

zo thuis als
maar kan

de waalboog



Nieuwsbrief nr 1 • juni 2021 • Bewoners en verwanten locatie Joachim en Anna

NIEUWSBRIEF Joachim en Anna

Hierbij ontvangt u de eerste nieuwsbrief van Joachim en Anna 2021.

Dit jaar heeft u al wel een nieuwsbrief over de nieuwbouw gehad. Deze nieuwsbrief is wat breder opgesteld. Uiteraard beginnen we met de bouw. Zoals u op het terrein van Joachim en Anna kunt zien, gaat de bouw voorspoedig. We verwachten dit jaar nog de oplevering van gebouwen A en F. In gebouw A gaan cliënten van afdeling Wingerd wonen en in gebouw F komen cliënten van de huidige afdeling Magnolia.

We zijn uiteraard nu al druk bezig met allerlei randvoorwaardelijke zaken, zoals de inrichting van alle ruimtes, het uitkiezen van het meubilair en het voorbereiden van de verhuizing. Vraagstukken als 'Wat willen we mee verhuizen? Wat laten we hier? Wat willen we toevoegen?' moeten worden beantwoord. Binnen de afdelingen de Wingerd en Magnolia nemen medewerkers aan allerlei projectgroepen deel om te zorgen dat we dit zo goed mogelijk voorbereiden. Uiteraard gaan we ook zorgen dat de bewoners, eerste contactpersonen en mantelzorgers goed worden meegenomen. Zoals u zult begrijpen is het een groot project met vele verschillende vraagstukken. We liggen op koers en dat is fijn. En wat wordt het mooi! Een aantal van ons hebben al een rondleiding gehad en zijn zeer enthousiast.

Het beste nieuws is dat we nu meer dan 3 maanden Corona-vrij zijn!

Wat een enorm moeilijk anderhalf jaar hebben de bewoners, hun familie en contactpersonen gehad. Zelf ben ik lid van het Coronateam en heb ik vele mailtjes beantwoord van bewoners, familie en medewerkers over al die maatregelen die we hebben moeten treffen. De meesten waren vol begrip, maar de pijn was continu voelbaar. Een zeer heftige periode waarin ook bewoners zijn overleden en waar we met elkaar doorheen moesten. Gelukkig heb ik ook vele mooie momentjes gezien, maar overall was het een heel heftige tijd!

Met de vaccinatie van de bewoners en medewerkers komt er gelukkig steeds meer ruimte en gaat de zon letterlijk en figuurlijk weer schijnen. Laten we er met elkaar echt van genieten!

In deze nieuwsbrief wil ik graag iedereen bedanken voor het begrip, geduld en respect, in het bijzonder voor onze medewerkers die steeds weer klaar stonden om zo goed mogelijk de liefdevolle zorg te geven die de bewoners ook zo nodig hadden. Ook alle direct betrokkenen die hier op enige manier ondersteuning aan hebben geboden: BEDANKT!



Ik wens u veel leesplezier en een hele goede zomer.

Hendrik van der Wijk
clustermanager locaties Joachim en Anna en het St. Jozefklooster



Van de Cliëntenraad

Voor u ligt na toch wel een lange tijd een korte terugkoppeling van uw cliëntenraad. Wat hebben wij de afgelopen periode onder andere besproken:

Nieuwbouw Joachim en Anna

Natuurlijk de nieuwbouw, op het terrein van Joachim en Anna zie je bijna wekelijks stappen maken. Wij volgen deze bouwactiviteiten op de voet. Want voor u als bewoners moeten deze activiteiten niet leiden tot (geluids) overlast. Wij weten dat sommige bewoners het prachtig vinden en kunnen genieten, maar er zijn er ook veel die niets van de herrie moeten weten.

Met een groep medewerkers van De Waalboog is gesproken over de inrichting van de nieuwe tuin. Zij willen een natuurlijke tuin, wat past in het landschap en waarbij bewegingsattributen plek krijgen. Wij vinden het vooral belangrijk dat u als bewoner makkelijk van het ene gebouw naar bijvoorbeeld de brasserie kunt lopen. Anders dan zoals het gebouw nu is, kun je niet zomaar meer binnendoor naar de brasserie. Ook vinden wij het belangrijk dat er voldoende bankjes en zitjes zijn, waarop u met bezoek kunt gaan zitten om te genieten van het moois om u heen.

