

Cardia MAGAZINE

DEC 2024

De waardevolle rol van mantelzorgers

Hof van Kerstanje geopend

Wie is voor u een engel?

Thema:

Warmte en gezelligheid

INHOUD

Terugblikken en vooruitkijken



Beste lezers,

In deze donkere dagen voor kerst is voor dit cliëntenmagazine gekozen voor het thema 'warmte en gezelligheid'. Ik hoorde pas dat tuincentra steeds vroeger in het seizoen kerstartikelen verkopen. De verklaring hiervoor ligt in de buitenwereld: die wordt letterlijk en figuurlijk als guur en donker ervaren. Juist dan zoeken mensen naar licht en gezelligheid. In dit magazine komt u veel sfeervolle en persoonlijke verhalen tegen.

Het einde van het jaar is ook een mooi moment om terug te kijken. We zijn dankbaar voor positieve ontwikkelingen. Cardia is financieel gezond en kan daardoor inspelen op de toenemende vraag naar ouderenzorg. Het zojuist geopende Hof van Kerstanje is een unieke woonzorglocatie voor mensen met dementie in Rijswijk. Ook zagen we groei in de thuiszorg: van huishoudelijke hulp, Volledig Pakket Thuis (VPT), ontmoetingscentra tot casemanagement. Deze ondersteuning helpt echt om ouderen verantwoord thuis te laten wonen.

Op het gebied van verduurzaming konden we mooie stappen zetten. Zoals bijvoorbeeld de afname van het gasverbruik in de locaties en het terugdringen van voedselverspilling in onze restaurants. Ook hebben we geïnvesteerd in goede samenwerking met andere zorgorganisaties. Na het aanmeldpunt Scheveningen en casemanagement voor heel Den Haag, gaat binnenkort ook een aanmeldpunt wijkverpleging Haaglanden van start.

Natuurlijk waren er in 2024 ook zorgen. De complexiteit van zorg neemt toe in onze verpleeghuizen. Dit vraagt om een andere personele bezetting. Helaas konden we niet alle vacatures invullen mede vanwege de krappe arbeidsmarkt. Hierdoor moesten we vaker dan gewenst een beroep doen op flexmedewerkers. Wij hopen dat ZZP-ers na 1 januari 2025 vanwege gewijzigde regelgeving gaan kiezen voor een vast dienstverband. Kwalitatieve zorg is immers echt gebaat bij vaste gezichten en stabiele teams.

Onze plannen voor 2025 zijn inmiddels ook gereed. Deze voornemens zijn afgestemd met de cliëntenraden. In het volgende magazine informeren wij u graag over onze plannen.

Tot slot dank ik u voor het vertrouwen in Cardia in het afgelopen jaar. Ik wens u gezegende kerstdagen toe!

Hartelijke groeten,
Henriëtte Bertels



Kanjers aan het werk in Hof van Kerstanje

04



Esther en Puck brengen gezelligheid in Onderwatershof

18



"Ik vind het fijn om voor mensen een lichtpuntje te zijn"

16



Het Vriendenfonds heeft een nieuw bestuur

36

- 03 Van het bestuur
- 04 Hoera! Hof van Kerstanje is open
- 07 Nieuwe website Cardia
- 08 Meneer Bos voelt zich een gezegend mens
- 10 Innovatie in de zorg
- 12 Mantelzorg
- 14 Een leven vol liefde en avontuur
- 16 Roos werkt met hart voor zorg
- 18 Vrijwilliger in het zonnetje
- 20 Inspiratie
- 21 Wie is voor u een engel?
- 24 Ontmoetingscentra
- 27 Vrijwilliger aan het woord
- 30 (oud-)medewerker in het zonnetje
- 33 Van de Cliëntenraad
- 34 Tabitha - Haags Ontmoeten
- 36 Cardia Vriendenfonds
- 39 Medewerkers in het zonnetje
- 41 Puzzels
- 43 Cardia klantenbureau
- 44 Vacatures

Colofon

UITGAVE | Cardia Magazine verschijnt 3 x per jaar en is een uitgave van Stichting Cardia.
www.cardia.nl

REDACTIE |
communicatie@cardia.nl
Diana Boerefijn
Eline Breedijk
Sandra Guit
Merel Lelivelt
Hanny van der Stelt
Famke Wesselman

ONTWERP, DRUK EN VERSPREIDING |
Reclamebureau
christiaanhoogeveen.nl

COPYRIGHT | Cardia kan op generlei wijze aansprakelijk worden gesteld voor eventueel geleden schade door foutieve vermelding in

het Cardia magazine. Niets uit deze uitgave mag worden veeveelvoudigd of openbaar worden gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm of welke andere wijze dan ook zonder vooraf schriftelijke toestemming van de redactie.

Hoera! Hof van Kerstanje is open!

Het is zover: Hof van Kerstanje is open. Op 1 november ontvingen de eerste bewoners de sleutel van hun studio in deze nieuwe locatie in RijswijkBuiten. Voorafgaand aan die feestelijke dag vierden wij op 1 oktober de oplevering van het pand. En op 23 oktober was er een open huis voor toekomstige bewoners en medewerkers, hun familie, bewoners uit de wijk en andere belangstellenden.

1 oktober: officiële oplevering van het pand

Op 1 oktober kreeg Cardia de sleutels van onze moderne nieuwe locatie in RijswijkBuiten. De oplevering werd gevierd met bouwbedrijf Dura Vermeer Bouw Zuid West en de eigenaar van het pand, het Bouwinvest Healthcare Fund. Ook wethouders van de gemeente Rijswijk waren aanwezig.

De wethouder en directieleden Dura Vermeer en BouwInvest plantten samen met Annelies Kloppenborg, manager Wonen & Zorg bij Cardia, een kastanjeboom in de tuin van Hof van Kerstanje. Een symbolisch gebaar om de prettige samenwerking te onderstrepen.



23 oktober: open huis

Om wijkbewoners en andere belangstellenden te laten kennismaken met Hof van Kerstanje, organiseerden we op woensdagavond 23 oktober een open huis. Iedereen die meer wilde weten over Hof van Kerstanje of gewoon binnen een kijkje wilde nemen, was welkom. Veel mensen maakten gebruik van onze uitnodiging; het open huis was zeer goed bezocht! Met een kopje koffie en wat lekkers, konden bezoekers al hun vragen stellen. Ook waren er rondleidingen en kon men een modelstudio van binnen bekijken.



1 november: de eerste bewoners ontvangen de sleutel

Vrijdag 1 november was een feestelijke dag in Hof van Kerstanje: de eerste 22 bewoners kregen de sleutel van hun nieuwe studio.

Mevrouw Til Pennock was de eerste die zich inschreef voor een studio in Hof van Kerstanje, en kreeg op 1 november ook als eerste de sleutel. Ze kijkt erg uit naar het wonen in Hof van Kerstanje. "Natuurlijk is het best een hele overgang. Maar voor mij is het alleen maar goed. Ik doe nog veel zelf. Zo blijf ik hier zelf mijn was doen, ik neem mijn eigen wasmachine en droger mee. Het allerbelangrijkste is dat ik hier onder de mensen ben. En dat ik de begeleiding en ondersteuning krijg die ik nodig heb. Heel fijn!"

Ook Ton Wijsman kreeg op 1 november de sleutel van zijn nieuwe woning. "Ik kijk er naar uit om hier te gaan wonen. Ik heb mijn onderbuurman al ontmoet. En kijk eens wat een uitzicht! Ik kan hier vandaan de torens van de Nieuwe Kerk en Oude Kerk in Delft zien."

Ton Wijsman, hier met zijn zoon en dochter, heeft een prachtig uitzicht vanuit zijn studio.





Kanjers in de keuken

Op de begane grond van Hof van Kerstanje is een ontmoetingsruimte met horecavoorzieningen, en mogelijkheden voor activiteiten. Jongeren van dagbesteding 'BijOns' voorzien de bewoners van koffie en thee, een kleine lunch en overige catering. Deze jongeren met een verstandelijke beperking worden de Kanjers genoemd. Het behouden van zelfstandigheid en stimuleren om zelf drinken en eten te pakken, stimuleert de bewoners, én de Kanjers. Hierbij leren zij van elkaar. "Wij bieden onze jongeren een unieke dagbesteding", vertelt Monique Schipper van BijOns. "Geen zakjes vullen of ander productiewerk. Hier leren ze zich ontwikkelen en van alles zelf te doen. Dat geeft ze zelfvertrouwen en zelfstandigheid. Met plezier zorgen ze samen voor belegde broodjes, bakken een taart of maken een lekkere verse soep. Het is een leuke en laagdrempelige leerplek."

BijOns heeft nog plek voor enkele nieuwe kanjers in het team van Hof van Kerstanje. Jongeren met een PGB waar dagbesteding uit wordt betaald, zijn van harte welkom. Aanmelden kan bij: BijonsRijswijkBuiten@hotmail.com t.a.v. Monique Schipper.

Omroep West kwam een kijkje nemen

Op maandag 25 november kwam Omroep West langs voor een reportage over Hof van Kerstanje. Het werd uitgezonden op TV West in het nieuwsbulletin in de avond. In het radioprogramma 'West Wordt Wakker' van dinsdagochtend 26 november werd ook aandacht

besteed aan onze nieuwe locatie en het zorgconcept waarmee we werken in Hof van Kerstanje. Beide uitzendingen zijn te bekijken en te beluisteren via de website van Omroep West. Scan de QR codes om de interviews terug te zien en te horen.



TV uitzending: scan de QR-code.
Vanaf minuut 4:40



Radio-uitzending: scan de QR-code.
Vanaf minuut 20:32

Nog enkele plekken beschikbaar!

Hof van Kerstanje is een fijn thuis voor mensen met dementie. Zij kunnen zelfstandig wonen in een moderne studio. In Hof van Kerstanje staan aandacht, vrijheid en verbinding centraal. We bevorderen onderling contact en stimuleren de bewoners om zoveel mogelijk het leven te blijven leiden zoals zij gewend zijn.

Er zijn in Hof van Kerstanje nog enkele studio's beschikbaar. Heeft u een indicatie voor dementiezorg, maar wilt u graag zelfstandig blijven wonen? Neem dan contact op met ons Klantenbureau om de mogelijkheden te bespreken. In Hof van Kerstanje woont u geheel zelfstandig in een gezellig huis met veel andere mensen. De medewerkers van ons Klantenbureau vertellen u er graag meer over. Bel of mail naar 070 - 8008 888 / klantenbureau@cardia.nl.

Cardia online

Nieuwe website!

