

Etcedrah

Mei 2017 · Jaargang 3 · Nummer 2

Wat we doen: postzegels verzamelen

'Als ik met de postzegels bezig ben, geeft me dat rust.'

**Insteken, omslaan, doorhalen
en af laten glijden...**

De handwerkclub is ijverig in de weer

De zorgprofessionals en hun beroepstrots

Chris Boeijsinga en Lydia van Baak over deskundigheidsbevordering



A
E
N
C

Dé totaaloplossing voor al uw automatiserings en audiovisuele vraagstukken

Kennis van zaken en producten / **Betrouwbaar** en **eerlijk** advies / Uitstekende **service** en **kwaliteit** / **Klantcentraal** beleid / Automatiseren op basis van **continuïteit** / Presenteren met **passie**

AENC. ICT SOLUTIONS
WEBSOLUTIONS
AUDIOVISUAL

A. Ohmweg 65-67, 2952 BB Alblasserdam
T. +31 78 69 95 888 | E. info@aenc.nl | I. www.aenc.nl

CREZÉE
GRAFISCHE OPLOSSINGEN

**DRUKKEN IS
GEEN ROCKET
SCIENCE,
HET IS EEN VAK!**

CREZÉE GRAFISCHE OPLOSSINGEN
ENERGIEWEG 31 | 4231 DJ MEERKERK | TEL. 0183 - 35 82 82
INFO@CREZEE.NL | WWW.CREZEE.NL



'Ik vind het mooi wanneer professionals in de ouderenzorg trots zijn op hun werk.'

Waardigheid en trots

Met het programma 'Waardigheid en Trots' probeert het Ministerie van Volksgezondheid de kwaliteit van leven en het welbevinden van cliënten en medewerkers in de ouderenzorg te stimuleren. Ook Cedrah werkt met extra middelen uit dit programma.

Hoe kijken wij eigenlijk vanuit Bijbelse principes naar de termen 'waardigheid' en 'trots'? Deze vraag kwam ter sprake tijdens een gesprek met de cliëntenraad van Cedrah over de invulling van het programma binnen onze organisatie. Een goede vraag die om een helder antwoord vraagt.

Het woordenboek en de Bijbel

De Dikke van Dale omschrijft waardigheid als 'een hoedanigheid van waardig zijn, eerbied verdienen'. Dat duidt op achting en respect, een gevoel van eigenwaarde. Zo lang dat niet gepaard gaat met 'je ergens te goed voor voelen' is daar niets mis mee. Sterker nog, het is juist prachtig als rekening gehouden wordt met wensen en behoeften, met wat mensen (nog) kunnen. Trots wordt in het woordenboek omschreven als 'het gevoel van meer zijn dan een ander, hoogmoed'. Dit is niet in overeenstemming met een Bijbelse levenswijze. Maar er is ook een positieve uitleg: 'fierheid bij het volbrengen van iets groots of het bezit van iets kostelijks, trots op iets waarop men betrokken is'. Dan gaat het over beroepstrots. Ik vind het mooi wanneer professionals in de ouderenzorg trots zijn op hun werk en de organisatie waar zij onderdeel van zijn!

Niet waardig... maar wel een groot geloof

De hoofdman over honderd (Lukas 7) achtte zichzelf niet waardig genoeg om tot Jezus te komen. Het is genade als wij met al onze waardigheid en trots onszelf niet waardig achten dat Hij naar ons omziet. Het is ook genade als wij ondanks of juist dankzij dit 'mishagen' de toevlucht tot Hem nemen en Hij ook over ons zegt: 'Ik heb zo groot een geloof zelfs in Israël niet gevonden.'

Teunis Stoop,
Raad van Bestuur

COLOFON

Etcedrah is een uitgave van Cedrah

Redactieadres

Barbizonlaan 1
2908 MA Capelle a/d IJssel
T 010 2075858
E redactie@cedrah.nl

Eindredactie

Teunis Stoop,
Jannemarie Borsboom

Redactie

Angelique van Damme, Johan van der Elst, Ada Kragten, Anne Spruijt, Lia Zeeman

Oplage

Versijnt drie keer per jaar in een oplage van 18.000 stuks

Vormgeving

Doordacht, Bodegraven

Fotografie

Adriaan Verhoeven,
Jannemarie Borsboom

Druk

Crezée Meerkerk BV

Foto omslag

Twee dames in gesprek op de handwerkclub in Uitzicht.

