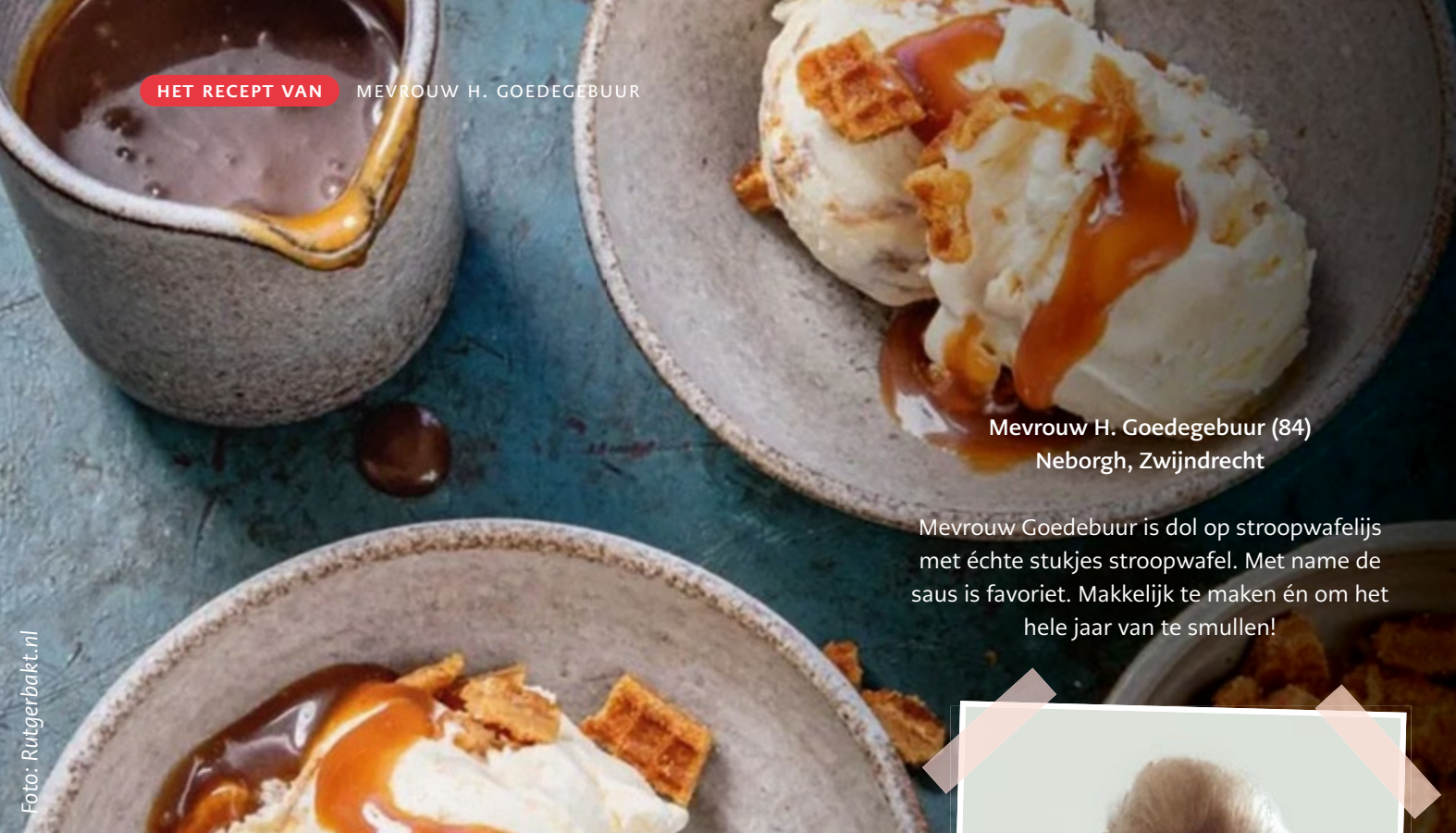
Inkijkje

Hans vindt het leuk om zijn werk aan anderen te laten zien en erover te vertellen. Vorig jaar heeft hij een presentatie gegeven aan de medebewoners van Eben-Haëzer. ‘Ik heb altijd veel gereisd’, legt de tekenaar uit. ‘Ik nam graag deel aan groepsreizen en heb daarmee vele landen bezocht. De mooie gebouwen die ik daar zag, inspireerden mij om ze te gaan tekenen. Ik doe dit aan de hand van de foto’s die ik tijdens mijn reizen gemaakt heb.’ Als het aan Hans ligt, kunt u wellicht over een tijdje één van zijn werken in Eben-Haëzer bewonderen. ‘Ik ben van plan om een schilderij op canvas te maken voor de gang van de afdeling. Ik moet dan nog wel even mijn familie vragen de spullen hiervoor te kopen. Zelf kan ik dit niet meer. Maar dat doen ze altijd graag voor mij.’

Geen tijd voor verveling

Of hij daarnaast nog tijd heeft voor andere hobby’s? ‘Ja, gelukkig wel. Ik lees dagelijks de krant en ook graag boeken. Ik verveel me dus gelukkig nooit’, besluit de sympathieke Hans.





Mevrouw H. Goedegebuur (84)
Neborgh, Zwijndrecht

Mevrouw Goedegebuur is dol op stroopwafelijs met échte stukjes stroopwafel. Met name de saus is favoriet. Makkelijk te maken én om het hele jaar van te smullen!



Stroopwafelijs

Bereiding

Doe voor de stroopsaus de stroop in een steelpan en verwarm deze al roerend op middelhoog vuur. Voeg de lichtbruine basterdsuiker, de kaneel en de boter toe en breng het mengsel al roerend aan de kook. Laat de stroop 1 minuut koken tot alle suikerkristallen opgelost zijn. Voeg de slagroom toe en laat de saus nog 1 minuut doorkoken. Laat de saus vervolgens afkoelen tot kamertemperatuur.