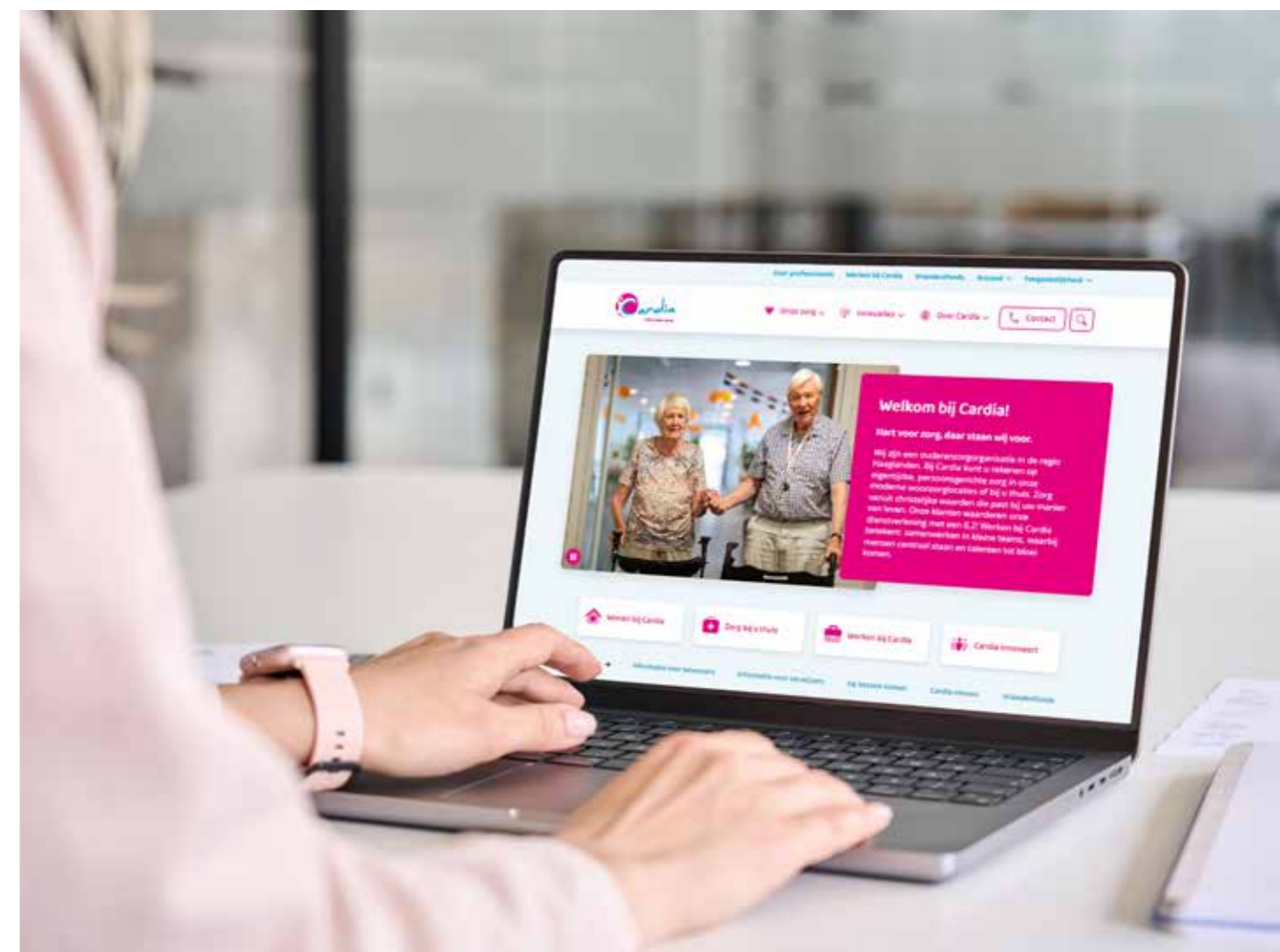
Heeft u het al gezien? Cardia heeft sinds 10 september een nieuwe website.

Op de nieuwe website vindt u dezelfde informatie als op de oude site, maar dan in een moderne en vlotte vormgeving. Ook is veel informatie makkelijker te vinden. De website is eenvoudiger in gebruik voor website bezoekers.

De website is de basis voor alles wat u wilt weten over Cardia. Heeft u ergens vragen over, of zoekt u informatie over onze organisatie, of over onze dienstverlening? Kijk dan op www.cardia.nl. Grote kans dat u daar de informatie vindt die u zoekt!

We zijn heel benieuwd wat u van onze nieuwe website vindt. Heeft u vragen of opmerkingen, neem dan contact op met de afdeling communicatie via communicatie@cardia.nl.

Binnenkort wordt ook onze vacature website www.werkenbijcardia.nl vernieuwd. Neem ook daar eens een kijkje.



Meneer Bos voelt zich een gezegend mens “Ik leef vanuit het levende geloof”

Wie op bezoek gaat bij meneer Bos in Floriadehof, raakt al snel met hem in gesprek over zijn geloof. Het ‘levende geloof’, zoals hij het zelf noemt, vormt een rode draad in het leven van deze voormalig godsdienstleraar. Dat blijkt direct al bij onze eerste kennismaking, op de ochtend na de Amerikaanse presidentsverkiezingen. “Hij noemt zichzelf de redder van Amerika”, zegt meneer Bos als hij met een zucht het TV-journaal uitzet. “Maar er is maar één Redder.” Meneer Bos wijst naar boven om aan te geven wie hij bedoelt. “Onze Vader in de Hemel.”

Meneer Bos is inmiddels 81 en stond als leraar Nederlands voor de klas bij de LEAO in Katwijk. “Na een tijdje bleek dat er op die school niemand was om godsdienstles te geven. Dat wilde ik wel doen.” Meneer Bos was van jongs af aan al gelovig en veel bezig met het overbrengen van het levende

geloof. Zijn keuze om ook godsdienstonderwijs te gaan geven, paste dus prima bij hem. “Katwijk was en is een christelijk dorp, dus er zaten veel jongens en meiden bij mij op school met een christelijke achtergrond. Soms ging ik op huisbezoek, om een beetje inzicht te krijgen in de gezinssituatie van de jongeren die ik les gaf. En zo konden de ouders ook met mij kennismaken. Want wie was die man eigenlijk die hun kinderen zoveel over het geloof vertelde? Ik vond die huisbezoeken heel waardevol.”

“Bid en u zal gegeven worden”

“Ik voel me een gezegend mens”, zegt meneer Bos als we verder praten over zijn leven. “Alle drie mijn dochters zijn gelovig. Dat is tegenwoordig echt een zegen, daar ben ik dankbaar voor. En ik merk Gods leiding in mijn leven. Ik heb jaren geleden eens een embolie in mijn hersenen gehad en leek het leven te moeten laten. Mijn vrouw, die merkte dat ik niet meer ademde, heeft toen voor mij gebeden. Terwijl

zij bad, kwam mijn adem weer op gang. Dat was God die mij het leven weer gaf. Daar geloof ik heilig in. Dus: bid en u zal gegeven worden.”

“Ik kende alle muziek uit mijn hoofd”

Muziek is een grote hobby van meneer Bos. Als jongeman leerde hij dwarsfluit spelen en werd hij lid van het Tamboer- en Pijperkorps in Katwijk. “Dan speelden we met Koninginnedag en Bevrijdingsdag, en liepen we met het korps op de weg. Ik kende alle muziek uit mijn hoofd.” Ook op school kwam de muziekkennis van meneer Bos goed van pas. “Ja, ik ging ook muzieklles geven. Ik nam mijn fluit of gitaar mee naar school. En als er kinderen in de klas zaten die ook een instrument speelden, mochten ze die meenemen. De combinatie godsdienstleraar en muzikleraar was ook heel handig bij de Paas- en Kerstvieringen.

Die organiseerde ik dan, én ik verzorgde de muziek samen met mijn leerlingen.”

Warme fluitklanken

Meneer Bos heeft zijn fluit nog steeds. We pakken het instrument uit en zetten de fluit in elkaar. Zou het lukken om nog iets te spelen? Ja hoor, er komen voorzichtige warme fluitklanken uit het instrument als meneer Bos erop blaast. Zijn vingers weten nog steeds goed de weg op het instrument. “Oe, dat is wel een tijd geleden hoor”, zegt meneer Bos na een paar minuten, en we pakken de fluit weer in.

De melodieën van zijn favoriete liederen zitten in elk geval nog goed in het hoofd van meneer Bos. Hij zingt met zuivere stem het lied ‘Ik zie een poort wijd open staan’. Een lied over wat er na het aardse leven komt. “Ja, daar geloof ik in. Dat mijn vrouw, zij overleed in 2021, nu bij God woont. En dat ik haar straks weer mag zien, in het hemelrijk waar de poort wijd open staat. Ook voor mij!”



Kleine hulpmiddelen maken een groot verschil

De meeste ouderen willen zo lang mogelijk thuis blijven wonen. Ook vanuit de overheid wordt dit gestimuleerd. Langer thuis wonen kan met de juiste zorg op het juiste moment. Bijvoorbeeld van de thuiszorgmedewerkers van Cardia. Sinds kort gebruiken zij daarbij de zogenaamde 'hulpmiddelentas'. Sabrina van Roon, verpleegkundige thuiszorg in Scheveningen, legt ons graag uit wat de hulpmiddelentas is, en hoe ermee gewerkt wordt.



“Sinds een paar weken werken wij met de hulpmiddelentas”, vertelt Sabrina. “Hier zitten de meest gebruikte, kleine middelen in, die we kunnen gebruiken bij de cliënt. Denk hierbij aan een middel om steunkousen eenvoudiger aan te trekken, of een speciale druppelbril, waardoor het oogdruppelen makkelijker gaat. Ook elastische veters, zodat je je schoenen eenvoudig aan en uit kan doen, en een hulpmiddel om je sokken makkelijker aan te trekken, zitten erin. In totaal zo’n 15 kleine hulpmiddelen. Als de cliënt nog veel zelf kan, kan hij of zij het middel zelf gebruiken. Dat vergroot de zelfredzaamheid enorm. Lukt dit niet, dan gebruiken wij het hulpmiddel, wat ons werk eenvoudiger maakt! Dus zowel voor ons als de cliënt is de inzet van deze innovatieve hulpmiddelen een enorme ondersteuning.”

Sabrina van Roon (45) werkt al 20 jaar in de zorg, waarvan 9 jaar bij Cardia. Ze heeft in het verpleeghuis gewerkt en werkt nu in de thuiszorg. Als helpende, later als verzorgende IG en nu als verpleegkundige. Ze houdt van uitdagingen en mensen iedere dag weer helpen in de meest kwetsbare periode in hun leven. Ze haalt veel voldoening uit haar werk én de leuke collega's waar ze mee samenwerkt.

“Zowel voor ons als de cliënt is de inzet van innovatieve hulpmiddelen een enorme ondersteuning”

Hulpmiddelentas op alle Cardia locaties

Op de vraag hoe de thuiszorgmedewerkers werkten vóórdat ze de hulpmiddelentas hadden, antwoordt Sabrina: “Vroeger waren deze middelen er niet, dan deden we alles met de hand. Toen de hulpmiddelen beschikbaar kwamen, moesten we deze apart bestellen als we dachten dat het voor de cliënt handig was. Nu ligt de hulpmiddelentas op kantoor bij al onze locaties. En kan ik meteen het hulpmiddel pakken als dat voor de cliënt nuttig is. Dat scheelt tijd en geld. Bij de intake is de zorgvraag vaak al duidelijk en kan ik al bepalen welk middel handig is. Ik laat dan meteen bij het eerste bezoek zien hoe het werkt. Zo ziet de cliënt ook gelijk hoe hij of zij het kan gebruiken. En besluiten om het hulpmiddel eventueel

zelf aan te schaffen. De cliënt went er ook sneller aan. En: hoe eerder de cliënt het hulpmiddel in huis heeft, hoe makkelijker het is om het gebruik aan te leren.”