Deze keer in Etcedrah



10

DE ZORGPROFESSIONALS EN HUN BEROEPSTROTS

Chris Boeijinga en Lydia van Baak over deskundigheidsbevordering



31

IN HET ZONNETJE

Verzorgende Wilco Dekker krijgt veel terug voor zijn werk



18

TWEE GENERATIES

Moeder Punt en dochter Mieke

6 UIT LAND EN LOCATIES

Actualiteitenrubriek

9 ACTUEEL

Klanttevredenheidsonderzoek huurders Cedrah

14 IN HET ZONNETJE

Klazien Sterkenburg wordt gewaardeerd

15 BOEKEN

Recensies

15 COLUMN

Kees van der Staaij over méér keuzevrijheid, méér handen aan het bed en minder regels

16 LEVENSVRAGEN

Het heft in eigen handen...

17 OP STAP MET

Wilmer Wisse werkt als verpleegkundige

23 ZWEEDSE PUZZEL

Win een dinercheque!

24 RONDOM DE TAFEL

De handwerkclub

26 WAT WE DOEN

De heer J. Hengst verzamelt postzegels

28 HET RECEPT VAN

De heer J. van der Vlies

29 BEELD IN WOORDEN

Beneden waardigheid

32 CEDRAHLOCATIES

Waar vindt u ons?

33 UITGELICHTE LOCATIE

Heerlijk wonen in Nebo!

33 INGELIJST

Worden als een kind

34 MEDITATIE

Een sierlijke kroon

35 GEZIEN

Als je haar maar goed zit!

'Het mooiste vind ik als iemand mijn hand pakt en een kneepje geeft en dan mij dankbaar aankijkt.'



Gewaardeerde vrijwilliger

Klazien Sterkenburg (69) is al zo'n 20 jaar vrijwilliger in Rehoboth. Ze verzorgt één keer in de week een (creatieve) activiteit in de zaal voor alle cliënten, helpt in het restaurant om de mensen van eten te voorzien en verzorgt ook nog een ochtend of een avond het koffiemoment. 'Als er een keer geen dagsluiting is,

dan mis ik het echt. Het is een onderdeel van mijn leven, ik heb er veel van geleerd op allerlei gebieden. Het is ook fijn dat ik wat voor het personeel kan betekenen, ze vinden het zo fijn als ik een paar afwasjes doe als ik even niets te doen heb.' Klazien wordt als vrijwilliger erg gewaardeerd in Rehoboth!



Kees van der Staaij in d'Amandelhof

Op maandag 13 maart bracht SGP-leider Kees van der Staaij een bezoek aan d'Amandelhof. De ochtend begon met een ontspannen ontmoeting met de bewoners. Vele gesprekken vonden plaats waarbij bewoners en Kees van der Staaij elkaar mochten bemoedigen.

Vervolgens was het tijd voor de vrijwilligers en medewerkers om alles wat ze altijd al van de SGP-leider wilden weten, te vragen. Het mooie van het werken in de oude-

renzorg én de zorgen om de bekostiging ervan kwamen aan bod. In de woorden van Van der Staaij: 'We mogen de 'wijsheid van de grijsheid' erkennen. Oudere mensen zijn juist ook van waarde. En daar hoort bij dat er voldoende geld is voor de zorg én voldoende mensen die in de zorg werken.' Aan het einde van zijn bezoek knoopte Van der Staaij nog even een schort voor om te helpen met het serveren van de warme maaltijd aan bewoners.

Feestelijke heropening ontmoetingsruimte Uitzicht

Op maandagochtend 6 februari was het feest in de grote zaal De Haven in Uitzicht. In de afgelopen maanden hebben diverse mensen hard gewerkt om de zaal te veranderen in een ontmoetingsruimte, waar bewoners, familie, vrijwilligers, medewerkers en gasten van harte welkom zijn.