Wij houden u van de inrichting van de tuin natuurlijk op de hoogte.

Maar er is nog meer Joachim en Anna nieuws. De nieuwbouw moet natuurlijk ingericht worden en vanuit de cliëntenraad nemen Betty Verbree en Jet Jacobs deel aan de inrichtingswerkgroep. Sommigen van u hebben ook al eens proef kunnen zitten, fijn om met elkaar te kijken wat het gaat worden. De cliëntenraad vindt het erg belangrijk dat u als bewoner ook mee kunt denken over de inrichting.

Nieuwe tuin Honinghoeve

Omdat wij het net over de tuin van Joachim en Anna hebben gehad, ook nog een bericht van een andere tuin, aan de andere kant van de stad. De beleefstuin van De Honinghoeve. De Honinghoeve gaat de tuin aanpassen. De tuin moet voor de bewoners aantrekkelijker gemaakt worden. Dit willen ze doen door thematuinen aan te leggen, en meer planten, struiken en bomen te plaatsen. De Honinghoeve heeft een actie in het leven geroepen om geld te doneren. Maar misschien heeft u wel prachtige planten of grassen in uw eigen tuin en wilt u deze kwijt, dan kunt u contact opnemen met de projectgroep tuin van De Honinghoeve.

Rookbeleid

Wij hebben het met de raad van bestuur gehad over het rookbeleid. De Waalboog wil in 2023 rookvrij zijn. De cliëntenraad is van mening dat wij tegen cliënten die hun hele leven lang hebben gerookt niet mogen en kunnen zeggen, 'u woont bij De Waalboog, het roken is nu verboden'. Wij vinden daarom dat iedere cliënt die wil roken daarvoor van een droge en veilige ruimte gebruik moet kunnen maken. Maar dit mag nooit overlast geven aan medebewoners en medewerkers. Roken zal dan moeten in een speciale buitenruimte, die ook geschikt zal zijn voor bedlegerige cliënten.

Aanbod TV-zenders

De cliëntenraad heeft een beslissing genomen over het zenderpakket m.b.t. televisiezenders. Wij hebben voor de goedkoopste variant gekozen, zonder internet. U moet namelijk deze extra kosten zelf betalen (TV- kosten) aan De Waalboog. Maakt u gebruik van digitenne dan zal er geen afrekening plaatsvinden met De Waalboog. Wel hebben wij aangegeven dat er beslist een goede wifverbinding moet zijn in de gezamenlijke ruimtes, in alle locaties van De Waalboog.

Corona

Natuurlijk is er ook veelvuldig gesproken over de situatie rondom de Coronacrisis. De laatste weken gaat het erg goed. Bijna iedereen binnen De Waalboog heeft het vaccin gekregen.

Een bijzondere plek hebben toch wel het Sint Jozefklooster en de Bosweg: daar is in de hele coronaperiode geen enkele keer een Coronabesmetting geweest! Een dikke pluim voor bewoners, bezoekers en medewerkers! Wij hebben daarom ook aangegeven aan de

raad van bestuur dat er, zeker met het oog op de zomer en warme dagen, nog meer 'op maat' maatregelen genomen moeten worden. Balkons moeten opengesteld worden als mensen daar graag willen zitten.

Nieuwe locaties

Wellicht heeft u al eerder gelezen waar De Waalboog her en der in de stad nieuwe locaties wil gaan ontwikkelen. Dat zijn: een locatie op de Vossenlaan, op de Sint Agnetenweg en in de tuin van het Sint Jozefklooster. De Vossenlaan en de Sint Agnetenweg zijn twee nieuwe locaties. Als wij hierover meer aan u hebben te melden, zullen wij dit zeker doen.

De cliëntenraad heeft al verschillende malen met de raad van bestuur gesproken over het Sint Jozefklooster. Dit klooster is in 2019 verkocht en De Waalboog mag het enkele jaren huren met een mogelijke verlenging (2024). In het klooster woonden tot voor kort paters en broeders en bewoners van De Waalboog samen. De geestelijken zijn de afgelopen maanden verhuisd naar andere locaties en nu wonen er nog ongeveer 21 cliënten van De Waalboog. De eigenaar heeft samen met De Waalboog een plan om in de tuin een nieuw verzorgingscentrum te zetten, waar de huidige bewoners dan naar toe verhuizen.

