

aandacht & dichtbij

AANDACHT&DICHTBIJ
EDITIE ZOMER 2023

goede zorg werkt
ook door naar zorg
voor anderen



verder in dit nummer

MENEER BAARENDS OVER **TAAL VERBINDT**
MARIA OVER **KWALITEIT**
JAN OVER **NEEM DE ZORG NIET OVER**
BETER IN JE VEL MET **DE STAP NAAR GEZONDER**

aandacht & dichtbij

voorheen
rinette
vertelt

inhoud

- 04 taal verbindt**
gesprek met meneer Baarends
en Ajmane
- 07 goede zorg werkt ook door
naar zorg voor anderen**
Lieke en Jan
- 10 oma's stoofvlees**
een lekker recept
- 12 alles begint met kwaliteit**
volgens Maria Kwint
- 14 puzzelen...**
een sudoku, een doolhof
en een woordzoeker
- 16 aan de buitenkant
zie je het niet**
Jenny en Sandra
- 20 stap naar gezonder
zet je zo!**
- 23 een jasje dat past**
met Femke, Frans en Ariena
- 26 puzzel oplossingen**
- 27 handige sites**

colofon

UITGEVER
ARCHIPEL RINETTE/
ARCHIPEL THUIS

OPLAGE
3.000

TEKSTEN
CAI VOSBEEK

HOOFDREDACTIE
STERRE BURGHARD
MARIEKE THEUWS
YVONNE ADRIAANSEN
ARIENA SMULDERS
SASKIA VAN NIEUWLAND

FOTOGRAFIE
FREEKJE GROENEMANS

VORMGEVING
DE HEEREN VAN VONDER

DRUKWERK
DRUKKERIJ WEEMEN

REDACTIE ADRES
BALTESAKKER 17
5625 TC EINDHOVEN
T: 085-0667006

vertel eens...

'Fijne vakantie', is een veel gehoorde wens in deze tijd van het jaar. Voor ons ouderen blijft deze kreet echter vaak zonder inhoud. Door fysieke problemen en soms financiële beperkingen, is een fijne vakantie een begrip met goede herinneringen uit het verleden, maar zonder toevoegingen in het heden. Voor ons is de vakantietijd vooral een tijd waarin we trouwe bezoekers missen en nog meer op onszelf worden teruggeworpen.

Wat kunnen we doen om toch een vakantiegevoel te krijgen? We zouden kunnen beginnen om in de kast op zoek te gaan naar albums vol oude foto's van vroeger. Haal de herinneringen die nu liggen te verstoffen, tevoorschijn en ze zullen gegarandeerd zorgen voor een paar fijne uurtjes.

Mijn vrouw en ik kunnen geen vakantie houden zoals we graag zouden wensen. Gelukkig hebben we veel van onze vakanties vastgelegd in foto's of boekjes. Opeens waan je je weer aan het strand met spelende kinderen en een hond die maar niet kan ophouden door het water te rennen. Weet je nog dat we op die hoge berg in de zomer tussen sneeuwduinen moesten rijden en we alleen met heel veel angst in de benen naar beneden durfden te gaan?

Nog leuker is het om dit samen met de kinderen te doen. Zij zijn vast veel vergeten maar vinden het des te leuker om de tijden van weleer opnieuw te beleven. Ze vinden het gezellig om nog eens naar hun vroegere capriolen te kijken. Misschien bent u op vakantie geweest met kennissen of burenen? Nodig ze uit voor een koffietje en haal samen herinneringen op over de 'goeie oude tijd'.

Probeer het eens en u zult zien dat u enthousiast wordt over wat er is geweest. Zo is het ook voor u toch een beetje vakantie.

Fijne vakantie!

Frans van den Bogaard
Voorzitter Cliëntenraad

**gezocht:
nieuwe leden
voor de
cliëntenraad**



taal verbindt

Meneer Baarends woont in een groot ruim huis in Helmond en is terecht trots op een prachtige tuin. Hier zit hij samen met Ajmane aan tafel. Ze kennen elkaar sinds 2019 want vanaf die tijd is Ajmane de hulp in het huishouden die bij meneer Baarends thuis de boel aan kant maakt. Ajmane komt oorspronkelijk uit Kosovo en haar Nederlands is nagenoeg perfect, maar af en toe helpt meneer Baarends haar als ze een woord niet begrijpt. Dat gebeurt op een vriendelijke manier met veel respect over en weer. Het resultaat? Een aangenaam en mooi gesprek.



Ajmane: “Ik werk al 12 jaar als hulp in het huishouden bij Archipel Rinette. De zorg in Nederland is echt goed geregeld en ik vind mijn werk erg leuk. Ik kom eens per week bij meneer Baarends voor huishoudelijke hulp en ondersteuning. De badkamer, het toilet, de keuken en kamer sowieso en met andere werkzaamheden schuif ik zo nu en dan. Die vrijheid en zelfstandigheid heb ik hier. Ik vind het fijn om contact te hebben met cliënten en om mensen vooruit te helpen als ze het zelf niet meer kunnen. Dat zorgzame zit in mijn aard. Het geeft mij voldoening om het huis schoon achter te laten. Als ik drie weken met vakantie ben dan zeggen ze: “ojee, Ajmane zo lang weg?” Meneer Baarends knikt instemmend: “Dat zeg ik ook. Het is heel erg prettig om te kunnen rekenen op een vertrouwd iemand zoals Ajmane. Ik ben dik tevreden.”

IK VIND HET FIJN OM CONTACT TE HEBBEN MET
CLIËNTEN EN OM MENSEN VOORUIT TE HELPEN
ALS ZE HET ZELF NIET MEER KUNNEN.