Doe de gecondenseerde melk, de slagroom en het vanille-extract in een kom en klop dit met een (hand)mixer met garde(s) tot een romig geheel, tot het de dikte van lobbige geklopte slagroom heeft. Schep wat van het ijsmengsel in een (diepvries)bak en strijk dit glad. Strooi er wat stukjes gehakte stroopwafel over en besprenkel dit met wat van de stroopsaus. Schep hier weer een beetje van het ijsmengsel op en verdeel daar weer wat stroopwafelstukjes en stroopsaus over. Ga zo door tot het ijsmengsel op is. Van de stroopwafelstukjes en stroopsaus houdt u nog iets over. Plaats het stroopwafelijs minimaal een nacht in de vriezer.

Serveer het ijs met de overige stroopwafelstukjes en de stroopsaus.

Bron: Rutger Bakt

Voor de stroopsaus

- › 100 gram keukenstroop
- › 50 gram lichtbruine basterdsuiker
- › ¼-½ tl kaneelpoeder
- › 40 gram boter
- › 60 ml slagroom

Voor het ijs

- › 500 ml slagroom
- › 1 blikje zoete gecondenseerde melk (à 397 gram)
- › 1 tl vanille-extract
- › 4-5 stroopwafels, in stukjes gehakt

Een nieuwe lente

Nu de herfstkleur van het leven langzaam sterft in winterwit, ga ik meer en meer ervaren hoeveel ongemak er zit in dat vredig ogend sneeuwland, - prachtig winters tafereel -, maar bestaand uit kille tijden en gevaar, onzegbaar veel.

In die moeitevolle dagen klamp ik mij aan één ding vast: God belooft een nieuwe lente zonder koude overlast! Ik mag uitzien naar de luwte van genade en van recht; mij in eeuwigheid verheugen! God, mijn Heer', heeft dit gezegd!

Jozien Baars

klantadviseur Amandelhof

Naar aanleiding van Jesaja 65:17-18:

'Want ziet, Ik schep nieuwe hemelen en een nieuwe aarde; en de vorige dingen zullen in het hart niet opkomen. Maar weest gij vrolijk en verheugt u tot in eeuwigheid in hetgeen Ik schep; want ziet, Ik schep Jeruzalem een verheuging, en haar volk vrolijkheid.'