Handige bewaarkaart met ons advies

“In de tas zit ook een kaart met QR-codes, die je kunt scannen”, vertelt Sabrina. “Daarmee kunnen medewerkers, maar ook de cliënten een video bekijken met uitleg over het gebruik van het hulpmiddel. Erg handig. Het hulpmiddel leggen we na ons bezoek weer terug in de tas voor andere collega's om te gebruiken. Wij laten het dus zien aan de cliënt, die het vervolgens zelf (online) kan bestellen bij de Vegro thuiszorgwinkel. Op een handig kaartje schrijven we op welk hulpmiddel we adviseren, zo weten ze wat ze kunnen bestellen. De volgende keer ligt het dan thuis bij de cliënt en kunnen we het meteen gebruiken. We zijn dus erg blij dat we deze middelen nu zo eenvoudig voorhanden hebben, dat is echt een pluspunt! Voor ons, maar zeker ook voor onze cliënten. Zo maken we, met kleine innovaties, de zorg weer een beetje beter!”

Samen sterk voor onze bewoners

Staat u wel eens stil bij het waardevolle werk van mantelzorgers? Mantelzorg is vaak zwaarder dan mensen denken, het is veel meer dan een handje helpen. Onze zorgteams werken nauw samen met mantelzorgers voor de dagelijkse zorg van de bewoners. Lees in dit artikel hoe de samenwerking met mantelzorgers voor zorgmedewerkers Parla Bianchi en Antonieta Fereira onmisbaar is.



De waardevolle rol van mantelzorgers

Bij Cardia zijn mantelzorgers vaak familieleden, zoals kinderen of broers en zussen, en soms ook vrienden of burens. Voor Parla, die zelf ook mantelzorger is voor haar ouders, zijn zij van groot belang. "Mantelzorgers helpen met boodschappen, uitstapjes, ziekenhuisbezoeken en soms zelfs dagelijkse verzorging. Dat geeft ons ruimte om onze tijd te verdelen en beter voor alle bewoners te zorgen", legt Parla uit.

Korte lijnen met mantelzorgers

Voor Parla en Antonieta is een goede samenwerking met de mantelzorgers erg waardevol. Antonieta: "We werken nauw samen met familie en overleggen regelmatig om de

zorg zo soepel mogelijk te laten verlopen. Soms gaat het om simpele dingen, zoals vragen of een familielid verzorgingsproducten mee kan nemen. Dit is voor ons al erg hulpvol."

Als helpenden hebben Antonieta en Parla dus veel contact met de mantelzorgers. Zo sturen ze ook foto's van de bewoners door, wat voor familie heel fijn is. "Omdat we op de afdeling lopen, zien we veel. We zijn daardoor de eersten die het merken als er iets verandert", vertelt Parla.

Mantelzorgers ondersteunen ook bij uitstapjes en activiteiten, zoals bijvoorbeeld bij de bewonersvakantie naar Safaripark Beekse Bergen. "Tijdens zo'n uitje leren we de familie

beter kennen, en andersom zien zij wat wij allemaal doen voor de bewoners. Het vergroot hun waardering voor ons werk, en geeft zorgmedewerkers meer inzicht in de rol van de mantelzorger", vertelt Antoinette.

"Samen maken we de zorg beter"

"Mantelzorg is soms een zware last"

Beiden benadrukken dat mantelzorg vaak wordt onderschat. Parla: "Ik zie het zelf met mijn ouders, mantelzorg vergt veel en is vaak intens. Het is voor velen een stille, dagelijkse zorg. De overheid en mensen om hen heen realiseren

zich vaak niet hoeveel inzet en tijd het kost. Mantelzorgers dragen soms een grote last, en die last wordt alleen maar groter naarmate de zorgvraag van de bewoner stijgt."

Parla en Antonieta vinden het een goed idee om af en toe stil te staan bij het werk dat mantelzorgers doen. "We willen ze allemaal bedanken voor hun inzet. Zonder hen kunnen we ons werk niet goed doen, en nu kunnen we veel bewoners de extra aandacht geven die ze verdienen," zegt Antonieta.

Samen maken we de zorg beter, elke dag weer. Bedankt mantelzorgers, voor alles wat jullie doen!

Een leven vol liefde en avontuur

Greet (84) en Cees (86) Lubout wonen sinds begin dit jaar in Landscheiding. Samen hebben ze een leven vol liefde en avontuur achter de rug. Wat begon als een voorzichtig vonkje groeide al snel uit tot een levenslange liefde die hen de wereld over zou brengen. Van Parijs tot Washington en van Rome tot Wenen, overal wisten zij een nieuw thuis te creëren. Hun verhaal is er één van aanpassingsvermogen, nieuwsgierigheid en de kunst om overal iets moois van te maken.

“Alles is mooi en leuk maar je moet er zelf iets van maken”

“We ontmoetten elkaar op de boulevard van Scheveningen,” vertelt Cees. “Dat was dé plek waar iedereen samenkwam in die tijd.” Greet knikt instemmend. “Liefde op het eerste gezicht? Nee, de vonk sloeg pas echt over tijdens een date naar Holiday On Ice,” vertelt Greet. “Ongeveer één jaar later, op 19 mei 1965 zijn we getrouwd.”

Het huwelijk is het begin van een leven vol avonturen. Cees werkte bij het ministerie van Buitenlandse Zaken in Den Haag en werd regelmatig uitgezonden naar ambassades over de hele wereld. “We hebben in Parijs, New York, Genève, Washington, Rome én Wenen gewoond,” somt Cees op. “Elk land had zijn eigen charme. In

Washington draait het vooral om sport, terwijl Wenen natuurlijk bekend staat om muziek en theater.” “Alles is mooi en leuk maar je moet er zelf iets van maken,” voegt Greet toe.

Een thuis creëren in het buitenland

35 jaar in het buitenland wonen, brengt veel uitdagingen met zich mee, zoals telkens weer een nieuw thuis creëren. Greet vertelt over haar duidelijke aanpak: “We hebben altijd onze eigen meubels gehad, dat is een fijne basis om mee te beginnen. Maar zodra we op een nieuwe plek kwamen, kwam ik in actie. Binnen drie dagen had ik alles uitgepakt, schoongemaakt en gezellig aangekleed. Zo voelde het snel als een nieuw thuis.” “In al die jaren is er geen kopje gebroken!” zegt Cees lachend.

Terwijl Cees op het werk was, vermaakte Greet zich thuis. “Dat waren toen de regels, ik mocht niet werken. Maar ik heb mij altijd goed vermaakt. Je

kunt wel ergens zitten en niets doen, maar ik was ondernemend. Ik heb overal een leuke tijd gehad omdat ik er zelf iets van maakte. Zo had ik een kook- en eetclubje waar ik wel eens gekookt heb voor 29 mensen.” Ze lacht bij de herinnering aan de gezellige avonden.

Het land verkennen

Cees en Greet hebben altijd actief de cultuur van hun woonplaats opgezocht. “Als je in een nieuw land komt, is het goed om meteen kennis te maken met de mensen, de omgeving en de cultuur,” zegt Cees. “Zo gingen we vaak in eigen land op vakantie. Skiën in Oostenrijk en naar Yosemite Park in Amerika.” “We hebben het wel meegemaakt dat vrienden ons vroegen wat leuke plekjes waren om naar toe te gaan, terwijl ze zelf in het land geboren zijn!” vertelt Greet lachend.

De band met de mensen die ze in het buitenland hebben ontmoet, is gebleven. “We hebben nog

steeds vrienden in Amerika die elk jaar naar Nederland komen voor vakantie,” vertelt Greet. “Het zijn vriendschappen voor het leven.”

“Het is een ander leven, maar we maken er iets moois van”

Terug naar Nederland

Na zijn pensioen in 2000, besloten Cees en Greet terug te keren naar Nederland. Daar hebben ze de laatste jaren in Zoetermeer gewoond. “We dachten erover om in Wenen te blijven, maar dat was financieel niet haalbaar,” vertelt Cees. “We hebben ons altijd snel weten aan te passen, zo ook in Nederland en nu ook in Landscheiding,” zegt Greet. “We genieten nu van de kleinere dingen, zoals alle leuke activiteiten. Japans sjoelen en Rummikub bijvoorbeeld. Het is een ander leven, maar we maken er iets moois van.”



Roos werkt met hart voor zorg “Ik vind het fijn om voor mensen een lichtpuntje te zijn”

“Waar zullen we deze eens hangen?” Roos van Koert geeft mevrouw Heydanus een prachtige kerstbal aan. Sinds een jaar werkt Roos als huishoudelijke hulp bij deze cliënt, en dat doet ze met veel plezier én hart voor zorg. “Het klikt echt tussen ons, we hebben het heel gezellig samen.” Vandaag zetten ze samen de kerstboom neer. “Zo brengen we wat licht en vrolijkheid in huis in deze donkere tijd.”



Tijdens het optuigen van de kerstboom vertelt Roos over haar werk bij mevrouw Heydanus. “Ik kom hier twee keer per week. Als ik binnenkom, doen we eerst een bakkie koffie. Vaak met iets lekkers erbij. Daarna ga ik aan de slag.” Roos vertelt dat mevrouw Heydanus dementie heeft. “Dat vind ik helemaal geen probleem. Sterker nog, ik heb juist graag contact met mensen met dementie. Dat heb ik altijd al gehad. Ik vind het fijn om hen te helpen, en een lichtpuntje voor hen te zijn. En mevrouw Heydanus is zo’n krachtige vrouw. Hoe zij omgaat met haar ziekte, dat vind ik echt bijzonder. Ze heeft het geaccepteerd en probeert er het beste van te maken.”

Als Roos het huishouden doet, volgt mevrouw Heydanus haar overal. “Dat vind ik wel gezellig hoor,” zegt Roos. “Ik noem haar dan mijn schaduw.” Mevrouw Heydanus kan hartelijk lachen om die bijnaam. Ze is sowieso een opgewekte vrouw, weet Roos te vertellen. “Mevrouw houdt van gezelligheid, van mensen en dieren. Ze heeft een hond en twee katten, die houden haar gezelschap. Verder komt er elke dag iemand van de thuiszorg en in de avonden

en weekenden is haar zoon bij haar. Zo kan mevrouw Heydanus in haar eigen huis blijven wonen.”

Levensverhaal

Roos weet veel over het leven van haar cliënt. “Ja, dat vind ik belangrijk. Ik ben met de zoon van mevrouw Heydanus gaan praten om haar beter te leren kennen. Zelf kan ze dat niet meer zo goed uitleggen. Nu ik haar levensverhaal ken, heb ik aanknopingspunten om met haar te praten. Dat is heel fijn. Oh, en we zingen ook veel samen, liedjes van vroeger.” Roos begint te zingen: ‘Que sera, sera, whatever will be, will be...’ Stralend zingt mevrouw Heydanus mee.