Meneer Baarends: “Er is altijd een reden waarom je huishoudelijk hulp krijgt. Bij mij is dat mijn leeftijd maar ook omdat ik een aantal medische ingrepen heb ondergaan. Ik heb namelijk kans gezien om zowel een heup en een bekken te breken en dat is een behoorlijke aanslag op je lichamelijk functioneren. Daarom is de hulp van Ajmane zo welkom. Daarnaast is ze erg leergierig, ze wil dingen begrijpen. Laat ik nou 40 jaar in het onderwijs hebben gewerkt? Dan is het echt onvermijdelijk zo nu en dan te onderwijzen en uit te leggen. Ons taalgebruik is misschien wel het grootste onbewuste patroon wat we bezitten. ▶





We hebben onbewust onze moedertaal aangeleerd en hanteren woorden voor gedachten en gevoelens als vanzelfsprekend. Dat is op latere leeftijd moeilijker. Haar Nederlands is functioneel, maar voor iedereen waarvan het Nederlands niet de moedertaal is, zijn uitdrukkingen, spreekwoorden, gezegdes en ironie moeilijk te begrijpen. Je hebt het achter de elleboog bijvoorbeeld, dat kun je heel gemakkelijk anders opvatten.”

VOOR IEDEREEN WAARVAN HET NEDERLANDS NIET DE MOEDERTAAL IS, ZIJN UITDRUKKINGEN, SPREEKWOORDEN, GEZEGDES EN IRONIE MOEILIK TE BEGRIJPEN.



Ajmane: “Precies dat. En ik merk ook dat ik moeite heb met sommige klanken en dan is het fijn als mensen zoals meneer Baarends mij verder helpen. En ik wil ook geholpen worden. Natuurlijk, ik woon hier en vind het ook niet vervelend om hulp te vragen. Ik kan wel ‘ja, ja’ knikken en vervolgens niks begrijpen. Wie wordt daar beter van? Ik heb Nederlandse les gehad maar het meeste leer ik in de praktijk. Omdat ik vijf dagen per week bij cliënten thuiskom, is die mogelijkheid er ook. Maar dan nog: jullie taal heeft zoveel valkuilen. Weet je wat lastig is? Je kunt iets zeggen maar dan moet je het heel anders schrijven. In het Kosovaars hoor je meteen hoe je een woord moet schrijven. Of er zijn woorden die meerdere betekenissen hebben zoals het woord ‘haar’. Het is van haar en ik kam mijn haar.” “Meneer Baarends lacht: “En dan heb je ook nog haar haar...” ■

AJMANE: “IK WENS ARCHIPEL EN RINETTE EEN FIJNE SAMENWERKING!”

goede zorg werkt ook door naar zorg voor anderen



De voordeur van een eengezinswoning aan de rand van Nuenen wordt met een zwaai opengedaan door een opgewekte zestiger: “welkom en kom binnen. Noem mij maar Jan, geen ge-u en ge-meneer maar gewoon je, jij en Jan. Koffie? Iets lekkers erbij?” Lieke is wijkverpleegkundige bij Archipel Thuis. Zij zit aan tafel en kijkt geamuseerd toe hoe Jan op en neer loopt om het zijn gasten naar de zin te maken. ▶

Jan: “Mijn verhaal? In september vorig jaar heb ik een nieuwe rechterheup gekregen. Ik was ooit een fervent marathonloper. Goed voor mijn conditie, minder goed voor mijn heup blijkt achteraf. Lang verhaal kort: ik kreeg een nieuwe heup en kort daarna ging mijn been weer ontsteken. Ik zeg ‘weer’ omdat ik daar voorheen ook vaker last van had. Mijn been werd zo dik als dat van een olifant. Een dermatoloog zei tegen mij: ‘U heeft een bijzondere vorm van eczeem en daarom wordt u twee maanden behandeld met zalf en daarna krijgt u steunkousen’. De transferverpleegkundige heeft toen contact opgenomen met Archipel Thuis en binnen 24 uur was thuiszorg geregeld.”

AANTREKKEN STEUNKOUSEN DUURT TWEE MINUTEN, UITDOEN OOK. VEEL MENSEN HEBBEN EEN PARTNER DIE MEEHELPT. IK HEB MIJN STEVE.

Medewerkers van Archipel Thuis kwamen vervolgens twee keer per week bij Jan aan huis om zijn been in te zalven en te verbinden. Daarna was het tijd voor steunkousen. Jan: “Niet zomaar kousen, echt de meest sterke steunkousen die er zijn. De verzorging wilde me daar wel mee helpen, maar ze vertelden ook over een hulpmiddel. Kijk daar staattie: de Steve. Dit is een aantrekhelp voor steunkousen. Ik zal het even voordoen. Ik stop hier mijn voet in en trek zo de kous naar boven. Duurt twee minuten, uitdoen duurt ook twee minuten. Veel mensen hebben een partner die meehelpt met de steunkousen. Ik heb mijn Steve.”

Stokpaardje

Jan steekt zijn positieve ervaring met Archipel Thuis niet onder stoelen of banken: “Het mag best gezegd worden. Ze hebben fantastisch werk gedaan. Ik heb me gezien en gehoord gevoeld. De communicatie over en weer was top, de

lijntjes kort, de reacties snel en adequaat. De zorg app die ze gebruiken is bovendien bijzonder gebruikersvriendelijk. Op die app kon ik precies zien wanneer en hoe laat de medewerkers zouden komen. Als er iets veranderde werd dat meteen gemeld. In die app kun je ook de rapportages over jezelf lezen en als de cliënt toestemming geeft, kan ook de familie meelezen. Er zijn mensen die beweren dat vijftigplussers niet digitaal vaardig zijn maar uit eigen ervaring kan ik zeggen dat niets minder waar is. De meeste senioren hebben een mobiele telefoon en vaak een tablet waar ze heel goed mee uit de voeten kunnen. Archipel Thuis heb ik nu niet meer nodig en dat is precies de bedoeling. Ik ben zelf verpleegkundige geweest en mijn motto was altijd dat we zorg van mensen niet moeten overnemen. Je geeft cliënten handvatten om het leven weer zelfstandig op te pakken en dat is precies wat hier is gebeurd.”

ZE HEBBEN FANTASTISCH WERK GEDAAN. IK HEB ME GEZIEN EN GEHOORD GEVOELD.

Lieke: “Wij hebben bij Archipel Thuis een zelfredzaamheidskoffer met verschillende hulpmiddelen. Wij kijken bij iedere client of er iets bij zit om het leven gemakkelijker te maken. Mocht een hulpmiddel geschikt zijn dan is het fijn als cliënten die zo snel mogelijk gaan gebruiken zodat het in het dagelijks leven wordt ingebed. Als mensen eenmaal gewend zijn aan een hulpmiddel, is de kans groter dat ze die ook blijven inzetten als ze geestelijk achteruitgaan.”