Hier vindt u ons:

Wat bieden we aan?

-  Huurappartementen
-  Koopappartementen
-  Verzorging/verpleging
-  Kleinschalig Wonen
-  Kortdurend verblijf
-  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.



Ontmoeting, verbinding en welzijn in het groen!

Woonzorgcentrum Amandelhof is schitterend gelegen in een groene omgeving in de wijk Middelwatering in Capelle aan den IJssel, een levendige plaats ten oosten van Rotterdam. Rondom het gebouw is een prachtige tuin aangelegd, waar heerlijk gewandeld kan worden. Vanuit de tuin komt u in de aangrenzende heemtuin, die eigendom is van de gemeente Capelle aan den IJssel. Op loopafstand vindt u het overdekte winkelcentrum De Koperwiek en de Elimkerk van de Gereformeerde Gemeente.

Het nieuwe woonzorgcentrum bestaat uit drie gebouwen: Waterhove, Bloesemhove en Zonnehove, waarvan het laatste gebouw nog in ontwikkeling is. In het woonzorgcentrum is alle ruimte voor ontmoeting en beleving in een veilige en vertrouwde woonomgeving.

Waterhove

Waterhove fungeert als zorggebouw met 4 afdelingen groepswonen en is geschikt voor zorg vanuit de Wet Langdurige Zorg (WLZ). Iedere afdeling heeft 11 appartementen en een gezamenlijke huiskamer. De appartementen bestaan uit een woonkamer/keukenblokje, slaapkamer en toilet/doucheruimte en zijn ook geschikt voor een echtpaar.

Bloesemhove

Onlangs is gebouw Bloesemhove geopend. Dit gebouw – met op de begane grond sfeervolle ruimtes, voor bijvoorbeeld dagbesteding, gezamenlijk eten en bijeenkomsten – telt 35 huurwoningen (deels in het sociale segment), verdeeld over 5 verdiepingen. De appartementen zijn geschikt voor zorg vanuit de WLZ in de vorm van Modulair Pakket Thuis (MPT) of Volledig Pakket Thuis (VPT), thuiszorg, huishoudelijke hulp of dagopvang.

Zonnehove

Het derde gebouw, Zonnehove, is op dit moment in voorbereiding. Dit woongebouw met ruime huur- en koopappartementen, verdeeld over 9 verdiepingen, fungeert als statige uitkijkpost op de rand van de



Vragen over de zorg bij Amandelhof?

Neem contact op met klantadviseur Jozien Baars: 088 – 587 00 10.

Vragen over de huurwoningen?

Neem contact op met verhuurmakelaar Joanne Moree: 088 – 587 00 55.

Of kijk op onze website: www.cedrah.nl.



Groene Zoom. Ook deze appartementen zijn, net als Bloesemhove, zorggeschikt. Onder het gebouw komt een parkeergarage.

Verbindingsgang

Het trio is niet alleen zichtbaar familie van elkaar, maar is ook fysiek met elkaar verbonden door middel van een verbindingsgang op de eerste verdieping. Het park loopt onder de opgetilde verbinding door en maakt een directe verbinding met de naastgelegen woonbuurt.

Comfortabel wonen, met oog voor de klant

Onze seniorenappartementen voor verhuur

Amandelhof, Bloesemhove
Capelle aan den IJssel
van €750,- tot en met €845,-

Beth-San, Wilde Veenen
Moerkapelle
van €700,- tot en met €750,-

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

Eben-Haëzer (oneven nummer)
Middelburg
van €675,- tot en met €690,-

Nebo, Borghave
Zwijndrecht
van €770,- tot en met €1035,-

Nebo, Neborgh
Zwijndrecht
van €1215,- tot en met €1295,-

Oorden Staete
Rotterdam
van €735,- tot en met €980,-

Rehoboth
Goes
van €770,- tot en met €1075,-

Rehoboth
Rotterdam
van €541,- tot en met €887,-

Uitzicht
Vlaardingen
van €691,- tot en met €887,-

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

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

Interesse?