Nadat iedereen voorzien was van een kopje koffie of thee met een petit-four, knipte teamleider Wim van Veen het lint door en werd de Haven officieel in gebruik genomen als gezellige ontmoetingsruimte!

Bezoekers kunnen hier gezellig met elkaar koffie drinken, spelletjes doen, samen over vroeger praten, of zomaar genieten van het samen zijn. Daarnaast kan men ook de warme maaltijd gebruiken in het restaurant van 12.30-14.00 uur.

Iedereen is van harte welkom!



Waarborgzegel Fixatievrije Zorginstelling 2017-2019 voor Beth-San

Locatie Beth-San heeft het Waarborgzegel Fixatievrije Zorginstelling met één ster ontvangen. Het waarborgzegel is sinds 2011 een kompas en een beloning voor zorginstellingen die zich inzetten voor bewegingsvrijheid voor mensen met dementie.

De norm bij één ster is dat er bij mensen met dementie of een delier

geen fixatiemiddelen gebruikt worden, zoals onrustbanden, stoelgordels, verpleegdekens en spanlakens. Op 7 maart werd de ster feestelijk onthuld door mevrouw Van de Ruitenbeek, bewoonster van de afdeling Kleinschalig Wonen. Wij zijn blij met het behalen van deze mijlpaal en bedanken allen die hieraan hebben bijgedragen. Op naar de tweede ster!



Gezellige vrijwilligersbijeenkomst Eben-Haëzer

Op 7 februari werd in Eben-Haëzer een bijeenkomst gehouden met de vrijwilligers van de activiteitenbegeleiding. Door de inzet van deze vrijwilligers is het mogelijk dat de bewoners aan de activiteiten kunnen deelnemen. De vrijwilligers ervaren het als waardevol om tijdens een bijeenkomst ervaringen uit te wisselen.

Na een kopje koffie met wat lekkers is er eerst een kennismakingsspel gehouden, wat veel gezelligheid gaf. Teamleider Joke Murre vertelde vervolgens in het kort wat over de Cedrahboom, die symbool staat voor de wijze waarop we binnen Cedrah willen werken. Daarna werd een spel gedaan over de activiteiten. Alle vrijwilligers kwamen aan het woord en konden hun ervaringen delen. We kijken terug op een geslaagde en gezellige middag!



Prachtige klederdrachtshow in Beth-San

Op dinsdag 28 februari was het een drukte van belang in Beth-San. Ruim honderd bezoekers waren gekomen om de prachtige klederdrachtshow bij te wonen. Folklore-groep Veluws Pracht vertoonde authentieke klederdracht, die vroeger langs de voormalige Zuiderzeekust van Hierden naar Kampen werd gedragen.

Zo werden onder andere de tipmuts met het oorijzer, de knipmuts, werkkleding, opknappersgoed (uitgaanskleding) en kerkkleding geshowd. Omdat men uit ervaring weet dat toeschouwers het meest genieten van de kinderen, lag de nadruk vooral op het showen van de kinderkleding. Vooral het kleinste meisje stal de harten van de toeschouwers met haar mooie krullen en prachtige kleren. Een geslaagde middag!



Eben-Haëzer



Nebo



d'Amandelhof

Vrijwilligersactie NLdoet op locaties groot succes!

Op vrijdag 10 en zaterdag 11 maart was het op de locaties van Cedrah een gezellige drukte. Tijdens de jaarlijkse vrijwilligersactie NLdoet staken in totaal ruim 200 vrijwilligers in d'Amandelhof, Beth-San, Eben-Haëzer, Nebo en Rehoboth de handen uit de mouwen. Er werden ramen gezeemd, rollators gepoetst en gezellige activiteiten gedaan met bewoners. We kijken terug op zeer geslaagde en gezellige dagen!

Nebo

In Nebo was een enthousiaste groep vrijwilligers, waaronder 45 jongeren van Zin-In, aanwezig om de handen uit de mouwen te steken. Het terras en het terrasmeubilair kregen een grote schoonmaakbeurt, ramen werden gelapt, appartementen van bewoners kregen een grote schoonmaakbeurt en algemene ruimten werden onderhanden genomen. Tussendoor was er ook tijd voor onderlinge contacten en een praatje met de bewoners.