Zorgen voor de anderen

“Goede zorg werkt ook door naar zorg voor anderen”, besluit Jan. “Door de juiste zorg die ik heb gekregen, kan ik doorgaan met mijn



Lieke begon als flexwerker Helpende Plus bij Archipel Thuis; tegelijkertijd volgde ze haar studie hbo-v.

Lieke: "Het was een ideale combinatie van flexibel werken en studeren. Bij Archipel Thuis heb ik het helemaal naar mijn zin. Er is veel ruimte voor eigen inbreng en ideeën voor de verbetering van de zorg. Daarnaast hebben we overleg met andere partijen en wordt er ingezet op innovatie en preventie. Leerlingen worden met aandacht begeleid en er zijn altijd mogelijkheden om jezelf te blijven ontplooiën."



vrijwilligerswerk op de kinderboerderij, het hobbycentrum en als ouderenadviseur. Dat laatste doe ik samen met een aantal andere vrijwilligers uit het dorp. Jaarlijks bezoeken wij 80-jarigen uit de gemeente Nuenen. We geven informatie over veel aspecten uit het sociale domein, over belangenverenigingen voor senioren, over vervoer en we vertellen over ouderenzorg zoals die ook door Archipel wordt

geleverd. Veel mensen in Nuenen kennen Archipel trouwens alleen van Akkers. Maar Archipel is zoveel meer: ze hebben bijvoorbeeld twee expertisecentra voor gespecialiseerd zorg, zijn professionals in dagbehandeling en dagbesteding en ze bieden dus ook nog eens prima zorg aan huis." ■

oma's stoofvlees

lekker met een frisse salade!

recept van afdeling dieze
van archipel dommelhoef

INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

*500 gram sukadelappen, in blokjes
2 middelgrote uien, grof gesnipperd
3 goudrenetten, in blokjes gesneden
4 sneetjes ontbijtkoek
100 gram margarine of roomboter
4 laurierblaadjes
3 kruidnagels
scheutje azijn
scheutje advocaat
peper en zout
1 liter water*

BEREIDINGSWIJZE

Bestrooi de blokjes sukadelappen met peper en zout. Smelt de boter in een braadpan en bak het vlees aan. Voeg de gesneden ui, appel, laurierblad en kruidnagel toe.

Laat het geheel even flink pruttelen en blus het af met water en azijn.

Laat het geheel vervolgens nog ongeveer 3 uur op een klein pitje stoven tot het vlees zacht is. Voeg op het laatst de sneetjes ontbijtkoek toe en laat deze nog even meestoven.

Voeg net voor het opdienen een scheutje advocaat toe.





**“dat wordt
weer smullen”**

alles begint met kwaliteit

Volgens Van Dale betekent kwaliteit het volgende: *kwa-li-teit (de v; meervoud: kwaliteiten) 1 mate waarin iets goed is; gesteldheid, hoedanigheid, aard: de kwaliteit van deze stof 2 functie: in zijn kwaliteit van burgemeester 3 goede hoedanigheid: iem. Met kwaliteiten bekwaamheid; kwaliteitsartikelen. Tot zover. Het zou goed zijn als Van Dale Uitgevers eens bij Maria Kwint te rade zou gaan. Maria is wijkverpleegkundige, preventie- en beleidsmedewerker kwaliteit bij Archipel Thuis. Haar omschrijving van kwaliteit spreekt een stuk meer tot de verbeelding.*



Maria: “Wat ik als beleidsmedewerker kwaliteit doe? Ik kijk of we inhoudelijk goede zorg leveren. Volgen we bepaalde wet- en regelgeving en komt de zorg overeen met de visie die wij hebben? Maar kwaliteit gaat ook over de relatie die wijkverpleegkundigen en -verzorgenden hebben met cliënten. Is die veilig? Is er een verbinding en een klik? Wordt er goed geluisterd en worden cliënten gehoord? Want alleen als een cliënt zich veilig voelt zal hij eerlijk durven zeggen hoe hij zich voelt. En dat is weer belangrijk om passende zorg te kunnen verlenen. Als zorgprofessionals zijn wij in de wijk te gast bij cliënten en dat betekent dat wij ons als gast moeten gedragen. Ook dat heeft met kwaliteit van zorg te maken.”

KWALITEIT GAAT OOK OVER DE RELATIE DIE WIJKVERPLEEGKUNDIGEN EN -VERZORGENDEN HEBBEN MET CLIËNTEN.

De visie van Archipel Thuis gaat over Positieve Gezondheid. In dit concept wordt gezondheid niet meer gezien als de aan- of afwezigheid van ziekte, maar het vermogen om met de fysieke, emotionele en sociale uitdagingen om te gaan, om zelfredzaam te blijven en eigen regie te houden. Maria: “Positieve Gezondheid begint met een goed gesprek tussen verzorgende en cliënt. Dus niet: ‘ik kom uw wond verzorgen’ maar ook ‘wat heeft die wond voor gevolgen in uw dagelijks leven, en wat kunt u wel en wat kunt u niet meer?’ Breder kijken dan de wond zelf. Bij Archipel Thuis zijn we daar

heel bewust mee bezig. We geven lezingen en trainingen over deze manier van werken. Medewerkers kunnen bijscholingen volgen en communicatievaardigheden verbeteren. Deze aspecten van kwaliteit hebben absoluut onze aandacht.”

Van zes naar tien wijkteams

De vier teams van Rinette Zorg zijn per 1 juni overgegaan naar Archipel thuis. Maria: “Ze krijgen een warm welkom en nu gaan we deze teams integreren bij Archipel Thuis. We hebben werkgroepen samengesteld waarin medewerkers kijken hoe ze zorg gaan vormgeven. Wat is goed bij Archipel Thuis en wat was goed bij Rinette Zorg? Hoe behouden we het beste van de twee? Archipel Thuis heeft nu tien teams om Best, Eindhoven Noord, Nuenen, Geldrop, Eindhoven Centraal, Son en Breugel, Valkenswaard en de Kempen te bedienen. Wat de cliënten in deze regio van de samensmelting zullen merken? Er zijn regio’s waar nu twee teams werken en die zullen meer met elkaar gaan samenwerken zodat ze efficiëntere routes kunnen maken. In de toekomst zou het dus kunnen dat cliënten ook andere wijkverpleegkundigen en -verzorgenden van Archipel Thuis leren kennen.”