“Mijn cliënten zijn mijn team”

Mevrouw Heydanus is erg blij met Roos. “We zijn vriendinnen,” zegt ze en Roos straalt. “Dat doet me heel veel, als ze zoiets zegt. Daar doe ik het voor.” Roos draagt het shirt van Cardia met trots. De slogan ‘Hart voor zorg’ is haar op het lijf geschreven. “Ik werk vier dagen in de week bij cliënten thuis. Ik vind het echt heerlijk werk. Je bouwt een band op met mensen. Soms mis ik het wel eens dat ik geen collega’s om me heen heb, geen team. Maar mijn cliënten en ik, wij zijn samen een team,” zegt ze, en ze geeft mevrouw Heydanus een ‘high five’.

Ondertussen is de kerstboom mooi opgetuigd. Geen piek op de boom dit keer, maar een mooie gouden ster in de top. Mevrouw Heydanus kijkt tevreden toe hoe Roos de ster in de boom zet. “Heel mooi zo,” zegt ze. “Laat de feestdagen maar komen.”

Wij bedanken Roos en mevrouw Heydanus voor dit mooie gesprek en de gastvrijheid! Bent of kent u iemand die ook hart voor zorg heeft? Iemand die net als Roos een lichtpuntje voor mensen wil zijn? Wij hebben verschillende vacatures. Neem gerust eens een kijkje op onze website werkenbijcardia.nl.

Esther en Puck brengen gezelligheid in Onderwatershof

Elke twee weken, op dinsdagmiddag, komt Esther van Zetten (54) langs met haar hondje Puck. Esther is vrijwilliger bij onze locatie Onderwatershof. Puck, een Yorkshire Terriër van 2 jaar oud, is gek op onze bewoners. En onze bewoners zijn gek op Puck. Zij zorgt voor extra warmte en gezelligheid op de afdelingen. Lees hoe een lief klein hondje een groot verschil maakt in het leven van onze bewoners.

Zodra Esther binnenloopt bij Onderwatershof, komen bewoners meteen naar haar toe om Puck te aaien. En Puck is al even blij en enthousiast om de bewoners te zien! "Ze wordt graag geaaid. Ze is echt gek op mensen, dat maakt haar heel erg geschikt om langs te gaan op de huiskamers bij de ouderen" vertelt Esther. "Ik heb Puck gekregen toen ze 5 maanden oud was. Ze kwam uit een gezin waar ze niet de juiste aandacht kon krijgen en toen heb ik haar geadopteerd."



"Puck zorgt voor warmte en gezelligheid op de afdelingen"

Net dat beetje extra aandacht

Esther vindt dat niemand zich eenzaam mag voelen. "Tussen eenzaam zijn en je eenzaam voelen zit een groot verschil" benadrukt ze. "De bewoners hier hebben allerlei leuke activiteiten en er is veel zorg en aandacht voor hen. Van de medewerkers van Cardia, maar ook van de naasten of familie. Maar toch, iedereen kan zich weleens eenzaam voelen. Ook ikzelf. Toen mijn moeder 1,5 jaar geleden overleed, voelde ik mij erg eenzaam. Wij deden erg veel samen en dan val je toch in een gat. Die gebeurtenis heeft een grote rol gespeeld in de keuze om met Puck dit vrijwilligerswerk te doen."



Door te geven, krijg je zoveel terug

Esther en Puck geven onze bewoners extra aandacht met hun bezoek. Door met Puck even bij iemand te gaan zitten, heb je sneller contact. En terwijl de bewoner Puck knuffelt, knoopt Esther een praatje aan. "De bewoners vertellen hoe ze zich voelen. Ook als het minder gaat en dat mag. Ik kom hier nu al sinds begin dit jaar en dan leer je de bewoners goed kennen. Het klinkt cliché, maar ik krijg er zoveel voor terug. Misschien wel meer liefde, dan dat ik ze geef. Mijn hart smelt iedere keer weer als ik langskom."

De droom van Esther

Nu Esther dit zo ervaart, wil ze hier eigenlijk ook meer mee gaan doen. "Er zijn namelijk zoveel mensen met geschikte honden, die ook kunnen knuffelen met ouderen. Kort gezegd: ik wil vraag en aanbod bij elkaar gaan brengen en dan in heel Nederland. Als je tijd vrijmaakt om belangeloos langs te gaan bij ouderen, dan maakt dat zo'n groot verschil. Mijn idee staat nu nog in de kinderschoenen, maar ik heb al in mijn hoofd hoe ik dit wil gaan doen."

"Vriendelijk zijn kost niks!"

Waarom vrijwilliger worden?

Esther geeft aan dat ze dit vrijwilligerswerk met heel veel liefde doet. "Als iedereen zich een paar uurtjes per maand belangeloos kan inzetten, dan brengt je dat zoveel als mens. Als we dit allemaal zouden doen, dan wordt de wereld weer een stukje mooier. Vriendelijkheid kost niks. Dat is toch de essentie van het verhaal!"

Wilt u ook het verschil maken en vrijwilliger worden?

Dan bent u van harte welkom! Wij hebben altijd plek voor vrijwilligers.

Neem een kijkje op www.werkenbijcardia.nl/vrijwilligerswerk of scan de QR-code voor meer informatie.



Puck is een echte 'dog influencer'. Puck speelt bijvoorbeeld mee in commercials en ze heeft een eigen Instagram account. Esther gaat overal mee naartoe en ze laat Puck nooit iets doen tegen haar zin in. Wil je meer weten over Puck en haar avonturen volgen? Scan dan deze QR-code:



Het kleine goede van de aandacht

We staan alweer bijna op de drempel van het nieuwe jaar. De feestdagen staan voor de deur. Dagen waarin we extra kunnen verlangen naar warmte, liefde en licht. Dagen ook waarop mensen dieper hun eenzaamheid kunnen ervaren. Bijvoorbeeld omdat het gemis extra gevoeld wordt van dierbaren die men heeft verloren, aan de dood of aan het leven. Regelmatig hoor ik bewoners zeggen: "Ik wilde dat de feestdagen voorbij waren."

Misschien wordt dit gevoel versterkt omdat het er in de reclames zo mooi uitziet. Families in prachtige kleding bij elkaar, rond een rijk gedekte tafel, iedereen straalt! En met op kerstavond 'All you need is love' van Robert ten Brink op TV. Dan klinken de woorden "want niemand mag met kerst alleen zijn," en zo wordt nog meer benadrukt dat het om samen zijn gaat.

Maar wat als dat samen zo anders is geworden? Hoe kunnen het dan toch goede feestdagen worden? Ik denk dat het antwoord ligt in het kleine goede van de aandacht die we elkaar mogen geven. Een hand op je schouder, een stem van iemand die je echt ziet en waardoor je verbondenheid ervaart. Of een kind dat zomaar voorbij komt, zoals ik vroeger door mijn moeder op weg werd gestuurd om zelfgebakken oliebolletjes te brengen bij mensen die alleen waren.

Het zit niet in het grote, integendeel: het ligt in een kribbe... Een klein kwetsbaar kind dat ons leven draagt. Hij, Jezus, kwam in deze wereld om de ongeziene mens uit te nodigen bij Hem aan tafel. Ik wens u goede feestdagen toe waarin u zich gezien weet door de ander, door God.

Eén ster maakt de lucht minder dreigend
 Eén kaars maakt de nacht minder zwart
 Eén hand maakt de weg minder eenzaam
 Eén stem maakt de dag minder stil
 Eén vonk kan een begin van een nieuw vuur zijn
 Eén noot het begin van een lied
 Eén kind het begin van een toekomst

-Jacqueline Roelofs – van der Linden-

Janneke Bregman
 geestelijk verzorger Tabitha



Wie is voor u een engel?

In de decembermaand staan we stil bij de mensen die een bijzondere plek in ons hart innemen. Soms is er iemand in ons leven die voelt als een echte engel. Voor dit artikel vroegen we onze bewoners wie voor hen een engel is. En waarom juist deze persoon zo speciaal voor hen is.

Mevrouw Van 't Hart over Joke Een engel op de tweede etage

Mevrouw Van 't Hart woont in Landscheiding op de tweede etage. Wanneer we vragen wie voor haar een engel is, verschijnt er direct een glimlach op haar gezicht: "Joke" zegt ze vol overtuiging. Joke is vrijwilliger op de tweede etage van Landscheiding en helpt op de afdeling met het klaarmaken van de lunch. Maar voor mevrouw Van 't Hart is ze meer dan een zorgverlener!

Een echte hulp

Mevrouw Van 't Hart zit in een rolstoel en kan daardoor niet meer alles zelf doen. "Het is zo fijn dat Joke mij helpt," vertelt ze. Joke helpt met praktische zaken, zoals het doen van boodschappen en het smeren van broodjes, maar ook met kleine extra's die veel betekenen. Mevrouw Van 't Hart: "Ook als ik zeg dat ik een leuke trui heb gezien, dan bestelt ze die voor me!" Maar Joke is ook een luisterend oor. "Ik kan alles bij haar kwijt, of het nu gaat om een probleem of gewoon een gezellig praatje. Ze staat altijd voor mij klaar." Ondanks haar drukke agenda maakt Joke tijd vrij voor mevrouw Van 't Hart. "Ze heeft het zo druk, maar toch vindt ze ruimte om me te helpen. Het is een schat van een vrouw!"



Mevrouw Van 't Hart met Joke (achter de rolstoel) en vrijwilligers Ineke (links) en Marieke (rechts).

Een dankbare boodschap

Mevrouw van 't Hart wil Joke graag bedanken: "Lieve Joke, bedankt voor alles wat je voor mij doet. Je bent een engel en ik ben heel blij met jou!"



Mevrouw Compier over Esther, Ali en Rob

Een dochter als engel

Mevrouw Compier woont nu bijna drie jaar in Onderwatershof. Net als mevrouw Van 't Hart heeft mevrouw Compier engelen in haar leven. Haar dochter Esther is de grootste engel in haar leven. Esther woont in Zuid-Frankrijk, waar ze samen met haar man een bed and breakfast runt. Hoewel de afstand groot is, voelt Esther altijd dichtbij in haar hart. Met een trotse glimlach vertelt ze: "Ze is een schat."

"Als ze vrij is en terug is in Nederland, komt ze vaak hier. Ze is heel erg vrolijk en opgewekt, net als ik. Dat maakt haar bezoeken zo gezellig. Ze doet mijn boodschappen en zorgt ervoor dat ik niets tekortkom," zegt mevrouw Compier dankbaar.

Nog meer engelen op bezoek

Naast haar dochter zijn er nog twee mensen die een bijzondere plek in haar hart hebben: Ali en Rob. Ali, die vroeger hoofdverpleegkundige was

van mevrouw Compier in Tabitha, komt nu iedere week langs. Ze doet de was van mevrouw Compier en haar man Rob helpt met de boekhouding. "Ali en Rob zijn hele belangrijke mensen voor mij," zegt ze. Als er een diner wordt georganiseerd in Onderwatershof nodigt ze Ali en Rob altijd uit. Mevrouw Compier: "Ali doet ook mijn haar als de kapster op vakantie is. Ze helpt mij heel goed." "Wat hen bijzonder maakt, is niet alleen wat ze voor mij doen maar ook hun inzet voor anderen. Ze zijn lid van het Leger des Heils en geven zoveel aan mensen die het moeilijk hebben. Kleding, eten, overal waar het nodig is, bieden ze hulp. Dat bewonder ik enorm."