Beth-San

In Beth-San hielpen vrijwilligers van buitenaf, medewerkers en mantelzorgers met schoonmaakklussen, voet- of handverzorging, een ritje op de duofiets of een bezoekje aan de kerken in het dorp. Ook was er een grote groep leerlingen van het Goudse Hoornbeeck College aanwezig.

Eben-Haëzer

In Eben-Haëzer gingen vrijwilligers aan de slag met muren verven, ramen zemen, kantoren schoonmaken en rollators en rolstoelen poetsen. Verder werden er pannenkoeken en taarten gebakken op de woongroepen. De bewoners genoten van de bedrijvigheid in huis of een rondje wandelen in het heerlijke voorjaarszonnetje.

d'Amandelhof

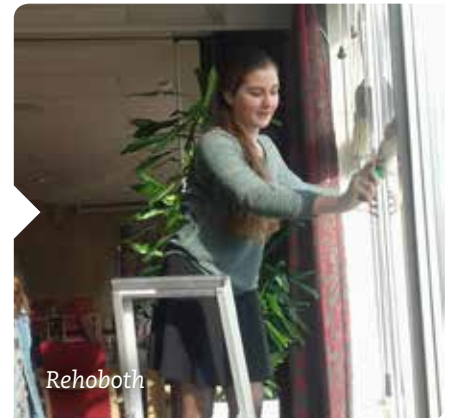
Naast de vele vrijwilligers leverden ook wethouders Meuldijk en Van Cappelle van de gemeente Capelle a/d IJssel een bijdrage aan NLdoet in d'Amandelhof. Er werden spelletjes gespeeld, maar ook hard gewerkt: verven, tuinmeubels weer buiten zetten, schoonmaken; niets was teveel. Er was ook ruimte voor creativiteit; bewoners en bezoekers hebben een glas met bloembolletje gedecoreerd.

Rehoboth Goes

Op vrijdag 10 maart konden de bewoners van Rehoboth genieten van een rondrit langs bekende plekken die de gedachten terugvoerden naar vroeger. Op zaterdag werd de binnentuin van afdeling de Zwaluw leeg- en klaargemaakt voor het nieuwe project: een dementie-beleef-tuin. Andere vrijwilligers pakten de sopdoek op en maakten vele ruimten en ramen schoon.



Beth-San



Rehoboth



Rehoboth



Leden huurdersraad en bewonerscommissies gezocht!

Cedrah vindt het belangrijk dat bewoners, huurders en hun familie meedenken over en invloed hebben op het wonen bij Cedrah. Daarom richt Cedrah een huurdersraad voor heel Cedrah en bewonerscommissies per locatie op. Bent u bewoner, huurder of familielid en wilt u meedenken over onderwerpen als huurverhoging, onderhoud en nieuwbouw? Meld u dan aan voor de huurdersraad of bewonerscommissie!

Meer informatie?

Neem contact op met Johan van der Elst via 010 207 58 58 of j.vanderelst@cedrah.nl.

Klanttevredenheidsonderzoek huurders Cedrah

In augustus 2016 is onder alle huurders van Cedrah een klanttevredenheidsonderzoek uitgevoerd. Wij voeren dit onderzoek uit om onze dienstverlening te verbeteren. We ontvingen 231 ingevulde enquêtes retour, een mooi resultaat! 125 personen wilden meewerken aan een verdiepend onderzoek, 15 van deze bewoners zijn geïnterviewd.

Cedrah krijgt van de huurders een positieve score voor wonen, contact en dienstverlening. Deze hoge score komt mede door de hoge waardering voor de reformatorische identiteit van Cedrah. We zien dit als een compliment! We doen er alles aan om deze identiteit blijvend vorm te geven en huurders het gevoel te geven dat zij bij Cedrah 'thuis' zijn.

Verbeterpunten

Uit het klanttevredenheidsonderzoek komen verschillende onderwerpen naar voren die wij moeten verbeteren. De vier belangrijkste punten die we oppakken zijn:

1. Duidelijke communicatie

We laten onze informatie over bijvoorbeeld de huurprijs en nieuwbouwplannen nog beter aansluiten bij onze huurders en houden hen op de hoogte van ontwikkelingen.