**ER ZIJN REGIO’S WAAR NU TWEE TEAMS
WERKEN EN DIE ZULLEN MEER
MET ELKAAR GAAN SAMENWERKEN.**

Onlangs kreeg Archipel Thuis een aangekondigd, regulier bezoek van de inspectie. Twee inspecteurs zijn meegelopen met een twee wijkverpleegkundigen. ’s Middags spraken ze met medewerkers van de teams en collega’s op kantoor. Maria: “Het was spannend maar de conclusie was dat we het supergoed doen. Dit stond in het inspectierapport: ‘Ik wil u een compliment maken over de manier waarop Archipel Thuis haar organisatie en zorg op orde heeft. Het komt niet vaak voor dat een inspectierapport zoveel donkergroene oordelen heeft’. Maria: “Donkergroen betekent dat een getoetste norm volledig voldoet. We bieden de juiste kwaliteit van zorg, hebben aandacht voor cliënten en zijn een lerende organisatie. Het enige minpunt was dat we sommige processen

wel verrichten maar niet beschrijven. Het was mooie opsteker voor iedereen, maar het betekent niet dat we nu achterover kunnen leunen. Kwaliteit van zorg kan namelijk altijd beter!” ■



puzzelen...

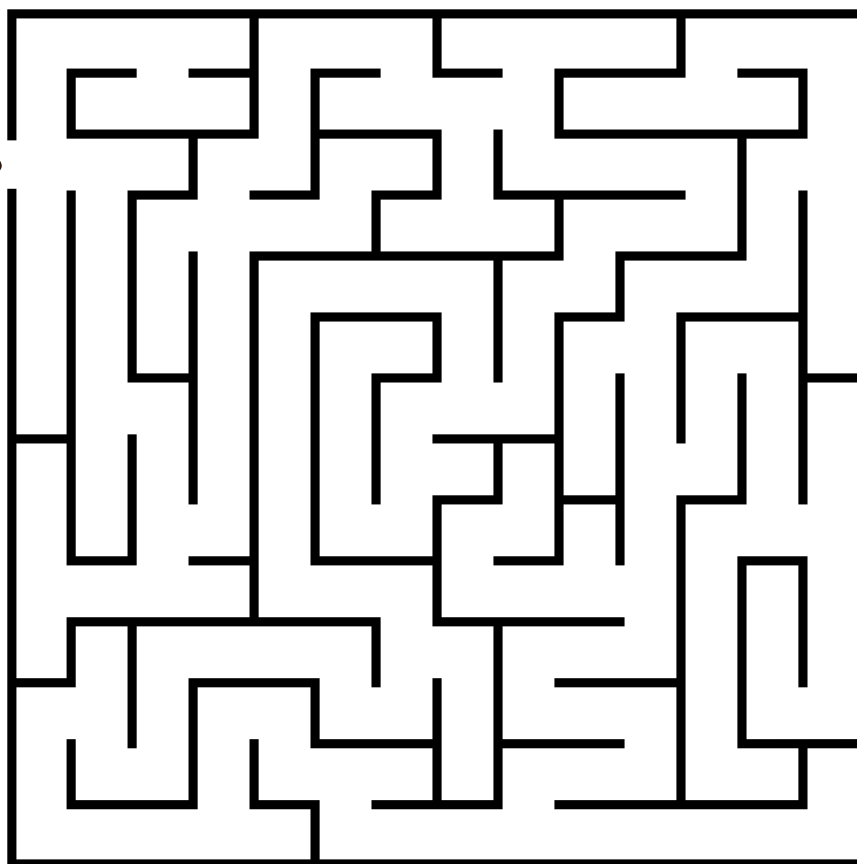


Sudoku

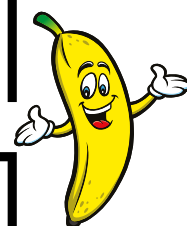
2		5			9			4
						3		7
7			8	5	6		1	
4	5		7					
		9				1		
					2		8	5
	2		4	1	8			6
6		8						
1			2			7		8



Help deze apekop door het doolhof heen naar zijn banaan.



De oplossingen van de sudoku en het doolhof staan achterin dit boekje.



Woordzoeker

K	R	S	B	Z	W	S	H	J	T	N	J	I	I	F	F	K	Z
H	L	P	N	R	N	V	H	N	A	E	I	U	R	G	K	H	R
K	C	N	S	D	C	W	E	F	D	D	B	Y	S	I	G	T	X
T	J	V	G	Q	C	L	E	N	U	U	T	F	I	L	N	I	G
F	X	I	W	Z	E	C	W	H	P	O	H	V	U	L	I	E	E
P	J	I	L	Z	E	Z	O	R	G	H	C	C	H	E	N	T	Z
L	X	K	Z	N	V	K	Q	B	X	S	I	Y	T	Z	U	I	O
L	E	U	K	D	O	L	X	W	D	I	D	L	S	E	E	L	N
E	P	B	K	W	T	O	L	C	U	U	F	L	E	G	T	A	D
F	P	W	A	J	H	H	S	Z	E	H	O	Z	E	D	S	T	H
A	K	D	C	T	I	F	C	R	W	I	M	W	L	R	R	I	E
W	W	F	N	X	R	L	Q	A	E	B	F	N	V	F	E	V	I
P	L	M	N	Q	V	O	E	G	D	P	V	F	F	B	D	F	D
O	H	N	E	C	H	R	F	S	O	N	H	D	O	X	N	A	W
O	C	G	J	W	W	A	T	M	I	M	A	C	O	K	O	D	W
R	E	J	Y	H	C	K	W	Z	O	U	X	A	T	V	J	L	Q
T	B	W	V	T	R	U	X	C	K	C	H	R	S	B	L	K	F
S	A	A	H	J	B	V	P	C	X	V	Z	C	O	W	R	G	F

Zoek deze woorden:

THUIS
ZORG
HUISELIJK
STROOPWAFEL
DICHTBIJ
AANDACHT
GEZELLIG
ONDERSTEUNING
COMFORTABEL
GEZONDHEID
VITALITEIT
PERSOONLIJK
HUISHOUDEN
STOOFVLEES
PUZZELEN
KOFFIE