Dankbaarheid in overvloed

Mevrouw Compier heeft een warme boodschap voor haar engelen: "Lieve Esther, bedankt voor de gezelligheid altijd. Ik houd van jou en hoop dat alles goed blijft gaan met jou en je bed and breakfast. En voor Ali en Rob: bedankt voor alles wat jullie voor mij doen. Jullie zijn ook twee echte engelen!"

Echtpaar meneer en mevrouw De Groot over hun engelen

Engelen dichtbij huis

Mevrouw De Groot woont in De Thuishaven en haar man komt daar vaak op bezoek. Voor meneer De Groot zijn zijn vrouw en dochters zijn grootste engelen. Met een glimlach vertelt hij: "Ik beseef nu pas hoe groot de engelen thuis eigenlijk zijn. Mijn twee dochters. Ze zijn er altijd voor me. Ze halen wat ik zelf niet kan, regelden een nieuwe boodschappenkar voor me toen ik die nodig had." Meneer De Groot heeft twee dochters, waarvan de ene elke week langskomt en en hij met de andere altijd samen eet na het bridgen. "We hebben een goede band met elkaar. En met de vijf kleinkinderen is het altijd gezellig!"

Een bijzondere band

Mevrouw De Groot noemt haar man haar engel. "Hij is een fantastische man en een geweldige vader voor onze kinderen." zegt ze met trots. "Mijn moeder zei altijd al: zo'n bijzondere man krijg je nooit meer!" Hij bezoekt haar vier keer per week in het verpleeghuis. "Sommige mensen vragen of dat geen opgave is, maar ik vind het een veel grotere opgave om níet te gaan. We horen bij elkaar," zegt meneer De Groot.

Samen door het leven

Het stel is al meer dan 60 jaar getrouwd en woonde altijd samen in Zoetermeer. Hun dochters hebben het afgelopen jaar veel voor hen betekend. Tijdens de verbouwing van hun huis, waarbij het hele interieur werd aangepakt en verduurzaming werd doorgevoerd, stonden zij klaar om te helpen. Ze pakten alles in, ruimden het huis leeg en maakten na afloop alles weer schoon en netjes. Willem: "Ze hebben het hele huis ook weer opnieuw ingericht. Ze zijn echt mijn engelen."



Hoewel het stel zich enorm gesteund voelt door hun kinderen, zijn ze ook dankbaar voor de liefde die ze samen delen. "We zijn altijd lief voor elkaar geweest en hadden nooit ruzie" vertelt meneer De Groot. Hij vult aan: "Ik word hartstikke verwend door iedereen, maar zonder mijn vrouw kan ik ook niet!"

Wie is uw engel?

In deze tijd van bezinning en dankbaarheid mogen we niet vergeten stil te staan bij de mensen die het verschil maken in ons leven. Voor mevrouw Van 't Hart, mevrouw Compier en meneer en mevrouw De Groot zijn dit hun engelen. Wie is uw engel?

Ontmoetingscentra vernieuwd en dementievriendelijk gemaakt

In Nederland krijgt 1 op de 5 mensen dementie. Op dit moment zijn er naar schatting 300.000 Nederlanders met dementie, en dat aantal groeit naar een half miljoen in 2040. De meeste mensen met dementie, zo'n 79%, wonen nog thuis*. Om deze groeiende groep mensen beter te helpen, zijn er allerlei initiatieven vanuit de overheid en Stichting Alzheimer Nederland. Eén daarvan is het initiatief om ontmoetingscentra dementievriendelijk te maken. Zo kunnen mensen met dementie langer meedoen in de samenleving met zinvolle dagbesteding en ontmoetingen.



Cardia heeft op dit moment vier ontmoetingscentra voor ouderen met en zonder dementie. Sinds begin 2024 zijn we bezig met het dementievriendelijk maken van deze ontmoetingscentra. Wat dat precies inhoudt en betekent voor onze bezoekers, vragen we aan Inge Vroomen, Teamleider Ontmoetingscentra bij Cardia.

Dankbaar voor de subsidie van Stichting Alzheimer Nederland

"Wij zijn erg blij met de subsidie die we hebben gekregen van Stichting Alzheimer Nederland" vertelt Inge. "Hiermee kunnen wij onze ontmoetingscentra verbeteren én dementievriendelijk maken. We hebben diverse ontmoetingscentra: in De Thuishaven in Scheveningen, Onderwatershof in Rijswijk, in het Wijkcentrum Mariahoeve en in Mozartduin. Ook in onze nieuwste locatie Hof van Kerstanje is een ontmoetingsruimte én we willen in RijswijkBuiten een ontmoetingsruimte creëren voor de wijk. We



hebben per locatie €5.000,- subsidie ontvangen, een mooi bedrag, waar we Stichting Alzheimer Nederland erg dankbaar voor zijn!"

"Met subsidie én sponsoring kunnen wij zoveel mooie dingen doen voor onze bezoekers!"

Wat houdt dementievriendelijk maken precies in?

"Dementievriendelijk, dat zit 'm in verschillende aspecten" legt Inge uit. "Zoals de inrichting, een rustige, prikkelarme ruimte met rustige kleuren op de muren. We hadden bijvoorbeeld in De Thuishaven een knalgele muur en bij Wijkcentrum Mariahoeve een oranje muur. Deze zijn nu in zachte tinten geverfd. Maar denk ook aan nieuw spelmateriaal voor onze bezoekers. Verder hebben we ook meerdere, kleinere tafels aangeschaft met wielletjes. Zo kunnen bezoekers ook samen een spelletje spelen en hoeven zij niet altijd aan een grote tafel met zijn allen te zitten. We zijn dus flexibeler. Er zijn ook meerdere relaxfauteuils aangeschaft, met sponsoring vanuit de leverancier. Zo kunnen de bezoekers ook even rustig zitten en ontspannen, als zij dit willen. Maar je kunt ook denken aan speciaal servies, zoals anti-lek bekers en aangepast bestek om makkelijker te kunnen eten. Dat was er niet bij de ontmoetingscentra. Nu wel! Veel wordt mogelijk gemaakt door sponsors. Zoals

de Illi tv's waarmee bezoekers via het tv-scherm leuke spelletjes kunnen doen die speciaal ontwikkeld zijn voor ouderen en mensen met dementie."

Opleiding door Stichting Alzheimer Nederland

"Alle medewerkers, vrijwilligers en stagiaires van de ontmoetingscentra hebben kosteloos een scholing gehad van de Stichting Alzheimer Nederland. Er werd ingegaan op vragen als, wat is dementie en hoe ga je om met mensen met dementie? Ook is er een sessie met een architect geweest, die advies gaf over de inrichting en het gebruik van kleuren. Erg nuttig en interessant."

"Het opknappen van onze ontmoetingscentra zorgt voor blije bezoekers én medewerkers!"

* Bron: www.rijksoverheid.nl en www.alzheimer-nederland.nl

Ontmoetingscentra



Voor verbouwing



Na verbouwing

Certificaat dementievriendelijke plek ontvangen

"Alle ontmoetingscentra zijn grotendeels klaar wat betreft het dementievriendelijk maken", vertelt Inge verder. "Op 12 november was er een open dag in Wijkcentrum Mariahoeve. Iedereen kon komen kijken hoe mooi het is geworden. We hebben inmiddels ook het certificaat dementievriendelijke ontmoetingsplek voor onze ontmoetingscentra ontvangen. Een mooie bekroning door Stichting Alzheimer Nederland. We zijn dus klaar voor de toekomst. Waarbij onze bezoekers nog meer kunnen genieten van het samenkomen en samen spelletjes doen."



Trots op het behalen van het certificaat.
Vlnr. Claudia, Grace, Astrid en Inge.

Win-win voor bezoekers én medewerkers

"De aanpassingen in onze ontmoetingscentra zijn niet alleen positief voor de bezoekers, maar ook voor onze collega's" benadrukt Inge. "De kleinere roltafels zorgen er bijvoorbeeld ook voor dat de medewerkers de grote zware tafels (zonder wieltjes) niet meer hoeven te tillen. Zo kun je de tafel eenvoudig aan de kant schuiven als we willen bewegen met de ouderen. We hebben ook Moves aangeschaft, een apparaat die je onder een stoel zet zodat je eenvoudig iemand in de stoel aan tafel kunt rijden. Het maakt het werk dus ook lichter en fijner. Daarnaast: sommige van onze ontmoetingscentra waren wat ouder. Je ziet dat het opknappen daarvan een nieuwe impuls geeft in het werkplezier van de medewerkers. Zij zijn erg enthousiast over de resultaten. Een echte win-win situatie dus voor zowel onze bezoekers als onze medewerkers!"

Vrijwilliger aan het woord

De kracht van het gezongen woord '...en levenslang ben ik niet eenzaam meer..'

Kees Spaans is organist. Hij is net als voorganger Karel de Bruin al ruim 45 jaar met hart en ziel betrokken bij de kerkdiensten in De Thuishaven. Elke week nemen zo'n 50 bewoners van het verpleeghuis en de aanleunwoningen met veel plezier deel aan deze diensten. De geschiedenis van 45 jaar kerkdiensten verzorgen, bevat mooie anekdotes en verhalen. Waarin vooral de kracht van het 'gezongen woord' naar voren komt. Karel: "Zo'n psalm als 116 draagt je een leven lang: *God heb ik lief, want die getrouwe Heer, nam toen ik riep, met toegenegen oren, mijn woorden aan, Hij zal mij blijven horen, en levenslang ben ik niet eenzaam meer*".

De oude Thuishaven aan de Duinstraat

In de oude Thuishaven, een gebouw uit 1901, verbleven de vrouwen en mannen begin jaren '70 nog apart op slaapzalen. Karel: "Mijn grootvader heeft er nog een korte tijd gewoond. De slaapzalen deden hem denken aan militaire dienst. Dat vond hij prachtig, samen met zijn maten op zaal. Hij kon later maar moeilijk wennen aan een kamer voor hem alleen!"

Bij de weeksluiting op woensdagavond zaten de mannen en vrouwen wel bij elkaar, merkte organist Kees. Hij las als begin twintiger een advertentie in de Scheveningse Kerkbode waar een organist werd gevraagd voor de weeksluiting op woensdagavond. "Het was dicht bij huis en het honorarium van een paar gulden kon ik als net getrouwde man goed gebruiken!"



De Nieuwe Thuishaven aan de Neptunusstraat

Karel: "Ik ben enig kind en niet bijzonder kerkelijk opgevoed, wel gedoopt. Toen ik zo'n 10 jaar oud was, kwamen we in de Neptunusstraat wonen. Daar kregen we bezoek van een ouderling van de kerk. Die vroeg of ik interesse had in catechisatie. Nu, dat had ik wel! Op mijn 21e was ik

Vrijwilliger aan het woord



jeugdouderling in wat nu de gemeente van de Nieuwe Badkapel is. De Nieuwe Thuishaven werd geopend in 1978. Onze predikant Ds. Hartzheim verzamelde een kring van voorgangers uit verschillende kerken voor de weeksluiting in De Thuishaven. Ik was één van die voorgangers, en de jongste. Ik herinner me de eerste keer nog goed, ik was heel zenuwachtig. Er waren wel 100 mensen in wat nu het Schelpengat is! Mijn ouders waren er ook bij. Bijzonder is dat ze mede door mijn betrokkenheid bij de kerk rond hun vijftigste nog belijdenis van hun geloof hebben gedaan en meelevende kerkleden zijn geworden."