2. Kwaliteit van leven

Beslissingen die we nemen rondom wonen dragen zoveel mogelijk bij aan mobiliteit, sociale contacten en zelfredzaamheid.

3. Herkenbaarheid en nabijheid

Door een combinatie van techniek en mens is er altijd hulp en een aanspreekpunt aanwezig in de gebouwen.

4. Woonservicepunt

Nu het Woonservicepunt een jaar bestaat, besteden we opnieuw aandacht aan de werkwijze hiervan, zodat alle huurders op dezelfde wijze en zo snel mogelijk geholpen worden.

Verbeterplan per locatie

Veel mensen noemden aandachtspunten voor hun woning en woonomgeving. Per locatie is daarom een plan opgesteld met verbeteringen. Via de locaties worden de huurders hierover geïnformeerd.

Alle huurders die meewerkten, willen wij hartelijk bedanken!



Begin 2015 presenteerde staatssecretaris Van Rijn zijn plan Waardigheid en Trots, liefdevolle zorg voor onze ouderen. Het doel: de kwaliteit van de verpleeghuiszorg in Nederland duurzaam verbeteren. 'Ik wil in ieder Nederlands verpleeghuis liefdevolle zorg door trotse medewerkers, die bijdraagt aan een waardige oude dag', aldus Van Rijn. In dit artikel nemen wij u mee naar een van de speerpunten uit het plan: meer ruimte voor en kwaliteit van professionals en hun beroepstrots.

De zorgprofessionals en hun beroepstrots

Door Chris Boeijinga en Lydia van Baak

Omdat de zorg verandert en steeds complexer wordt, is het noodzakelijk medewerkers in de zorg toe te rusten en bij te scholen. We noemen dit ook wel 'deskundigheidsbevordering'. Met het programma Waardigheid en Trots is er financiële ruimte gekomen om te investeren in deze deskundigheidsbevordering. Als regionale werkgeversorganisaties zijn wij hier natuurlijk blij mee. Indirect draagt het bij aan onze doelstelling om samen met aangesloten organisaties, waarvan sommigen deelnemen aan het programma, te werken aan een evenwichtige arbeidsmarkt in de zorg- en welzijnssector met goed geschoolde medewerkers.

Normenkaders

We plaatsen echter ook een kritische noot bij het plan van Van Rijn. Want hoewel de insteek positief is, heeft het programma toch een behoorlijk instrumenteel karakter. De meetlat komt tevoorschijn en er wordt gewerkt met normenkaders waaraan moet worden voldaan. Het gros van de zorgmedewerkers is met volle bezieling aan het werk en haalt voldoening uit goed contact met een tevreden cliënt. Of het programma daar nu echt aan bijdraagt, is de vraag. Bovendien kan het programma de indruk wekken dat de zorg twee jaar terug heel slecht was. Natuurlijk, overal waar gewerkt wordt, worden fouten gemaakt. Dus het is goed dat organisaties zich inzetten om optimale zorg te verlenen. Maar was het echt zo slecht? Incidenten worden breed uitgemeten in het nieuws, waardoor de zorgsector in een bepaald daglicht wordt gesteld, terwijl die incidenten slechts voor een beperkt aantal instellingen gelden.

Personeelstekort

Er wordt momenteel veel gesproken en geschreven over een hoge werkdruk en tekort aan personeel in de zorg. Vanuit onze werkgeversorganisaties zien wij daar een aantal oorzaken voor. Het begint eigenlijk bij de totale transformatie in de zorgsector. De zorgzwaarte neemt toe, er wordt meer thuiszorg verleend en er is veel meer

contact met de sociale omgeving van een cliënt. Dat vraagt andere competenties van zorgprofessionals. Het kost tijd om dat goed in beeld te krijgen en daar op in te spelen. Er is een ander 'model' ingevoerd voor de zorgsector, zonder dat daarbij goed naar de arbeidsmarkt is gekeken. Dat veroorzaakt onrust.