Vul deze woordzoeker in, maak er een foto van en mail hem naar info@archipelrinette.nl. Vermeld in de e-mail ook uw naam en telefoonnummer. Wie weet bent u de winnaar van deze heerlijke fles GoGo Zero!



aan de buitenkant zie je het niet

In de tuin staat een scootmobiel, in de hal een rolstoel. Op zich niets bijzonders maar wel als ze in je eigen hal of tuin staan. Jenny: “dat komt omdat ik een conversiestoornis heb. Bij deze aandoening gaat er iets mis met de signalen van de hersenen naar delen van het lichaam. Dan kun je je armen niet meer bewegen of je benen, je kunt het bewustzijn verliezen of je krijgt problemen met praten, slikken, zien of horen. Daarom krijg ik zorg en begeleiding van Archipel Rinette. Ik weet dat dit een persoonlijk verhaal is maar ik wil graag uitleggen wat een conversiestoornis is, zodat er meer begrip voor komt. Dapper? Misschien, maar uit eigen ervaring weet ik dat het hard nodig is.”

Labrador Djow ligt stil in de mand en lijkt te slapen, maar in werkelijkheid houdt hij Jenny goed in de gaten. Jenny: “Ik ben een tijd aanvalsvrij geweest maar deze conversiestoornis gaat niet meer over. Mijn man, mijn kinderen en ik zullen ermee moeten leven. Waarschijnlijk heb ik het al vanaf mijn achttiende. De meeste mensen voelen wanneer ze een stapje terug moeten doen wanneer ze stress of druk ervaren. Ik krijg dat seintje niet, dus ik ga door en door. Op deze manier heb ik jarenlang mijn lichaam uitgeput. Mijn hoofd heeft een andere manier gevonden om mij rustig te krijgen, namelijk door mijn benen uit te schakelen. Letterlijk. Ik heb ook last van trillende handen, soms vallen mijn ogen dicht en krijg ik ze niet meer open en ik heb pseudo epileptische aanvallen gehad. In een speciale kliniek ben ik hiervoor behandeld.” Stilte. “Maar omdat ik mijn bewustzijn kan verliezen, kan ik niet meer veilig werken. Daarom ben ik 100% afgekeurd.”

MIJN HOOFD HEEFT EEN ANDERE MANIER
GEVONDEN OM MIJ RUSTIG TE KRIJGEN
NAMELIJK DOOR MIJN BENEN UIT TE
SCHAKELEN. LETTERLIJK.

Jenny heeft in het verleden in een rolstoel gezeten maar nu loopt ze weer. Voor de buitenwereld is dit soms ingewikkeld. Jenny: “Degenen die mij kennen, zien of ik een goeie of slechte dag heb maar anderen begrijpen het niet. Aan de buitenkant zie je namelijk niets. ‘Is het psychisch? Dan slik je toch een pilletje’ of ‘je moet gewoon de knop omzetten’. Dat soort reacties krijg ik. Als het zo gemakkelijk was, had ik dat toch allang gedaan? Gelukkig komt Sandra om de week bij mij. Ze is mijn persoonlijk begeleider en zorgt dat ik niet naar een psycholoog hoef. Samen houden we mijn leven en dat van mijn gezin op de rit. Bij haar kan ik even mijn hart luchten want zij heeft geen oordeel en bekijkt zaken net op een andere manier dan ik. Het wederzijds vertrouwen is groot. Voor goeie hulpverlening heb je dat ook nodig.”

Luisteren en nog eens luisteren

Sandra: “Een ambulante begeleider moet kunnen luisteren, warm, flexibel en empathisch zijn. Als Jenny en ik praten, geef ik structuur en focus aan zo’n gesprek. Oplossingen en antwoorden liggen nooit op een presenteerblaadje, ▶



Sandra is een werkende, studerende moeder. Ze is ambulante begeleider en volgt daarnaast de opleiding Social Work in Den Bosch. Sandra: "Ik ben bij Archipel Rinette begonnen als huishoudelijke hulp en zag dat veel mensen moeite hadden met financiën. Ik heb daarom een opleiding budget-coaching gedaan, gevolgd door de mbo-opleiding thuisbegeleiding. Nu zit ik op het hbo, richting psychiatrie en verslavingszorg. Ik ondersteun mensen met een sociale, psychische, lichamelijke of financiële hulpvraag en heb de leukste baan ever. De diversiteit, de zelfstandigheid en het werken met collega's is top. Ik begeleid mensen vanaf 18 jaar. Omdat ouderen langer thuis wonen, wordt de hulpvraag ook complexer. Niet fijn voor cliënten zelf maar voor mij geldt: hoe complexer de vraag hoe groter de uitdaging. Ik zal de verdieping altijd blijven zoeken."





daar zoeken we samen naar. Het gaat echt over Jenny. Wat is voor haar belangrijk, waar heeft ze behoefte aan en hoe zorgen we dat ze weer in zichzelf gaat geloven. Af en toe is het ook nodig om haar af te remmen, om haar energie te verdelen zodat ze weer in balans is. Dat doe ik overigens niet alleen. Als het nodig is overleg ik met de wijkverpleging en de huishoudelijke verzorging. Drie weten meer dan één.”

DOOR ONBEGRIIP OVER MIJN ZIEKTE ZIJN VRIENDSCHAPPEN STUK GEGAAN.

Met Jenny gaat het op dit moment heel aardig. Jenny: “Zeker als je kijkt waar ik vandaan kom. Ik ben behoorlijk depressief geweest en heb me regelmatig afgevraagd waar ik dit aan te danken heb. Door onbegrip over mijn ziekte zijn vriendschappen bovendien stuk gegaan. Gelukkig heb ik inmiddels een mooi vangnet van mensen die weten hoe ik me voel. Die veiligheid is van onschatbare waarde.” Sandra: “Het is heel knap hoever je bent gekomen. Dat heb je helemaal aan jezelf te danken!” ■



deStapNaar Gezonder.nl zet je zo!

De stap van Cor
en Annebel om
samen van muziek
te genieten

Dé website met
leuke en bruikbare
tips om jouw leven
en omgeving
gezonder te maken!