Bekijk het volledige actuele aanbod op cedrah.nl/wonen/actueelaanbod.

Vanwege de nieuwbouw van Marnix Staete verhuren we daar op dit moment geen woningen. Heeft u interesse om hier of op onze andere (nieuwbouw)locaties te wonen? Schrijf u dan in op onze wachtlijst!

Een greep uit ons aanbod



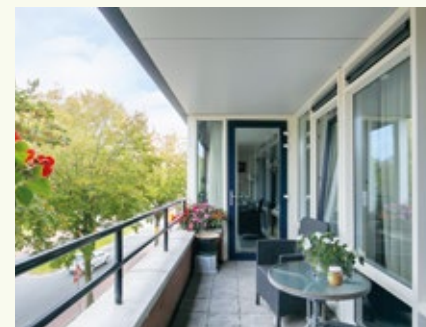
Borghave



Rehoboth-Goes



Oorden Staete



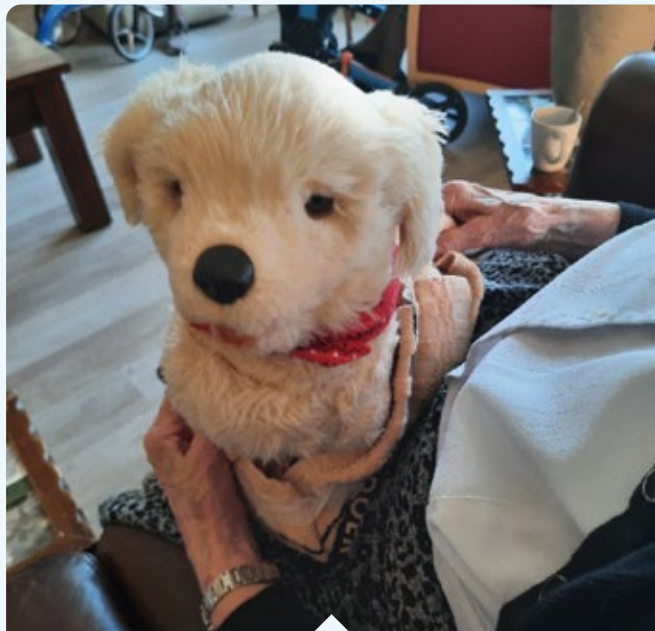
Naam: _____

Woonplaats: _____

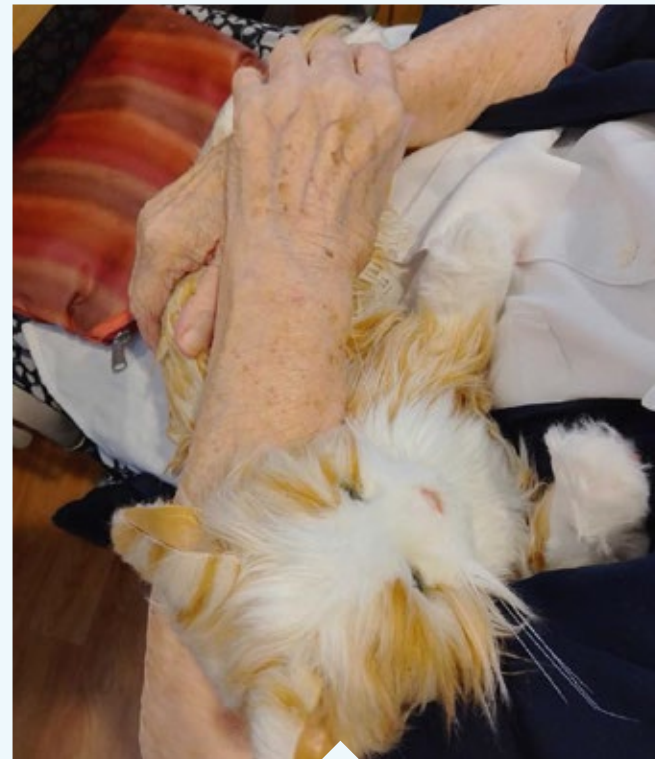
Adres: _____

Leeftijd: _____

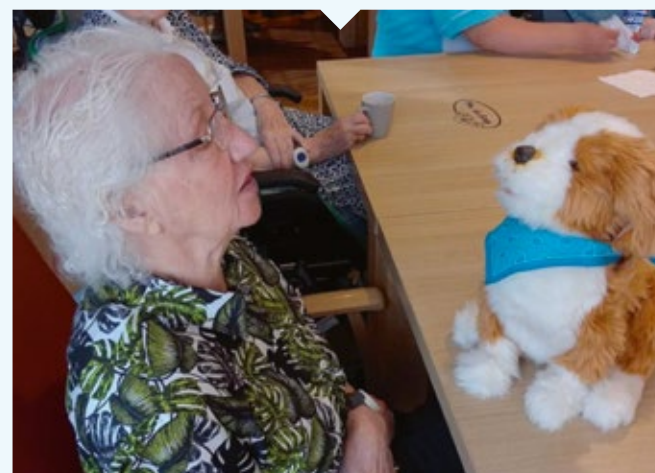
Van een robotpoesje tot een visspel en van een herinneringskoffer tot échte kuikentjes, deze attributen worden gebruikt bij het reguleren van onbegrepen gedrag. Kijkt u mee?



Maak kennis met het robothondje in Eben-Haëzer, waarop een cliënt hele dagen past. Tijdens de koffie bood een medebewoonster aan om het hondje even vast te houden, zodat mevrouw haar koffie op kon drinken. Een zorgzaam en liefdevol moment!



Deze poes en hond 'wonen' op afdeling de Meerkoet van Rehoboth Goes. Als de hond op tafel komt bij het koffiemoment is er gelijk interactie. De poes is erg geliefd en wordt dagelijks intensief gebruikt – of moeten we zeggen verzorgd? ;).