Sneeuwbaaleffect

Tegelijkertijd zien we dat het ziekteverzuim in de zorg op dit moment hoog is. Landelijk is het inmiddels meer dan 6%, terwijl het jarenlang rond de 4% is geweest. Als de economie aantrekt, stijgt in de regel ook het verzuim; men is minder bang zijn of haar baan te verliezen. In de zorg is daar de factor 'veranderingen' bijgekomen. Dat betekent onrust en daarmee samenhangend extra psychische belasting. De mensen zijn er wel, maar een deel zit ziek thuis. Bovendien werkt dit als een sneeuwbaaleffect; door het hoge ziekteverzuim heb je te maken met onderbezette teams, wat overbelasting veroorzaakt van de medewerkers die nog wel aan het werk zijn.

Niveaus

Daarnaast heeft een aantal grote organisaties in de afgelopen jaren ervoor gekozen om minder mensen op lagere functieniveaus aan te nemen. Achterliggende gedachte is dat men door toename van de zorgzwaarte voornamelijk personeel op niveau 4 en 5 nodig heeft. Gelukkig zijn er ook organisaties die zich realiseren dat alleen medewerkers op deze niveaus inzetten niet alleen onbetaalbaar is, maar ook medewerkers op lagere niveaus nodig zijn om een bijdrage te leveren aan een waardige oude dag.

Flexibiliteit

Tot slot zien we nog een vierde belangrijke reden voor het huidige personeelstekort. In de achterliggende jaren hebben veel zorgorganisaties een groot beroep gedaan op de flexibiliteit van de medewerkers. ►



Chris Boeijinga (47) is na zijn studie bestuurskunde en een baan bij de gemeente Rotterdam sinds 1997 directeur van stichting Care2Care, een werkgeversorganisatie in de regio Midden-Holland en Holland Rijnland.

De 'flexibele schil' kon niet groot genoeg zijn en er was voldoende personeel beschikbaar. Maar 24/7 beschikbaar zijn op basis van een klein en flexibel contract is niet voor iedereen even aantrekkelijk. Zeker voor starters en kostwinners is een bepaalde mate van zekerheid wenselijk; er moet immers wel een hypotheek of huur betaald worden. Een gedeelte van deze medewerkers is daardoor vertrokken naar andere sectoren.

Kwetsbare groep

Wat betreft de tekorten zal de wal het schip wel keren, maar nu moeten we wel oog hebben en houden voor het personeel. Zorgmedewerkers vormen namelijk een kwetsbare groep. Zij hebben een warm en dienstverlenend karakter en worden daarom vaak ook mantelzorgers in hun privé-situatie. Met het beroep wat wordt gedaan op mantelzorg wordt de belasting dus alleen maar groter voor dezelfde groep mensen. Het is belangrijk om hier alert op te zijn, zowel door werkgever als door medewerkers zelf.

Warme en liefdevolle zorg

We zien een terugkerende beweging in het werk in de ouderenzorg ten opzichte van zo'n 15 jaar geleden. Destijds was er veel tijd voor warme zorg, echt contact en een praatje met de cliënt, terwijl de laatste jaren vooral in het teken staan van normen en verantwoording. Wij verwachten dat men terugkomt van deze verantwoordingsplicht en er meer aandacht komt voor immateriële zaken zoals waardering voor de professional en welbevinden van de cliënt. Wat we nu al zien is dat er steeds meer aandacht is voor het individu. Zorgorganisaties zetten zich in om individuele wensen van cliënten te realiseren: naast technisch goede zorg is er ook meer ruimte voor het welzijn van de cliënt.

Maatwerk

Cliënten gaan - zeker in de toekomst - steeds meer eigen regie voeren op wat ze inkopen. Dat heeft indirect invloed op het personeel, want hoe meer zorgvragers een individueel pakket hebben, hoe meer de zorgmedewerker maatwerk moet kunnen leveren. Wellicht dat een zorgmedewerker in de toekomst bijvoorbeeld een bepaald aantal cliënten toegewezen krijgt en zelf zijn of haar diensten kan inplannen op basis van wat de cliënten nodig hebben.