DE STAP
naar gezonder

www.DESTAPnaargezonder.nl



gezonder en fitter leven



Iedereen weet: voorkomen is beter dan genezen. En hoewel we niet alles in de hand hebben wat ons overkomt, kunnen we veel doen om onze gezondheid te beschermen en ziekten te voorkomen. We noemen dit preventie. Het online platform: DE STAP naar gezonder, helpt daarbij. Dit dynamisch platform is voortdurend in beweging, wordt steeds aangevuld, aangepast en vernieuwd. Hoe het precies zit? Karin en Marcel leggen het uit.

Karin Bierens, is projectleider bij Zorg in Oktober, Marcel van Sprang is projectleider online communicatie bij GGzE. Beiden zijn actief betrokken bij het opzetten van het platform: www.DeStapNaarGezonder.nl. Marcel: “Deze site is bestemd voor de driekwart miljoen inwoners van de Brainport-regio. Ze kunnen hier tips, activiteiten, lezingen en trainingen vinden waarmee ze aan de slag kunnen voor een gelukkiger en fitter leven. Net als veel andere organisaties in Zuidoost-Brabant zijn ook Archipel Thuis en Archipel Rinette partner geworden van dit gezonde initiatief.”

OP HET PLATFORM DE STAP NAAR GEZONDER KUNNEN INWONERS TIPS, ACTIVITEITEN EN TRAININGEN VINDEN VOOR EEN GELUKKIGER EN FITTER LEVEN.

Het platform is opgezet volgens het model Positieve Gezondheid. Positieve Gezondheid is een bepaalde kijk op gezondheid, uitgewerkt in zes dimensies. De dimensies die zijn voortgekomen uit onderzoek naar wat mensen verstaan onder gezondheid. Daarbij blijken ze



niet alleen lichamelijke gezondheid belangrijk te vinden, maar ook zingeving, meedoen, dagelijks functioneren en kwaliteit van leven. Op de homepage vormen deze zes dimensies de ‘toegang’ tot meer informatie.

Karin: “Mensen zijn niet hun aandoening. Toch focussen we daar in de zorg doorgaans wel op. Alle aandacht gaat uit naar hun klachten en gezondheidsproblemen en hoe we die kunnen oplossen. Positieve Gezondheid kiest een andere invalshoek. Het accent ligt niet op ziekte maar op veerkracht van mensen. Om die veerkracht een boost te geven kunnen ze op het platform terecht. De teksten op het platform zijn toegankelijk, helder, informatief, up-to-date, goed vindbaar en in verschillende talen beschikbaar. Wie liever luistert dan leest? De website is voorzien van een handige voorleesfunctie. ▶



Het gebruik is gratis, veilig en onafhankelijk. Dat laatste wil ik toch even benadrukken.”

Marcel: “De informatie is bestemd voor jong en oud. Als je 18 bent en niet lekker in je vel zit, of een dertiger met opvoedingsvraagstukken. Je werkt en zoekt een goede balans tussen werk en privé, of je wilt op je vijftigste eindelijk stoppen met roken. Voor elk wat wils. Je wordt er altijd wijzer van.”

VOOR OUDEREN UIT DE REGIO IS ER OP DE SITE VEEL TE VINDEN OM ZELFREDZAAMHEID TE BEHOUDEN OF TE VERBETEREN. ZO IS ER INFORMATIE OVER MANTELZORG, WONINGAANPASSINGEN EN HULPMIDDELEN.

Inwoners betrekken

Het platform is in januari 2023 de lucht ingegaan. Karin: “De start en de opzet hebben we met een aantal deelnemers verzorgd. Nu het begin er ligt, willen we meer inwonersparticipatie. Dat wil zeggen dat we vanaf nu bij iedere doorontwikkeling, bewoners uit een wijk, dorp of stad gaan betrekken bij alles wat er op de site komt. Op deze manier kunnen we optimaal aansluiten op wensen en behoeften die er leven.”

Voor ouderen uit de regio is er op de site veel te vinden om zelfredzaamheid te behouden of te

verbeteren. Zo is er informatie over mantelzorg, woningaanpassingen en hulpmiddelen die je kunt inzetten bij het aantrekken van steunkousen of het druppelen van ogen. Welk vervoer is geschikt voor senioren? Er staan sport- en bewegingsactiviteiten op, net als recepten voor gezonde voeding en mooie ervaringsverhalen. Ook voor meer aardse zaken zoals financiën en belasting is er informatie.

Marcel: “Voordat de site de lucht inging kregen we vaak de reactie: ‘Er is zoveel informatie, maar is die informatie wel te vertrouwen? Is die geschikt voor mij? Wie zit erachter? Er is overall wel wat te vinden’. ‘Er is overall wel wat’, is precies waar het hier over gaat. Wij brengen alles zorgvuldig samen en kijken of de informatie past binnen onze criteria over toegankelijkheid, veiligheid en onafhankelijkheid. Is dit het geval? Dan plaatsen we een onderwerp op de site.” ■

DE STAP naar gezonder wordt mogelijk gemaakt door een aantal organisaties die zich richten op het verbeteren van gezondheid in de Brainportregio. Het platform is een van de zogenoemde ‘doorbraak-projecten’ uit het werkplan van Vitaal in Brainport. Ruim 100 organisaties zoals huisartsengroepen, gemeenten, zorg- en welzijns- en onderwijsinstellingen, verzekeraars en bedrijven hebben zich aangesloten.

*Nieuwsgierig? Kijk en klik op:
www.DeStapNaarGezonder.nl
Tips? Mail:
info@destapnaargezonder.nl*



een jasje dat past

Sinds oktober 2022 werken Archipel Rinette en Archipel Thuis met elkaar aan het verbeteren van (thuis)zorg in het algemeen en voor hun cliënten in het bijzonder. Door de nieuwe samenwerking kan Archipel cliënten een compleet pakket bieden; vanaf de eerste ondersteuning en verpleging thuis tot welzijnsactiviteiten, maaltijden en verpleeghuiszorg als het niet anders kan. Femke de Jong, directeur-bestuurder Archipel Thuis en Archipel Rinette, Frans van den Bogaard, voorzitter Cliëntenraad VMO en Ariena Smulders, manager WMO Archipel Rinette kijken terug op de eerste maanden van de samenwerking. ▶



Frans: “Ik was nieuwsgierig hoe medewerkers van Archipel Rinette de samenvoeging hebben ervaren en heb links en rechts geïnformeerd. Resultaat? Iedereen die ik sprak was positief. Huishoudelijke hulp en individuele begeleiders hebben vaak als eerste in de gaten als het niet goed gaat met een cliënt en omdat we nu één organisatie zijn, zijn de lijntjes korter en overleg vanzelfsprekender. Dat was precies de bedoeling.”