Op dit moment maken nog maar weinig bewoners gebruik van het zeer grote pand, daarom wil de bestuurder aanpassingen gaan verrichten. De cliëntenraad is samen met bewoners aan het bekijken wat deze aanpassingen voor die bewoners gaan betekenen en wij zoeken samen naar de beste oplossingen. Wij houden u ook van deze ontwikkelingen op de hoogte.

*Een Zonnestraal kunnen wij allemaal gebruiken
Ieder mens vindt dat fijn Liefde van de Zon kan ons zoveel meer brengen!!*

Graag wensen wij u een mooie zomer toe!
Vincent, Betty, Wytze, Jet, Jenny, Agaath en Tineke

Nieuws vanuit de Bewonersraad

De cliëntenraad van De Waalboog heeft vorig jaar bewonersraden voor de vier verschillende locaties van De Waalboog opgericht. Het doel van deze raden is dat de bewoners onderwerpen die voor hen belangrijk zijn naar voren brengen bij de clustermanager. Onderwerpen zoals zaken rondom de bouw, de verhuizing, het eten, het personeelsverloop, activiteiten en hygiëne kwamen in deze vergaderingen ter sprake.

Deze bewonersraadvergaderingen worden vier keer per jaar gehouden. Door de coronacrisis is de raad vorig jaar slechts één keer bij elkaar gekomen en dit jaar tot nu toe twee keer. De voorzitter van de bewonersraad is Hendrik van der Wijk, de clustermanager van Joachim en Anna. Namens de cliëntenraad nemen Betty Verbree en Jet Jacobs deel.

Hendrik beloofde in de eerste vergadering, in september 2020, na opmerkingen die vooral werden gemaakt door een bewoner van de Bosweg, een aantal verbeteringen. Deze liet hij in de weken erna direct uitvoeren. Over wat goed gaat werd

eveneens uitgebreid van mening gewisseld in deze vergaderingen. En zoals Hendrik al aangaf in de eerste bijeenkomst: "Het moet geen klachtenuurtje worden". De derde vergadering van de bewonersraad was op 10 juni jl. Door omstandigheden waren er slechts twee bewoners aanwezig; beide van afdeling Magnolia.

De beide bewoners brachten deze middag vooral een aantal onderwerpen ter sprake die met de aanstaande verhuizing te maken hebben. Voor hen een spannende tijd en zij volgen de bouw op de voet. Zij waren al op de hoogte in welke appartementen zij komen te wonen en zij verheugen zich daar erg op. Daarbij lieten zij blijken het geweldig te vinden dat zij mee hadden mogen kiezen wat betreft het interieur. Vooral het proefzitten in de stoelen was een mooie ervaring. Ook verheugen zij zich op een andere manier van koken in deze nieuwe woningen. De volgende keer, 9 september, hopen we met de vier bewoners een gezamenlijke foto te maken voor de tweede nieuwsbrief van Joachim en Anna en dan zullen we de leden uitgebreid aan u voorstellen.

Jet Jacobs, lid van de cliëntenraad



Ingezonden

Wat ben ik trots op ons!

Wat ben ik trots op ons. Niet alleen weten we begin Corona samen een eerste quarantaineafdeling in no time neer te zetten, we schakelen net zo makkelijk meermaals weer terug naar het werken op onze afdeling de Brug. Sinds begin vorig jaar wordt er veel gevraagd van ons allen, ook wij zijn hierin niet bijzonder. Wat ons wel bijzonder maakt is het doorzettingsvermogen, onze kracht, onze teamspirit en onze energie. Daarmee doen wij niet af aan al onze geweldige collega's van De Waalboog.

Maar ik wil het wel graag even gezegd hebben: wat ben ik trots op ons!

Marieke van Neerven
maatschappelijk zorgende afdeling de Brug



Dag van de zorg

Werken in de zorgsector is altijd een rollercoaster, maar het afgelopen jaar werd dat wel heel duidelijk zichtbaar. Zorgprofessionals hebben een enorme veerkracht laten zien. Ondanks moeilijke omstandigheden slagen ze er altijd weer in om met veel creativiteit en flexibiliteit, persoonlijke en warme zorg te bieden.

Daar zijn we bij De Waalboog heel trots op en zeker op de jaarlijkse 'Dag van de Zorg' op 12 mei was een welgemeend bedankje zeker op zijn plaats.