Sociale vaardigheden

Door de transformatie in de zorgsector wordt het steeds belangrijker dat zorgmedewerkers over goede communicatieve en sociale vaardigheden beschikken. Uiteraard blijft vakbekwaamheid belangrijk; je moet immers wel

Medewerkers zijn zelf de beste ambassadeurs: 'misschien is het in de zorg slecht, maar bij mij niet!'

weten hoe je moet katheteriseren of een verband moet verwisselen. Maar de zorgmedewerker krijgt steeds meer een regisserende rol in het contact tussen cliënt, familie, zorgverlener en vrijwilligers. Iemand kan heel goed zijn in 1-op-1-contact met de cliënt, maar een gesprek met de kinderen van een cliënt over de zorg voor hun moeder vraagt andere vaardigheden. Er zijn zorgmedewerkers die dit van nature in zich hebben, maar anderen zullen het moeten leren. Wij zien dat zorgorganisaties gaan investeren in het ontwikkelen van deze sociale vaardigheden.



Lydia van Baak (35) is sinds 2014 als strategisch beleidsadviseur werkzaam bij werkgeversvereniging Zorg en Welzijn Zuid-Holland-Zuid.

De 70-20-10-regel

Om nieuwe kennis op te doen en vaardigheden aan te leren is het belangrijk dat men intrinsiek gemotiveerd is. Daarnaast komt men er steeds meer achter dat leren in de praktijk het meeste effect heeft. De nieuwe manier van leren is daarom volgens de 70-20-10-regel: 70% in de praktijk, 20% coaching en 10% op school. Verpleegtechnische vaardigheden leer je in eerste instantie op school, maar hoe je omgaat met cliënten of hun familie kun je het beste leren door middel van feedback en coaching in de praktijk. We zien bij organisaties ook een groeiend gebruik van e-learning. Men volgt dan online cursussen, zodat men de theorie op ieder gewenst moment tot zich kan nemen. Wachten tot er weer een les is of een klas start, is er dan niet meer bij. Resultaten van eindtoetsen worden op persoonsniveau geregistreerd.

Omhoog en opzij

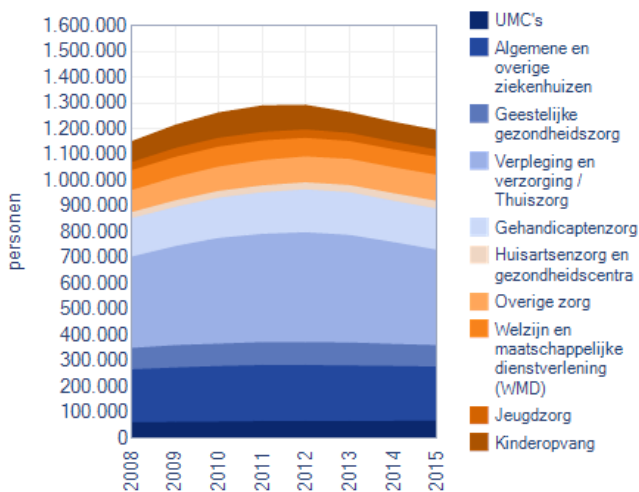
Als gevolg van de veranderingen in de zorgsector ontstond ook een trend die men ook wel *hbo-isering* noemt:

Over de werkgeversorganisaties

Care2Care en WGV Zorg en Welzijn Zuid-Holland-Zuid vormen samen met twaalf andere werkgeversorganisaties het landelijk samenwerkingsverband RegioPlus. RegioPlus vormt de schakel tussen landelijk beleid en regionale uitvoering. De belangrijkste taken van de regionale werkgeversorganisaties zijn het werken aan een evenwichtige arbeidsmarkt, het tot stand brengen van verbindingen tussen organisaties en samenwerking stimuleren.

Iedereen moet hoger opgeleid zijn. Een deel van de mensen wil dat, maar een deel ook niet. Het is belangrijk om dan 'opzij' te kijken, in plaats van 'omhoog'. Ontwikkelen kan bijvoorbeeld ook door eens een half jaar bij een collega-organisatie te werken. Denk aan een verzorgende die een half jaar meeloopt in de gehandicaptenzorg, of vice versa. Zo'n uitwisseling kan heel leerzaam zijn voor beide partijen en leiden tot nieuwe inzichten voor de eigen werkzaamheden.