COMMUNICATIE MET CLIËNTEN IS HET ALLERBELANGRIJKSTE WAT ER IS.

Aandacht en dichtbij

Femke: “We hebben afgelopen maanden een aantal werkgroepen in het leven geroepen waar zowel zorgmedewerkers van Archipel Thuis als van (oud) Archipel Rinette in zitten. Met elkaar bespreken we hoe we de zorg maar ook alle ondersteunende processen het beste kunnen vormgeven. Hun mening is belangrijk en wordt zeker gehoord. En nee, niet alles zal zonder slag of stoot verlopen maar één ding is zeker: collega’s zijn allemaal bereid om de schouders eronder te zetten.”



En net als de wijkverpleegkundigen van Archipel Thuis zullen ook medewerkers hulp bij huishouding en individuele begeleiders binnenkort een nieuw jasje krijgen met het nieuwe logo. Ook hierin hebben collega’s inspraak gehad. De slogan: ‘huiselijke ondersteuning dichtbij’ hebben ze zelf bedacht. De slagzin van Archipel thuis is: ‘thuiszorg met aandacht’. Voeg die twee bij elkaar en je hebt de naam van dit magazine: ‘Aandacht & Dichtbij’.”

JE KUNT ARCHIPEL RINETTE EN ARCHIPEL THUIS VERGELIJKEN MET EEN SAMENGESTELD GEZIN.

“De backoffices van Archipel Rinette en Archipel Thuis zijn nu nog gehuisvest op twee verschillende plekken, het zoeken is nu naar een gezamenlijke plek”, vervolgt Femke: “Je kunt Archipel Rinette en Archipel Thuis vergelijken met een samengesteld gezin. Het ene gezin kan bij de ander intrekken, maar toch is het vaak beter om allebei een nieuwe start te maken in een nieuw pand. En natuurlijk zijn er altijd hobbels die genomen moeten worden en loopt niet altijd alles vlekkeloos. Op 1 juni is de wijkverpleging van Zorg van Rinette officieel overgegaan naar Archipel Thuis. Telefonie en de IT-systemen werkten wat minder voortvarend mee maar uiteindelijk is alles goed gekomen.”

Frans: “Ik zeg altijd goede communicatie met cliënten is het allerbelangrijkste wat er is, maar waar mensen werken, worden ‘fouten’ gemaakt. Dat heeft gewoon tijd nodig.”



1 + 1 = 3

Ariena Smulders werkt al 43 jaar in de zorg en weet als geen ander hoe de zorg er achter de schermen uitziet maar vooral ook in de praktijk. Ariena: “Als ik terugkijk op de afgelopen maanden, moet ik eerlijk zeggen dat ik het samengaan met Archipel als een warm bad heb ervaren. Ik heb altijd gezegd $1 + 1 = 3$ en dat is met deze samenwerking zeker zo. Huishoudelijk zorg en individuele begeleiders zijn vaak de eerste zorgverleners waarmee cliënten te maken krijgen. Als ze later meer zorg nodig hebben dan is het fijn als die zorg vanuit één organisatie geleverd kan worden. Dat betekent dat collega’s van Archipel Thuis en de medewerkers van Archipel Rinette elkaar moeten weten te vinden. Dat gebeurt al doordat ze bijvoorbeeld bij elkaar in werkgroepen zitten. Dan leren ze elkaar in de praktijk kennen en dat werkt het beste. Daar heb ik alle vertrouwen in.”

Over een jaar?

Frans: “Hoe het er over een jaar uitziet? Ik denk dat de samensmelting zal zijn uitgekristalliseerd. Het samengestelde gezin zoals Femke omschreef, functioneert. Het nieuwe pand zal er zijn, medewerkers zullen trots zijn op hun werk, zullen blij zijn dat er naar hen wordt geluisterd en zullen zich een wezenlijk onderdeel voelen van de grote familie die Archipel heet.”

En als Femke vooruitkijkt?

“Ik hoop dat de verbinding tussen het werk in de wijk en intramurale zorg nog beter wordt. Dat inwoners zo vroeg mogelijk in beeld komen zodat wij kunnen inspelen op hun wensen waardoor ze zo lang mogelijk thuis kunnen blijven. Het gaat daarbij minder over zorgen ‘voor’ maar zorgen ‘dat’. Wij willen een faciliterende rol vervullen door hulpmiddelen of maaltijden aan te bieden, door technische innovaties door te voeren of door mee te bouwen aan een netwerk van oplettende buurtbewoners. We hebben met elkaar de maatschappelijke opdracht om na te denken over hoe we oud willen worden en hoe de zorg eruit moet zien. De generatie die eraan komt, houdt graag het heft in handen, wil autonomie en privacy. In de media wordt dit wel eens negatief geframed maar ik vind het vooral een positieve ontwikkeling.”

Frans: “Wat ik zeg: alles begint met communicatie.” ■



De cliëntenraad is een belangrijk onderdeel van de organisatie, die de mogelijkheid geeft om u te laten horen, en op te komen voor de belangen van de cliënten.