Deze herinneringskoffer met voorwerpen van vroeger maakte de creatieve Rianne Weller, gastvrouw van de Aak in Nebo. Een mooie manier om met bewoners herinneringen op te halen.



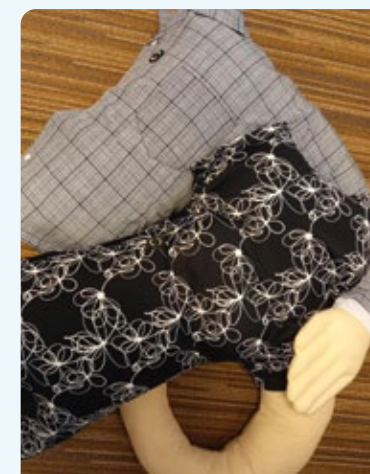
Ook dit visspel werd gemaakt door Rianne uit Nebo, de bewoners vinden het erg leuk om te doen!



De robotpoes en -hond van Amandelhof krijgen alle liefde en aandacht!



In Uitzicht zijn er heuse kuikentjes die door de bewoners worden geknuffeld en verzorgd. Schattig hè?



Slapie is een comfortabele slaaphulp die in Beth-San ingezet wordt om te ontspannen en in slaap te komen. Slapie is er in een mannelijke en een vrouwelijke versie. Ze hebben beide een zachte vorm en een zachte arm die om de cliënt heen geslagen kan worden. Ook geven ze een hartslag af, wat een kalmerende werking heeft.



Wij geloven dat het samen kan

Wat maakt De christelijke zorgverzekeraar uniek?



De christelijke zorgverzekeraar brengt geloof, zorg en gezondheid samen.

Wij geloven in God, die leven geeft en liefheeft. Dat is de basis waarop we al 100 jaar bouwen. Samen met u, onze klanten en partners zijn we van betekenis.

Wij komen op voor:

- De waarde van ieder leven.
- Christelijke zorg en hulp.
- Zorgen voor jezelf en de ander.

Meer informatie:



De christelijke
zorgverzekeraar