De medewerkers en vrijwilligers werden deze dag op een voetstuk geplaatst en ontvingen een leuk en kleurrijk presentje.



Voortgang nieuwbouw

De eerste nieuwe gebouwen van Joachim en Anna krijgen steeds meer en meer vorm. Beide gebouwen hebben inmiddels het hoogste punt bereikt en het metselwerk is grotendeels gereed. Nu is de aannemer ook binnen bezig. Om u van alle ontwikkelingen op de hoogte te stellen bundelen we alle informatie over de nieuwbouw in de speciale Nieuwbouw-nieuwsbrief die in juli zal verschijnen.



Oranjefonds geeft zomerprogramma extra impuls

Met een mooie bijdrage van maar liefst € 3.500,- van het Oranjefonds kunnen we deze zomer wat extra leuke activiteiten organiseren. Met dit bedrag kunnen we 'Pizza on Wheels' opnieuw uitnodigen om op alle locaties langs te komen en ter plekke hun overheerlijke én versbereide pizza's voor de bewoners te bakken. Die sfeervolle middagen beloven veel lekkers!

Bij Joachim en Anna komt 'Pizza on Wheels' op dinsdag 17 augustus. Houd de aanplakbiljetten in de gaten!



Zomerbezetting

De zomer staat voor de deur. Dit betekent dat velen genieten van een welverdiende vakantie. Ook onze medewerkers, vrijwilligers en mantelzorgers gaan genieten van een welverdiende vakantie. Om te borgen dat de zorg gewoon door blijft gaan, komen vakantiekrachten ons ondersteunen. Zij zijn breed inzetbaar en worden goed ingewerkt, maar voor u en uw familie en bekenden betekent het meer nieuwe gezichten op de afdeling / woning dan gebruikelijk.

We hebben verschillende maatregelen/ scenario's op papier gezet om de zorg te kunnen blijven continueren, ook in tijden van krapte. Zo kan het voorkomen dat er uitzendkrachten worden ingezet in tijden van ziekte of dat medewerkers, die nu niet in de zorg werken maar wel een zorgachtergrond hebben, ingezet worden. Uiteraard willen wij tijdens deze zomerperiode het 'Zo thuis als maar kan' gevoel vasthouden. In deze periode kan dit echter soms meer moeite kosten en daarvoor vragen wij uw begrip.

Ook u kunt helpen

Ook aan familie/bekenden van bewoners vragen we, waar u dat kunt, een helpende hand te bieden. Dat kan al met kleine dingen. Een extra bezoekje, bij uw bezoek ook aandacht voor de medebewoners van uw naaste. Als uw naaste graag deel neemt aan de centrale activiteiten in de hal of brasserie, dan is het fijn als u zelf mee kunt als begeleider. Zeker in de weekenden is dat wenselijk.

Het is prettig om de zorg samen te delen en zo samen de vakantieperiode weer goed door te komen.

Wij hopen uw familieleden en bekenden vaak te kunnen verwelkomen. En gaat u zelf ook op vakantie: veel plezier en kom gezond weer terug! We verwachten dat u de coronamaatregelen ook op vakantie/ in het buitenland goed naleeft. We zijn benieuwd naar uw verhalen.

Senioren TV afdelingen Iris en Waterlelie

Voor de bewoners van afdeling Iris en Waterlelie waren wij op zoek naar nostalgie in beeld en geluid. Anders dan in veel gevallen, specifiek aangepaste programmering afgestemd op bewoners met dementie. We zijn terechtgekomen bij Stichting Geheugenvenster.

Wat is senioren tv?

Dit is een tv met een dementievriendelijk 24-uurs dag- en nachtprogramma met onder andere herkenbare liedjes, natuurbeelden en amusement van vroeger én aangepaste beelden welke rekening houden met de beleving en prikkelverwerking van mensen met dementie. De beelden en programmering zijn afgestemd op het dagritme en de dagstructuur binnen de zorglocatie. Ook 's nachts wordt het programma met succes ingezet om onrust en nachtelijk dwalen te verminderen. Het 24-uursprogramma wordt dagelijks bijgewerkt en is dus elke dag anders. Daarnaast kan het kanaal op ieder gewenst moment van de dag met de afstandsbediening worden onderbroken om een gezamenlijke activiteit te doen in de huiskamer, ter afleiding bij agitatie/onrust of ter verlichting tijdens de dienstwisseling.