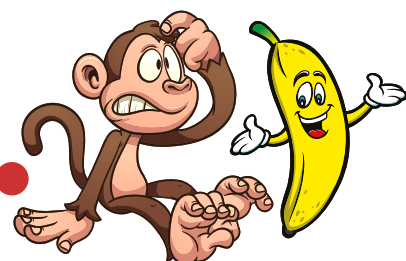
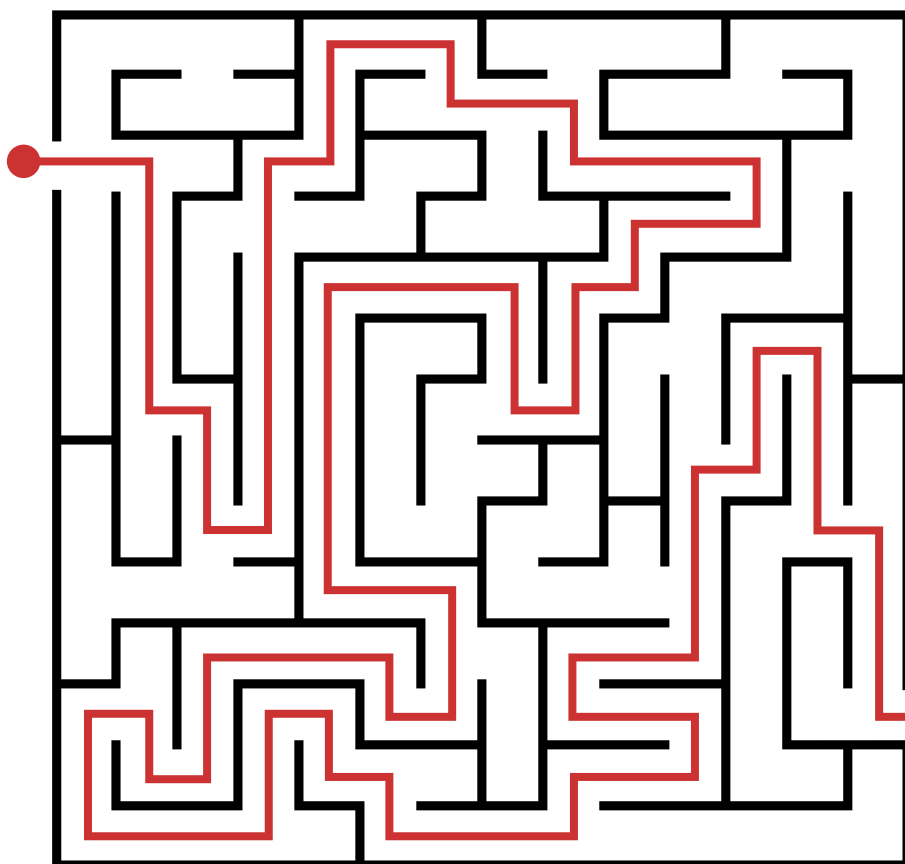
Heeft u een paar uurtjes per jaar, dan zou het fijn zijn als u lid van de cliëntenraad wil worden zodat er mensen zijn, die direct uit de praktijk kunnen meepraten.

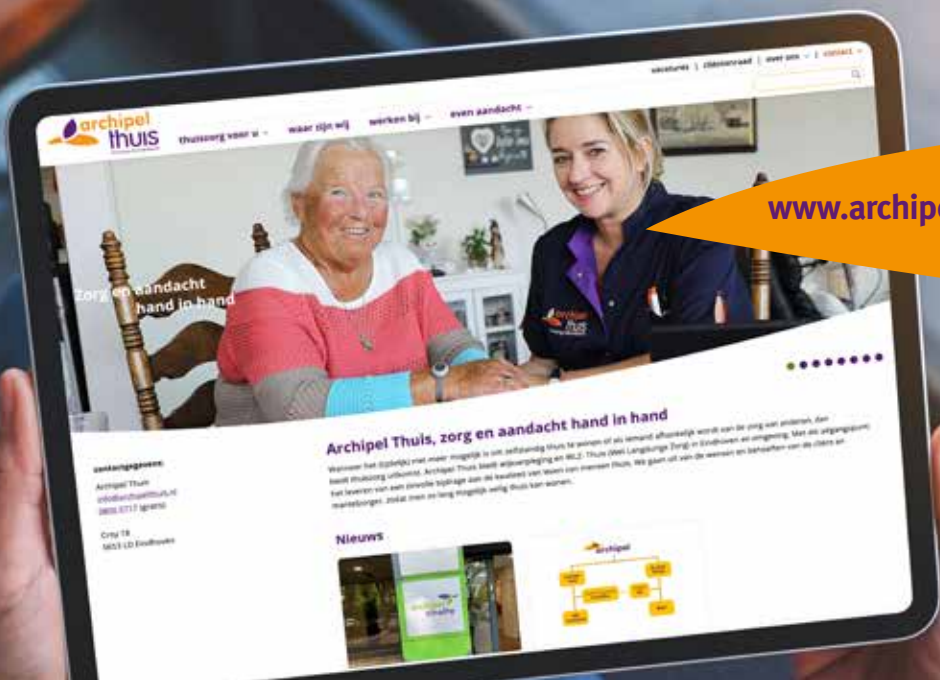
Doe mee om Archipel Rinette en/of Archipel Thuis sterke organisaties te maken. Wilt u meer informatie, stuur dan een mailtje naar info@archipelrinette.nl

puzzel oplossingen



2	1	5	3	7	9	8	6	4
9	8	6	1	2	4	3	5	7
7	3	4	8	5	6	2	1	9
4	5	2	7	8	1	6	9	3
8	6	9	5	4	3	1	7	2
3	7	1	6	9	2	4	8	5
5	2	7	4	1	8	9	3	6
6	4	8	9	3	7	5	2	1
1	9	3	2	6	5	7	4	8





www.archipelthuis.nl



Kijk eens op onze websites
voor handige informatie
en nuttige adressen



www.archipelinette.nl



kom jij met ons samenwerken?

huiselijke
ondersteuning
dichtbij

thuiszorg
met
aandacht

- werktijden in overleg
- avonden en weekenden vrij
- goed te combineren met jong gezin
- werken in de buurt
- geen diploma vereist



Wil jij huiselijke ondersteuning geven en dichtbij je cliënt staan? En werken bij jou in de buurt en op tijden dat het jou uitkomt? Kom dan als **Hulp in het Huishouden** werken bij Archipel Rinette. We zijn op zoek naar nieuwe collega's die zich thuis voelen bij deze persoonlijke manier van werken.

www.archipelrinette.nl/vacatures

Wil je aandacht geven aan jouw thuiszorg cliënt? Kom dan werken bij Archipel Thuis. We zijn op zoek naar **Helpenden Plus**, **Verzorgenden IG** en **Verpleegkundigen** die zich thuis voelen bij deze manier van werken.

www.werkenbijarchipelthuis.nl


**archipel
rinette**
huiselijke ondersteuning dichtbij


**archipel
thuis**
thuiszorg met aandacht