Kaarsen en kerkbloemen

Binnen de Scheveningse kerken waren en zijn er diverse stromingen. Het was niet altijd eenvoudig om de neuzen dezelfde kant op te krijgen, leggen Kees en Karel uit. Over de opvattingen van voorgangers, de liederenkeuze, wel of geen kaarsen en kerkbloemen zijn heel wat discussies gevoerd, ook in De Thuishaven. Kees: "We hadden ook diverse voorgangers die zelf in het aanleuncomplex aan de Seinpoststraat woonden. Broeder Knoester, broeder Vink en broeder Versluis, stuk voor stuk markante mensen die hun woordje wel konden doen!"

Liederen uit het hart

Zowel Kees als Karel weten smakelijk te vertellen over prachtige kerst- en paaszangbijeekomsten, over verkeerde liturgieën, microfoons die het niet meer doen en stroomstoringen. Maar wat al die tientallen jaren is gebleven, is de kracht van het christelijke lied, waarin in alle toonaarden verdriet en vertrouwen, verlangen en vreugde in het leven wordt bezongen. Ouderen hebben die liederen vaak als kind geleerd en zingen ze nu nog uit het hoofd en uit het hart. Kees: "Dan komt iemand met tranen in de ogen naar je toe en zegt: "Dit lied was het lievelingslied van mijn overleden man. En toen er in kort in een gebed werd stilgestaan bij ons 50 jarig huwelijk, was ook ik ontroerd."

Kees en Karel vinden het uniek dat anno 2024 in een verzorgingshuis wekelijks een kerkdienst plaatsvindt. Er is een betrokken groep vaste voorgangers die altijd na de dienst blijven voor een kopje koffie en een gesprek. Een groep actieve en trouwe vrijwilligers haalt de bewoners, zet alles klaar en verzorgt de koffie.

Karel en Kees doen dit stukje kerkenwerk nu al heel lang, maar aan stoppen denken ze nog niet. "Zolang we gezond blijven, tekenen we graag nog vijf jaar bij!"

Grote dank aan Karel en Kees die al zo lang, ondersteund door vrijwilligers, hun belangrijke bijdrage leveren aan de kerkdiensten in De Thuishaven. Heel veel dank daarvoor! En: de kerkdiensten worden mede mogelijk gemaakt door een jaarlijkse gulle gift van de diaconie van de Protestantse Gemeente Scheveningen. Ook daarvoor onze hartelijke dank!



Een kijkje in Coby's waardevolle jaren bij Cardia

“Neem de tijd om goed naar iemand te luisteren en heb geduld.” Dat is het belangrijkste advies dat Coby, na bijna 20 jaar werken bij Cardia, meegeeft. Nu ze met pensioen is, kijkt ze terug op een lange carrière waarin ze met liefde en aandacht voor anderen gewerkt heeft. We spraken haar over haar tijd bij Cardia, de hoogte- en dieptepunten én haar plannen voor de toekomst.

Waar het allemaal begon

In 2003 begon Coby als receptioniste bij De Thuishaven. “Dit was toen nog een zelfstandige woonzorglocatie die niet bij Cardia hoorde”, vertelt Coby. “Mensen huurden hier een woning en genoten van de activiteiten en extra's die werden georganiseerd.” De functie van receptioniste was breed en afwisselend: “Ik belde met bewoners om hun maaltijden op te nemen, bood een helpende hand bij de organisatie van bijvoorbeeld kerstdiners en stond achter de receptie om iedereen te ontvangen.”

Een fijne tijd

Na enkele jaren maakte Coby de stap naar de rol van secretaresse van de directrice van Duinrust en De Thuishaven. Na het plotselinge overlijden van de directrice, werd ze secretaresse van de nieuwe directeur. “Het was een fijne tijd waarin ik veel leerde en mezelf verder kon ontwikkelen.” Daarna werd ze zorgmakelaar voor deze locatie, waarbij ze bewoners en hun families begeleidde bij de verhuizing.

De fusie

In 2008 kwam er een grote verandering: Duinrust en De Thuishaven fuseerden met Cardia. Dat was een heftige tijd voor Coby. “Mijn rol als secretaresse

veranderde. Ik moest plots een nieuwe baan vinden. Gelukkig kreeg ik veel steun van Cor Sol van personeelszaken, die me hielp kijken naar wat er mogelijk was.” Uiteindelijk vond Coby haar draai als receptioniste bij locatie Onderwatershof, waar ze woonzorgconsulent Monique hielp met het opzetten van het, nu o zo bekende, Klantenbureau.

Het Klantenbureau

Het Klantenbureau groeide uit tot een plek waar bewoners, families en zorgprofessionals terecht en kunnen alle vragen rondom wonen en zorg. Hier heeft Coby de rest van haar tijd bij Cardia gewerkt in een gezellig team. Ondanks dat de fusie de wereld van Coby op zijn kop zette, kijkt ze terug op een hele mooie tijd. “Ik heb zoveel lieve collega's gehad en ben nooit een dag met tegenzin naar mijn werk gegaan. Dat is toch bijzonder.”

Het mooiste aan haar werk

Het contact met mensen was wat Coby het mooiste vond aan haar werk. “Als iemand belde met een probleem, kon ik ze de weg wijzen. Mensen bellen met vragen naar het Klantenbureau, soms ten einde raad. Het geeft dan een fijn gevoel om ze te kunnen helpen, en aan het eind van het gesprek dankbaarheid te voelen.”





Coby (tweede van rechts) met haar collega's van het Klantenbureau.

“Ik ben nooit een dag met tegenzin naar mijn werk gegaan”

Coby stond bekend om haar geduld en zorgvuldige communicatie. “Als ik afsprak dat ik aan het eind van de dag terug zou bellen deed ik dat, ook zonder het antwoord op de vraag van de beller. Dat waarderen mensen enorm en vind ik zelf ook heel belangrijk.” Het feit dat bewoners en hun families Coby na jaren nog herkenden en haar persoonlijk bedankten, deed haar goed. “Dat gaf echt voldoening, je maakt toch een verschil in iemands leven.”

Met pensioen: nieuwe avonturen

Nu ze met pensioen is, heeft Coby tijd voor haar hobby's en familie. “Het voelt nu nog een beetje als vakantie!” zegt ze lachend. Ze past twee dagen per week op haar kleinkinderen en houdt daarnaast van fietsen en lezen. Samen met haar man gaat ze graag op pad, ze kijkt ernaar uit om samen meer tijd in de natuur door te brengen. “We hebben bijvoorbeeld een ‘Happen en Trappen-bon’ gekregen, dus binnenkort gaan we lekker fietsen door de Veluwe.”

Een afscheid om niet te vergeten

Coby's pensioenfeestje was een bijzonder moment. Haar collega's hadden een persoonlijk magazine voor haar gemaakt, vol met lieve woorden en herinneringen. “Het raakte me echt. Je weet niet altijd hoe anderen naar je kijken, maar die mooie woorden deden me veel.”

Coby had voor haar pensioenfeest een zaaltje afgehuurd en al haar naaste collega's uitgenodigd. “Ik wilde graag mijn eigen feestje organiseren omdat wanneer er iets op locatie georganiseerd wordt, collega's niet altijd tijd hebben. En dan wordt het zo'n verplicht nummertje, nu was het een fijn moment van samenzijn.” Met een lach kijkt ze terug op haar tijd bij Cardia. “Ik heb zoveel mooie jaren gehad en ben dankbaar voor de kansen die ik kreeg. Nu is het tijd voor mijn pensioen.”

Werken met je hart

Coby's verhaal laat zien hoe waardevol het is om met hart en ziel in de zorg te werken. Haar geduld, betrokkenheid en het contact met mensen maakten haar tot een geliefde collega en een steun voor bewoners en hun families. We wensen haar een prachtige tijd toe in dit nieuwe hoofdstuk van haar leven!

Warmte en gezelligheid

Het is alweer kerst... In de winkels klinkt kerstmuziek en er zijn veel kerstspullen te koop in de tuincentra en de kerstwinkels. Het is de tijd van warmte, gezelligheid en mooie momenten met familie en vrienden.

Voor u als bewoner van één van onze locaties is dat soms een beetje anders. Maar de welzijnsteams doen elk jaar hun best om er voor u een mooie periode van te maken. Het versieren van de algemene ruimten is iets wat met veel plezier en inzet wordt gedaan. Daar zijn ook veel vrijwilligers bij betrokken. En wat te denken van de speciale diensten, die altijd goed bezocht worden. Persoonlijk kijk ik altijd uit naar de kerstdiners waar ik dit jaar als vrijwilliger weer onderdeel van mag uitmaken. Ik vind het fijn om niet alleen de speciale maaltijden te serveren, maar om ook een praatje met u te maken.

Het is altijd goed om te zien dat er veel familieleden zijn om deel uit te maken van deze speciale bijeenkomsten. De koks doen extra hun best om voor u een mooi meergangendiner te bereiden. Samen met de versiering en de kerstmuziek geeft dit een extra dimensie aan de beleving.

Warmte en gezelligheid.....in deze tijd waar we wat minder naar buiten gaan, is het toch ook weer heel mooi om meer tijd samen door te brengen. En terug te denken aan de mooie momenten die dit jaar heeft gebracht.

Als voorzitter van de Centrale Cliëntenraad werk ik samen met de lokale Cliëntenraden om uw verblijf en verzorging zo goed mogelijk te laten verlopen binnen de mogelijkheden die er zijn. Er gebeurt veel in de wereld om ons heen. En het wordt er allemaal niet altijd vriendelijker en beter op. Laten we dus met elkaar in de gemeenschappen van de Cardia-locaties extra op elkaar letten en er voor elkaar zijn. Zo zorgen we samen voor de nodige warmte en gezelligheid.

Ik wens u hele fijne feestdagen.

Warme groeten,

Peter Olierook
Voorzitter CCR Cardia



Licht in de duisternis

“De activiteiten bij Tabitha zijn mijn redding geweest”

Josta Enthoven (83) komt meerdere keren per week naar de activiteiten van Haags Ontmoeten. Dit wordt georganiseerd door en bij Tabitha. Ook wijkbewoners kunnen daarbij aansluiten. Na het overlijden van eerst haar man en later haar tweede partner, raakte Josta in een zware periode verzeild. “Tabitha was toen voor mij het licht in de duisternis.”



Josta leerde haar man kennen op danses. “Ik stapte telkens op zijn keurige zwarte schoenen”, lacht ze. “Maar daar was hij niet boos om, hij vroeg me daarna zelfs voor de koffie! En niet snel na die nadere kennismaking trouwden we al.”

De man van Josta werkte in Nederland als ingenieur. Hij kon voor zijn werk naar Zuid-Afrika. Josta ging natuurlijk mee. Josta: “We zaten wel een week of drie op een boot om er te komen. Het waren echt andere tijden.” Hun twee kinderen werden in Zuid-Afrika geboren en groeiden er deels op. Na zo’n 25 jaar besloten Josta en haar man om weer terug te keren naar Nederland.