De Senioren TV heeft een groot aanbod aan nostalgische muziek en amusement van vroeger (ruim 12.000 muziek- en beeldfragmenten). Je hebt keuze uit meer dan 600 gevarieerde on-demand activiteiten (zoals beweegoefeningen, meezingliedjes, humor, herinneringsmateriaal, beleven, natuur, themagesprekken en nog meer). Ook kan je eigen filmpjes en video's toevoegen. Een aanwinst voor de afdelingen. Het heeft een erg gunstig effect op onze bewoners en kan in heel veel gevallen worden ingezet. Dr. Anneke van der Plaats,

geriater, gespecialiseerd in hersenkunde, heeft Senioren TV samen ontwikkeld met Stichting Geheugenvenster. Door haar ervaring en inspraak is het mede een succes. De bewoners van afdeling Iris en Waterlelie genieten hier elke dag van. Hieronder ziet u een foto van de Senioren TV en de onderwerpen die u kunt kiezen, buiten het 24-uurs programma om.

Amanda Janssen
eerst verantwoordelijke verzorgende
afdeling Iris



Magnolia wil zorg steeds verbeteren

We willen de zorg voor bewoners steeds verbeteren. Zorgteams kijken daarbij zelf naar welke mogelijkheden zij zien en wat dat bewoners op kan leveren. Zo is ook het zorgteam van de Magnolia aan de slag gegaan.

Wij werken waar mensen wonen

De nieuwbouw voor onze bewoners komt er aan. Met dat vooruitzicht kijken we naar verbetermogelijkheden, zoals een betere inrichting van de "woonmilieus" bijvoorbeeld. In een gezamenlijke bijeenkomst hebben we hier met elkaar goed over gesproken. We hebben bewust voor een positieve insteek gekozen en zo ook naar elkaars kwaliteiten gekeken. Ook hebben we nog eens besproken dat wij werken waar mensen wonen. Iedereen was heel betrokken en dacht enthousiast mee. We kijken naar wat goed gaat en we

mee willen nemen naar de nieuwbouw (denk hierbij aan benaderingswijze, dagbesteding, etc.). Ook kijken we naar wat er minder goed gaat of minder goed aansluit bij de behoeften van bewoners. Dat laten we straks achter.

Proeftuintjes

Ook zijn we bezig met "proeftuintjes". In een proeftuintje mag je een goed idee uitproberen. Dit gaan we dan wel systematisch evalueren en waar nodig bijsturen of aanpassen. Als een medewerker een goed idee voor een proeftuintje heeft, bespreken we dit met onze coach. Zij houdt overzicht en kijkt naar de evaluatie en stuurt waar nodig bij.

Margot van Baren
eerst verantwoordelijke verzorgende
afdeling Magnolia



Waalboog behaalt Prezokeurmerk voor zorg voor jonge mensen met dementie

De Waalboog heeft jarenlange ervaring in de zorg voor en behandeling van jonge mensen met dementie. Deze aanpak en de expertise die dat vereist is nu bekroond met de erkenning van het landelijke Prezokeurmerk. Zorg voor jonge mensen met dementie is substantieel anders dan die voor ouderen met dementie. In Nederland zijn er naar schatting 15.000 mensen met dementie die jonger zijn dan 65 jaar. Landelijk zijn er slechts zeven instellingen die dit keurmerk mogen dragen. In de regio Arnhem – Nijmegen is De Waalboog de enige.

Op 1 juni overhandigde Rita Arts, raad van bestuur, tijdens een klein feestelijk moment het bij het keurmerk behorende schild aan de betrokken zorgmedewerkers en leden van het expertteam. Met hun inzet en de drive om de zorg voor jonge mensen met dementie te blijven verbeteren, hebben we dit keurmerk kunnen behalen. Die ochtend kregen de medewerkers, bewoners van de Bosweg en bezoekers van de dagbehandeling al een lekker gebakje om stil te staan bij deze mijlpaal. Maar belangrijker dan het schild

en het gebakje is dat wat de bewoners en bezoekers van de dagbehandeling én hun naasten er van merken.

Dagbehandeling, woonomgeving en ondersteuning netwerk
De Waalboog biedt voor thuiswonende mensen die op jonge leeftijd dementie ontwikkelen een speciale dagbehandeling aan bij dagbehandeling de Boog. Uit de wijde regio komen hier mensen naartoe. Ook aan naasten bieden we speciale ondersteuning, want het is heel zwaar als je nog vol in het leven staat en jij of je partner krijgt ineens met dementie te maken. Als thuis wonen echt niet meer gaat, dan biedt De Waalboog een speciaal op deze mensen ingestelde woonomgeving. In kleinschalige woongroepen leven zij in verschillende leefmilieus met elkaar samen op onze fraaie locatie Bosweg 250, op het terrein van Expertisecentrum Joachim en Anna.

Koploper in omgaan met probleemgedrag FTD (Frontotemporale dementie) is één van de veelvoorkomende vormen van dementie

die zich op jongere leeftijd voordoet. Problemen met het geheugen staan vaak niet op de voorgrond. Het geheugen kan zelfs nog redelijk goed zijn. Meestal vallen onverklaarbare veranderingen in het gedrag op. Binnen De Waalboog hebben we ons in de zorg voor en behandeling van deze mensen verder gespecialiseerd en onderzoek hiernaar gedaan. Hierdoor zijn we koploper in de regio in het omgaan met mensen met FTD en het hanteren van bijkomend probleemgedrag. Leden van het expertteam hebben hiervoor een succesvolle behandelvorm voor ontwikkeld: 'Focussen'. Hierbij helpen we cliënten om niet-belangrijke prikkels uit te sluiten en de aandacht te verschuiven naar de prikkels die voor de specifieke cliënt het beste werken. Ook mantelzorgers hebben baat bij onze uitleg en tips.

Slim incontinentiemateriaal

De afgelopen 2 jaar zijn we op locaties De Honinghoeve en Joachim en Anna met een innovatieproject bezig over het inzetten van slim incontinentiemateriaal. En zijn 3 testen geweest met verschillende leveranciers van slim incontinentiemateriaal; hier wordt aan het eind van de zomer een keuze uit gemaakt.

Slim incontinentiemateriaal houdt in dat er in het incontinentiemateriaal een detectiestrip wordt geplaatst met een clip die verbonden is aan een app op de telefoon. De clip detecteert of er urine in de inco zit en of de bewoner verschoond moet worden. De app op de telefoon geeft hier dan een melding van. Daarnaast laat de app ook zien of een bewoner helemaal niet urineert, zodat daar actie op ondernomen kan worden.

Het voordeel van dit systeem is:

- minder natte bedden;
- minder natte kleding;
- minder verschooningsmomenten op een dag en in de nacht;
- minder overlast voor de bewoner, waardoor een hoger welbevinden;
- controle op of het juiste materiaal wordt ingezet.

Sharon Janssen
verpleegkundige
KSW PG1
De Honinghoeve



Kerkelijke zangmiddagen



Tot aan de Corona-stop was er elke laatste donderdagmiddag van de maand een zangmiddag in de kapel (nu Arcadezaal). Het was zingen met en voor bewoners en met een groep vrijwilligsters organiseerden we deze middagen. Aanvankelijk opgezet als protestantse zangmiddag, werd het na verloop van tijd een kerkelijke zangmiddag, omdat er zowel protestantse als katholieke liederen werden gezongen. De opzet was eenvoudig: met elkaar (oude) kerkelijke liederen zingen en naar een gedicht en orgelmuziek luisteren. Bewoners luisterden en zongen ook mee.

Wij, de vrijwilligsters, hebben het altijd fijn gevonden om dit te doen; we kijken er dan ook met veel voldoening op terug. Ja, het is terugkijken, want de kerkelijke zangmiddagen zijn gestopt. Een belangrijke reden hiervoor is dat we

allemaal ouder worden (70+,75+,80+) en dat de gezondheid gaat haperen. En afgelopen jaar moesten we afscheid nemen van twee leden van onze groep.

We denken dat dit een goed besluit is, maar het stemt ook weemoedig. Aan alles komt nu eenmaal een einde. Of om het met Prediker te zeggen: "Er is voor alles een tijd onder de zon."

Nogmaals, we kijken met voldoening en dankbaarheid terug op de zangmiddagen. We zijn dankbaar voor het vertrouwen en de medewerking die we kregen bij Joachim en Anna. Het is een mooie tijd geweest!!