“Het ging thuis echt niet meer”

Terug naar Nederland

Bij terugkomst in Nederland vestigde het echtpaar zich in Gouda. Na hun pensionering kwamen Josta en haar man in Den Haag wonen,

in Loosduinen. Daar begon het Josta op te vallen dat haar man steeds vergeetachtiger werd. Later bleek hij de ziekte van Alzheimer te hebben. Er volgde een moeilijke periode, waarin zijn lieve karakter sterk veranderde.

Uiteindelijk was een gedwongen opname nodig omdat de situatie thuis verslechterde. “Eerst woonde mijn man ergens anders in Den Haag”, vertelt Josta. “Maar gelukkig kwam er na een paar maanden plek in Tabitha. Dat is bij mij om de hoek.” De echtgenoot van Josta heeft ongeveer een jaar bij Tabitha gewoond, tot zijn overlijden. “Een periode waar ik al met al toch positief op terugkijk. Mijn man heeft bij Tabitha veel liefde en goede zorg ontvangen. En ik ook, in de periode dat het me als naaste allemaal wat te veel werd. De zusters waren toen echt begaan met mij.”

Zelf eenzaamheid doorbreken

In de periode na het overlijden van haar echtgenoot ontmoette Josta een sympathieke man in de Ontmoetingskerk. Ook hij was zijn partner verloren. Langzaam ontwikkelde hun band zich tot een relatie. Samen gingen ze ook naar de diensten bij Tabitha. “We hebben mooie jaren samen gehad” vertelt Josta. “Maar helaas werd mijn vriend ook ziek, en hij overleed.” Nog meer verlies voor Josta, wat haar veel verdriet deed.

In de coronatijd voelde Josta zich nog eenzamer en verdrietiger. “Ik verloor steeds meer. Mijn vrijwilligerswerk stopte, en mijn gezondheid ging achteruit. Ik voelde me daardoor ook niet meer

veilig op de fiets in het verkeer.. Hierdoor werd mijn wereld kleiner. Ik heb wel mijn kinderen, maar die wonen niet in de buurt.”

Josta vertelt dat het in die periode allemaal niet meer zo hoefde voor haar. “Maar toen dacht ik: ‘Kom op Josta, als je wat wilt, dan moet je het zelf doen!’ Dus ging ik naast de diensten ook naar andere activiteiten bij Tabitha, om mijn eenzaamheid te doorbreken.”

“Ik doe er weer toe!”

Redding

“Terugkijkend kan ik zeggen dat de activiteiten bij Tabitha mijn redding zijn geweest in die verdrietige tijden. Dat zijn voor mij de kerkelijke vieringen, het zincafé en de leuke activiteiten van het Haags Ontmoeten. Samenkomen met anderen uit de wijk deed én doet me ontzettend goed. Het geeft je weer structuur. En de medewerkers van Tabitha Welzijn zijn zo vriendelijk, dan voel je je welkom.

Bovendien zijn de activiteiten, zoals stoelgym, geheugentraining en de creatieve middagen uitdagend voor lichaam en geest. Ik doe weer andere ervaringen op en ik leer er echt dingen van. Daarnaast geeft het contact met de wijkbewoners me energie. Ik voel me er weer toe doen en we hebben onderling ook contact, zo geweldig!”



Meer weten over Haags Ontmoeten?

Voelt u zich ook wel eens eenzaam? Dat is voor niemand fijn! U bent van harte welkom bij de activiteiten van Haags Ontmoeten in onze locaties. Bekijk onze website voor meer informatie: <https://www.cardia.nl/onze-zorg/haags-ontmoeten>.

Het Vriendenfonds heeft een nieuw bestuur

Het Vriendenfonds Cardia zet zich in voor het welzijn van de bewoners van Cardia. Onlangs zijn er wijzigingen geweest in het bestuur van het Vriendenfonds. Tijd dus voor een voorstelronde! Maak kennis met Stef, Merel, Ria, Rieke, Peter en Eric. Met passie zetten zij zich in voor de bewoners en cliënten van Cardia. Om ervoor te zorgen dat het leven waardevol en ook leuk blijft.



Stef Beun, voorzitter:
Verbinden en innoveren

Ik ben Stef Beun, getrouwd en vader van twee dochters, en inmiddels opa van een kleinzoon. Na een carrière in het toerisme en vijftien jaar bij een welzijnsorganisatie, ben ik nu voorzitter van het Vriendenfonds Cardia. Mijn focus ligt op het inzetten van innovatieve middelen om het welzijn van onze bewoners te verhogen. Dankzij mijn netwerk in Den Haag kunnen we sneller en effectiever samenwerken. Mijn passie is reizen, omdat ik geloof dat kennismaking met andere culturen je horizon verbreedt.

Merel Lelivelt, bestuurslid:
Van overheid naar zorg en welzijn

Mijn naam is Merel en ik woon in Den Haag met mijn man en zoon. Na een loopbaan bij de overheid, besloot ik vier jaar geleden de overstap te maken naar de zorg. Ik startte als zij-instromer en werk sinds 2024 als Coördinator Welzijn bij Tabitha in Loosduinen. Hier organiseer ik activiteiten die de bewoners helpen zich thuis te voelen en die bijdragen aan hun welzijn. Mijn communicatieachtergrond komt goed van pas, zowel in mijn werk als in mijn rol als bestuurslid bij het Vriendenfonds. In mijn vrije tijd sta ik graag in de keuken of in de sportschool, zo blijf ik in balans.

Ria Roelands, bestuurslid:
De buurt verbinden

Ik ben Ria Roelands en ik woon in Scheveningen. Ik ben gepensioneerd teamcoach. Ook na mijn pensionering ben ik actief gebleven in de buurt, onder andere met het initiatief 'Ouder worden voor beginners'. We willen hiermee de sociale cohesie versterken door buurtactiviteiten te organiseren en informele zorg aan huis te bieden. Sinds 2022 ben ik bestuurslid van het Vriendenfonds, waar ik erop toezie dat onze projecten bijdragen aan de verbinding tussen bewoners en hun omgeving. Mijn liefde voor klassieke muziek uit ik als sopraan in het Haags Toonkunstkoor.

Rieke van der Weg-Rip, bestuurslid:
Vrijwilligerscoördinator met zorgervaring

Ik ben Rieke van der Weg – Rip en ik woon in Wateringen. Na een periode als doktersassistente miste ik het directe contact met mensen en vond ik mijn plek als coördinator vrijwilligers bij Tabitha. In het Vriendenfonds kan ik mijn ervaring als vrijwilligerscoördinator en zorgmedewerker inzetten. Mijn empathie en humor helpen mij om projecten goed te beoordelen en tegelijk een positieve bijdrage te leveren aan het team. Thuis geniet ik van mijn gezin, mijn kleinkinderen, en binnenkort van een nieuwe Labradoodle pup.

Cardia Vriendenfonds



Peter Lugthart, bestuurslid voor de financiële administratie:

Financieel overzicht en een luisterend oor

Ik ben Peter en werk inmiddels ruim zes jaar voor Cardia als coördinator financiën. Dagelijks zet ik me in om, met de talenten die mij zijn gegeven, te zorgen voor een financieel gezonde organisatie. Als vrijwilliger ondersteun ik bij het zingen van geestelijke liederen op de tweede etage van Landscheiding. Hierdoor heb ik veel bewoners leren kennen, iets wat ik erg waardeer. Binnen het Vriendenfonds ben ik algemeen bestuurslid en verzorg ik de notulen en de administratie. Op deze manier help ik activiteiten en uitjes te realiseren die onze bewoners en thuiswonende cliënten net dat beetje extra geven. Deze drie rollen vervul ik met veel plezier, bezieling en deskundigheid voor Cardia en het Vriendenfonds.

Doneer aan het Vriendenfonds Cardia via onze vernieuwde website!

Voor haar inkomsten is het Vriendenfonds Cardia afhankelijk van donaties, sponsoring en nalatenschappen. U kunt ook zelf in actie komen en het Vriendenfonds helpen door het beschikbaar stellen van uw tijd, kennis of uw netwerk. Daarnaast kunt u ons natuurlijk steunen door middel van een donatie. Met trots presenteren we naast een nieuw bestuur, ook onze vernieuwde website mét donatiemogelijkheden. Het is nu nog eenvoudiger om een donatie te doen.



Scan de QR-code om naar onze nieuwe website te gaan!

Elke donatie is van harte welkom en wordt goed besteed. U kunt uw donatie doen via onze website. Daar kunt u aangeven welk bedrag u wilt doneren en of u een specifiek project wilt steunen. Natuurlijk is het ook mogelijk om een bijdrage over te maken op het rekeningnummer van het Vriendenfonds. U kunt uw donatie overmaken op rekeningnummer NL 71INGB 0001 0870 82 ten name van Vriendenfonds Cardia.



Eric Renson, penningmeester:

Duurzaam en innovatief

Ik ben Eric Renson, geboren in Den Haag en nu woonachtig in Voorburg. Tot 2020 was ik werkzaam bij Wijkz, hier was ik vanaf het begin betrokken bij het project 'introductie van ICT in het wijkwerk'. Als penningmeester van het Vriendenfonds richt ik mij op duurzame projecten die bijdragen aan het welzijn van bewoners. Mijn ervaring als projectleider en secretaris komt goed van pas bij het coördineren van deze initiatieven. Met een gezonde dosis humor en realisme probeer ik altijd de juiste balans te vinden tussen innovatie en praktische uitvoerbaarheid.

Stagiaires aan het woord

Vrijwilligerswerk in Bosnië: een onvergetelijke ervaring

Fatma en Aleyna, twee studenten Verpleegkunde aan MBO Rijnland in Zoetermeer, lopen stage bij Tabitha. Ze kregen een bijzondere kans: een week vrijwilligerswerk doen bij een woonzorginstelling in Bosnië. In die week hielpen ze drie dagen mee in een zorgcomplex, onder omstandigheden die totaal anders waren dan wat ze in Nederland gewend zijn. Wat ze daar zagen, maakte veel indruk.



De reis naar Zavod Drin

De reis begon met een lange busrit door een gebied dat recent was getroffen door overstromingen. "We zagen veel kapotte wegen, omgevallen bomen en overal afval," vertelt Aleyna. De gevolgen van de overstromingen werden meteen duidelijk. Uiteindelijk arriveerden ze bij hun hotel. Gelegen in de bergen dichtbij Zavod Drin, een groot zorgcomplex met vijf verdiepingen, waar ze aan de slag gingen.

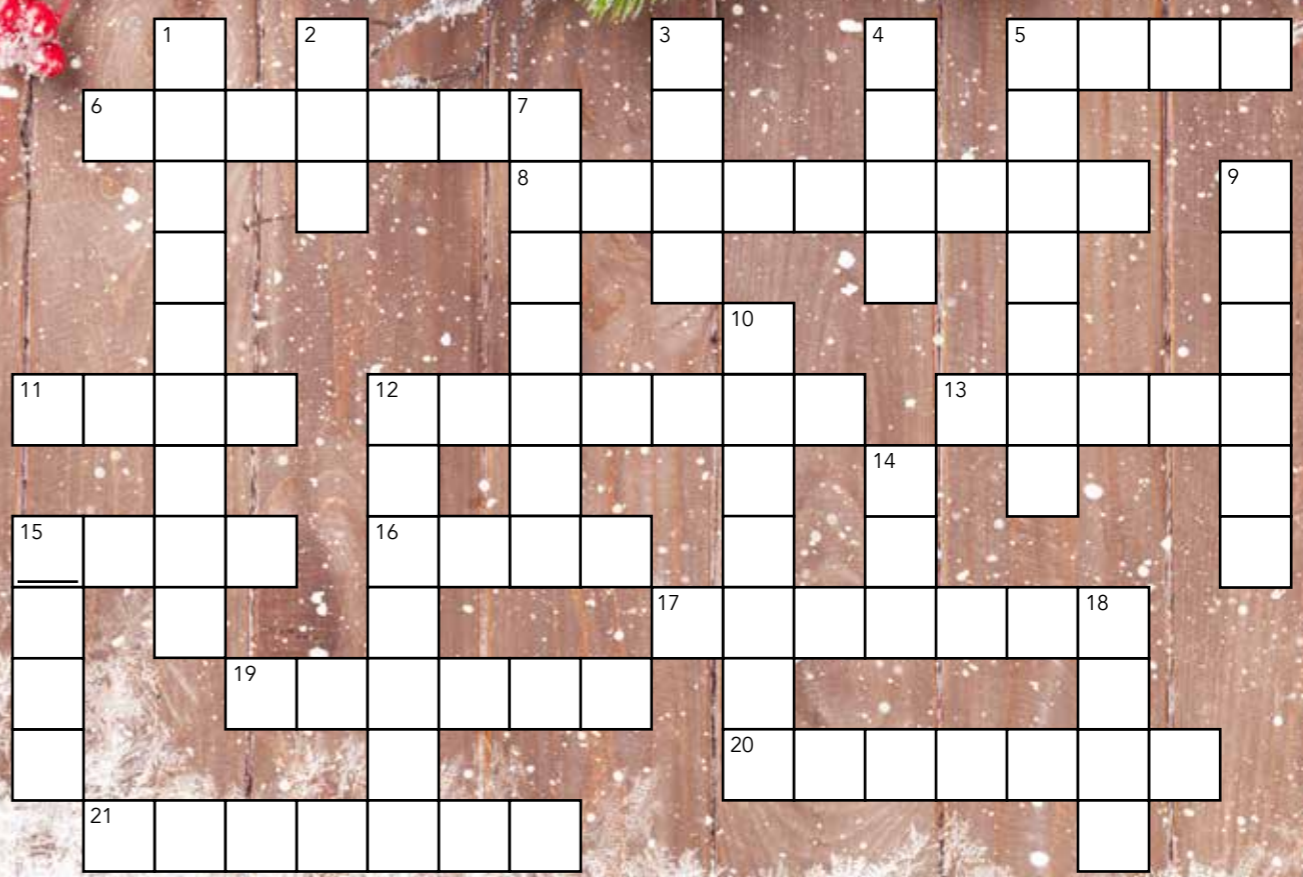
Werken in een onbekende zorginstelling

In Zavod Drin wonen mensen met verschillende

leeftijden en behoeften. De eerste twee verdiepingen zijn voor volwassenen, de derde en vierde voor kinderen, en de bovenste verdieping is voor baby's. Daarnaast zijn er bijgebouwen voor mensen met psychische problemen en andere beperkingen. "Het was een heel groot complex, maar alles voelde er kaal en somber aan," zegt Fatma. De meiden pakten verschillende taken op. Ze deden activiteiten met de bewoners, zoals knutselen en spelletjes, en gebruikten het geld dat ze in Nederland hadden ingezameld om nieuwe matrassen, lakens en speelgoed te kopen. Aleyna: "We wilden de ruimtes wat gezelliger maken."



Kerst puzzel



We kochten ook kleine cadeautjes, zoals armbandjes en haarelastiekjes, daar werden de bewoners heel blij van." Daarnaast hielpen ze met het opruimen van afval rond het gebouw, dat door de overstromingen overal verspreid lag.

Zorgen met een groot hart

Wat hen het meest opviel, was hoe de zorg daar werd georganiseerd. Er waren veel minder middelen dan in Nederland. "Er waren bijvoorbeeld geen liften om mensen uit bed te helpen, geen psychologen en geen activiteitenbegeleiders," legt Fatma uit. "Toch klaagde niemand. De medewerkers deden alles zelf en werkten met zoveel liefde en passie. Dat maakte echt indruk." Met slechts twee zorgverleners op een afdeling van veertig bewoners hadden de medewerkers een zware taak. Toch straalden ze rust uit en zorgden ze met hun hart. Aleyna: "Het voelde alsof ze zorgden voor hun eigen familie. Dat was heel bijzonder om te zien."

Verschillen met Nederland

De verschillen in hygiëne en voorzieningen waren een grote schok voor Fatma en Aleyna. "In Nederland is alles schoon en goed geregeld. Hier was het soms echt smerig," zegt Aleyna. "Roken was bijvoorbeeld overal toegestaan, ook binnen in

de kamers. Dat kunnen wij ons in Nederland niet meer voorstellen." Toch zagen ze ook dingen die hen inspireerden. "In Nederland draait alles om efficiëntie, maar hier namen ze echt de tijd voor de bewoners," zegt Fatma. "Die persoonlijke aandacht en warmte is iets wat wij ook meer kunnen doen."

Een ervaring om nooit te vergeten

Naast hun werk in Zavod Drin bezochten Fatma en Aleyna ook een huisartsenpost, een moskee én leerden ze over de geschiedenis van het land. Daarnaast kregen ze inzicht in de cultuur. Opvallend was de scheiding tussen islamitische en christelijke ziekenhuizen. De week eindigde met een bezoek aan de hoofdstad Sarajevo, wat door de rijkdom en mooie gebouwen weer een heel ander beeld van Bosnië gaf.

Dankbaar en geïnspireerd

Fatma en Aleyna kijken met dankbaarheid terug op hun ervaring. "We hebben hier in Nederland zoveel meer mogelijkheden en mogen echt niet klagen," zegt Aleyna. "Maar we kunnen wel iets leren van hoe ze daar met hun hart werken." Hun advies aan andere studenten is duidelijk: "Als je de kans krijgt om vrijwilligerswerk te doen in het buitenland, grijp die kans. Het is iets wat je je hele leven bijblijft."

Horizontaal:

- 5 Waar passen de herders op hun schapen?
- 6 Wat geeft de wijze aan Jezus?
- 8 De wijzen _____ Jezus (bedanken, eren)
- 11 Er is een kinderke geboren op _____
- 12 In welke streek ligt Nazaret?
- 13 In de _____ houden de herders de wacht
- 15 Waarin wordt Jezus geboren?
- 16 De engel zegt: Wees niet _____
- 17 Wie horen als eerste dat Jezus geboren is?
- 19 Wie van Jezus
- 20 Jezus wordt in een stal _____
- 21 Wie zingen dat Jezus is geboren?

Verticaal:

- 1 Beroep van Jozef (Mat. 13:55)
- 2 De engelen zingen: _____ zij God in de hoge
- 3 Een _____ is ons geboren (Jes. 9:5)
- 4 Betekenis van de naam Jezus, God _____
- 5 Ander woord voor kribbe
- 9 De wijze mannen komen uit het _____
- 10 Andere naam voor een hotel
- 12 Naam van de engel die bij Maria komt
- 14 Jezus is de zoon van _____
- 15 In de kribbe ligt _____
- 18 De wijzen volgen een _____

De antwoorden kun je ook vinden in:

Matteüs 2:1-12 en Lucas 1:26-38 en Lucas 2:1-21

Woordzoeker

Zoek de onderstaande woorden in de woordenzoeker.

G	K	S	E	J	T	H	C	I	L
M	O	O	B	T	S	R	E	K	K
G	D	U	N	H	V	T	D	K	E
E	H	E	D	I	M	I	E	A	R
B	E	L	C	R	N	R	N	A	S
O	R	H	A	E	S	G	G	R	T
O	D	W	R	T	M	A	E	S	S
R	E	E	M	S	S	B	L	N	T
T	R	I	D	O	N	K	E	R	O
E	S	N	E	E	U	W	N	R	L

DECEMBER
DINER
DONKER
ENGELEN
GEBORTE
GOUD

HERDERS
KAARS
KERSTBOOM
KERSTMIS
KERSTSTOL
KONINGEN

LICHTJES
SNEEUW
STAL
STER
WARMTE



Cardia Klantenbureau

- facebook.com/cardiazorg
- instagram.com/cardiazorg
- youtube.com/cardiahartvoorzorg
- linkedin.com/company/cardia

Bij het Klantenbureau kunt u terecht voor al uw vragen over:

- ✓ Wonen in één van de locaties van Cardia
- ✓ Huren van een woning met zorg uit het VPT zorgpakket
- ✓ Thuiszorg van Cardia (verpleging, zorg en ondersteuning)
- ✓ Dagbesteding in onze ontmoetingscentra
- ✓ Overige diensten en producten van Cardia
- ✓ Advies en wachtlijstbemiddeling
- ✓ Rondleidingen in onze locaties



070 8008 888

Nieuwe tarieven per 1 januari 2025

Per 1 januari 2025 gaan wij nieuwe tarieven berekenen voor onze dienstverlening buiten de gesubsidieerde activiteiten. Wij volgen in principe hiervoor de landelijke consumentenindexatie. Gezien de inflatiecijfers zijn wij actief in gesprek met diverse leveranciers om onze en uw kosten beheersbaar te houden. Wij hopen dat we op uw begrip voor deze maatregel mogen rekenen.

Heeft u vragen over de actuele tarieven? Dan kunt u contact opnemen met het Klantenbureau van Cardia via telefoonnummer 070 - 8008 888.

Onze medewerkers staan u graag te woord!

Het Klantenbureau is telefonisch bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8:30 tot 17:00 uur. Bel ons via **070 8008 888** of stuur een mail naar klantenbureau@cardia.nl.

Heeft u een vraag over de huishoudelijke ondersteuning? Bel dan met het team van de huishoudelijke verzorging op **070-8008 396**.

U kunt natuurlijk ook altijd een kijkje nemen op onze website www.cardia.nl. Of volg ons op social media!



ZEG JA! TEGEN CARDIA

Heb jij hart voor de zorg en wil je direct aan de slag? Dan is Cardia écht iets voor jou!



Bij Cardia werk je in kleine teams met veel ruimte voor jouw deskundigheid. Wil je flexibel werken én doorgroeien in je vak? Cardia biedt het allemaal!



Benieuwd naar de vacatures?
Scan de QR-code

werkenbij@cardia.nl of stuur een
WhatsApp naar 06-43459222

Hart voor verbinding. Hart voor ouderen. Hart voor zorg.

Bekijk onze vacatures

**Als
HELPENDE
NIVEAU 2**
draai je wisselende diensten en sta je altijd klaar voor onze bewoners!

**Als
VERPLEEGKUNDIGE
NIVEAU 4**
coördineer je het hele zorgproces van de bewoners.

**Als
VERZORGENDE IG
PG & SOMATIEK**
geef jij onze cliënten de zorg die ze nodig hebben!