Namens de werkgroep kerkelijke zangmiddagen
Ria, Ulla, Wijna, Adri, Corrie en Nelly

Samen verbonden

Het is weer heerlijk zomer geworden. De tijd van verplicht binnen zitten, contacten beperken, afstand houden is versoepeld. Het sociale leven komt ook binnen De Waalboog weer op een meer normale manier op gang. Deze coronaperiode hebben we geleerd dat we als mensen door en door afhankelijk en verbonden met elkaar en de natuur zijn. Samen zijn we sterk maar ook kwetsbaar. Om goed te kunnen leven redden we het samen of we redden het niet.

Dat doet mij denken aan een verhaaltje van Iris Boter met als titel **TWEE**

'Waarom hebben we eigenlijk twee handen mama?', vraagt Ella. 'Dat is makkelijker' zegt mama. 'Probeer maar eens om met één hand dit potje jam open te krijgen'. Ella probeert het. Het lukt niet. 'En waarom hebben we twee voeten?' vraagt ze. 'Je kunt toch ook hinkelen?' 'Dat kan', zegt mama. 'Maar je gaat lang niet zo snel en je wordt er heel moe van.' 'En waarom hebben we twee ogen? Met één kun je toch ook prima zien?' 'Dat wel', zegt mama. 'Maar met twee gaat het beter. Dan kun je zien hoe ver iets is.'

'En waarom hebben we twee oren?' 'Ook dat is beter dan een. Met twee kun je horen waar het geluid vandaan komt. 'En waarom hebben we twee neusgaten? En twee longen?' 'Met twee gaat alles gewoon net iets beter', zegt mam. 'Maar mam?' vraagt Ella, 'waarom hebben we dan maar één hart?' 'Ha, dat is een goeie. Met één kun je best leven, dat gaat prima. Maar als je iemand vindt om mee samen te leven, iemand met een hart, dan gaat het vaak beter. Samen is fijner.'
(Uit *Open Deur*, maandblad over geloven en leven, juni 2020)

Vaak ben ik geroerd als ik zie hoe bewoners, familie, vrijwilligers, medewerkers met hart voor elkaar, ook in moeilijke omstandigheden, verbonden willen zijn. Ik word ik dankzij mijn verbondenheid met andere mensen, dieren en de kosmos. We leven allemaal in een mooi maar ook kwetsbaar netwerk van geven en ontvangen.

Allemaal een heel fijne zomerperiode gewenst met veel menslievende verbondenheid.

Ad Römken, geestelijk verzorger



Extreme warmte

De zomer is in aantocht. En zoals we gemerkt hebben in voorgaande jaren, kunnen de temperaturen in Nederland oplopen tot tropische waarden. Binnen De Waalboog treedt bij extreme temperaturen het hitteprotocol in werking, waarbij het Nationaal Hitteplan leidend is. We nemen verschillende maatregelen om de locaties zo koel mogelijk te houden om het voor u zo aangenaam mogelijk te maken. Waar nodig worden aanvullende maatregelen getroffen, zoals extra airco's of ventilatoren. Deze aanvullende maatregelen helpen,

maar nemen niet weg dat het op sommige plekken warm kan worden bij langdurige hitte. Medewerkers op de zorgafdelingen nemen uiteraard ook maatregelen om de belasting voor u zoveel mogelijk te beperken. Zo worden er af en toe ijsjes uitgedeeld, of wordt tussendoor bouillon gegeven om het zoutgehalte op peil te houden. Ook passen we waar nodig het activiteitenprogramma aan. Verder nemen we maatregelen ten aanzien van bewonerszorg zoals het gebruik van beddengoed, wassen van bewoners, kleding en medicijnbeleid.

Tips om de hitte te doorstaan:

- Drink voldoende. Drink 2 liter vocht per dag (vermijd alcohol). Het liefst zoveel mogelijk water drinken.
- Vermijd inspanning vooral tussen 12.00 en 16.00 uur, de warmste uren van de dag.
- Blijf uit de hitte. Blijf binnen of in ieder geval in de schaduw tussen 12.00 uur en 16.00 uur, de warmste uren van de dag.
- Zorg voor koelte. Laat de zonwering zakken en/of doe de gordijnen dicht van de (slaap) kamer(s) die veel zon krijgt. Doe ook de ramen dicht als het buiten warmer is dan binnen (overdag) en zet ze open als het buiten koeler is ('s nachts en vroeg in de morgen). Leg af en toe een koude handdoek in uw nek.

Voor vragen en/of tips kunt u altijd terecht bij de eerst verantwoordelijke verzorgende (EVV-er).



Verbeterprogramma omgaan met complex gedrag



Binnen De Waalboog zijn we al enige tijd bezig met een verbeterprogramma 'omgaan met complex gedrag'. Eén van de onderdelen van dit programma is dat we alle zorgmedewerkers willen gaan trainen in de methode 'Focussen', dit is een nieuwe methode binnen de verpleeghuiszorg. Sommige bewoners kunnen sterk reageren op prikkels uit hun omgeving. We trainen medewerkers om dit ontremde gedrag te volgen en te sturen. Daarmee focussen we samen met de bewoner op een prikkel. Dat brengt hen weer tot rust, wat prettig is voor alle bewoners maar ook voor medebewoners. Deze training is ontwikkeld in een onderzoek van De Waalboog en de Radboud Universiteit. We hebben er voor gekozen om eerst het kernteam te scholen, zodat het kernteam de rest van het team kan gaan scholen. Op 7 juni zijn we begonnen met de eerste groep; medewerkers van de afdelingen de Brug en Bosweg A (locatie Joachim en Anna). De groep kreeg een driedaagse scholing aangeboden. De eerste dag maakten we kennis met de verschillende onderdelen van de methode.

Op de tweede dag werd uitgelegd hoe je de middelen van Focussen in de praktijk kan brengen en op de derde dag ging het vooral over het veranderen van ons eigen gedrag als zorgmedewerker. We bespraken die dag hoe je elkaar hierin kunt ondersteunen. We zaten met 12 mensen bij elkaar en hebben naast de nodige theoriebesprekingen een heleboel kunnen oefenen. De cursisten gaven aan een hele nieuwe manier aangeboden te hebben gekregen om te kijken naar moeilijk gedrag. De methode lijkt ook een aantal tools in zich te hebben om met elkaar bespreekbaar te maken hoe je zaken nu aanpakt en hoe je dat eventueel op een andere manier kan gaan doen. Termen die terugkwamen in de evaluatie waren inspirerend en enthousiasmerend. We kijken terug op een geslaagde eerste training en kijken nu al uit naar de volgende groep die we gaan trainen.

Elly Prins
GZ-psycholoog De Waalboog

Duofiets

Er samen er op uit!

Geniet samen van de zomer en trek eropuit met onze duofiets. Deze speciale fiets met trapondersteuning biedt mantelzorgers, vrijwilligers en medewerkers de mogelijkheid om samen met bewoners een fietstocht te maken. Een bewoner van locatie Bosweg had wel zin om weer eens te fietsen in de mooie natuur maar kan dit niet alleen. “En toevallig dat een begeleider mij vroeg of ik het leuk vond om een keer mee te gaan fietsen op de duofiets. Ik was dolgelukkig!” Samen zijn ze richting Groesbeek vertrokken en hebben onderweg genoten van een kop cappuccino, een gebakje én het mooie weer.

Heeft u ook zin om een fietstochtje te maken door de omgeving? Er zijn duofietsen beschikbaar op alle locaties (De Honinghoeve en het Sint Jozefklooster delen één duofiets). De fiets mag door iedereen gebruikt worden, bewoners natuurlijk met begeleiding.

Voordat u de fiets in gebruik neemt, is het belangrijk dat u op de hoogte bent van de instructies en een proefles heeft gevolgd. Inschrijven kan bij de bewegingstherapeuten van de locatie; Joachim en Anna: Karin van Wezel, telefoonnummer 024 – 382 6376 - Nijevelt: Marianne Kempkens, telefoonnummer 024 – 382 5184 - De Honinghoeve en het Sint Jozefklooster: Marja Lentjes, telefoonnummer 024 - 371 1443.



Deze nieuwsbrief is een uitgave voor bewoners en verwanten, vrijwilligers en medewerkers van locatie Joachim en Anna

Gemaakt door locatie Joachim en Anna

Vragen of suggesties?
Mieke van Driel - m.vandriel@waalboog.nl

zo thuis als
maar kan | **de waalboog**