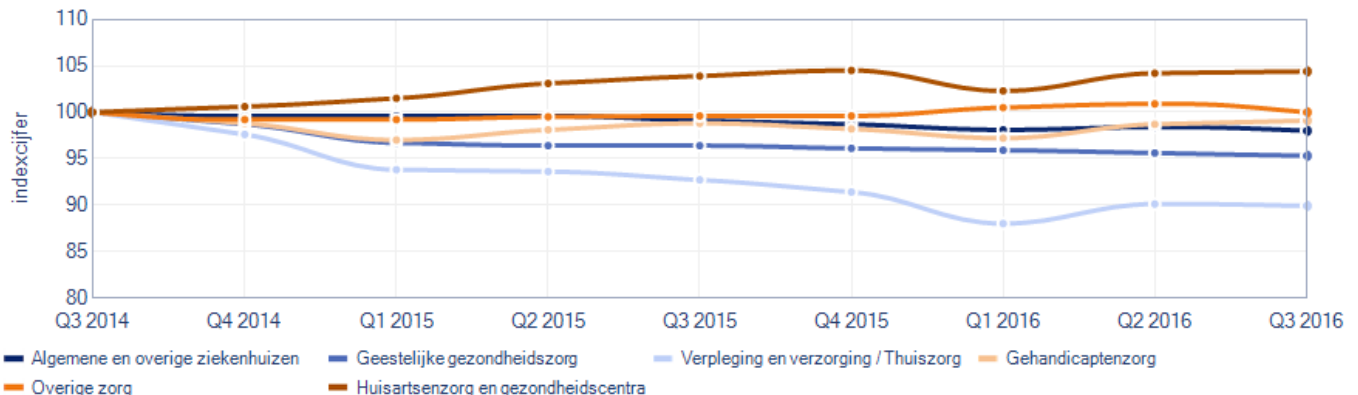
Figuur 1 Ontwikkeling totaal aantal werknemers



Imago en ambassadeurs

Bij het werven van nieuwe medewerkers speelt het imago van de ouderenzorg een belangrijke rol. Dat is niet altijd even positief, terwijl er juist veel kansen en mogelijkheden zijn. Het beeld wat mensen hebben klopt vaak niet met de praktijk; een goed en reëel beeld ontstaat pas wanneer de echte verhalen vanuit de praktijk verteld worden. Daarom zijn de medewerkers zelf de beste ambassadeurs: 'misschien is het in de zorg slecht, maar bij mij niet!' Als een organisatie probeert om aan de voorkant mensen erin te krijgen, terwijl ze aan de achterkant negatieve verhalen vertellen, is het onbegonnen werk. Iedere zorgmedewerker wordt daarom uitgedaagd om na te denken over wat hij of zij op een verjaardag vertelt over het werken in de ouderenzorg. Want een professionele en trotse zorgmedewerker is uiteindelijk de beste ambassadeur die je kunt wensen! ■

Figuur 2 Ontwikkeling werkgelegenheid Zorg (werknemers)



Indexcijfers van de ontwikkeling van het aantal werknemers in de zorg, per kwartaal.

Camouflage in Beth-San

De Stichting Vrienden heeft een bijdrage geleverd in de kosten van de camouflagestickers die aangebracht zijn op de afdeling Kleinschalig Wonen in Beth-San. De gangen zijn voorzien van stickers die een 'buitengevoel' geven. Bewoners durven nu weer over de gangen en loopbrug te lopen en vinden het leuk om erop uit te gaan. Bij de officiële in gebruikneming op 7 maart jl. kon het resultaat worden bewonderd.



Donateur worden?

Wij doen een dringend beroep op uw steun! Wilt u ook een bijdrage leveren aan mooie projecten zoals de camouflagestickers in Beth-San? Meld u dan aan als vriend of maak eenmalig een gift over naar NL11 INGB 0009 19 45 49 t.n.v. Vrienden van Cedrah te Rijnsburg. Elke bijdrage is welkom!

Hartelijk dank voor alle ontvangen giften!

Financiën

In de achterliggende maanden is een bedrag van € 4.500 ontvangen van verbonden kerkelijke gemeenten. Daarnaast ontvingen wij de opbrengst van een collecte van € 586 en kregen we een aantal giften van particulieren. Hartelijk dank!

In de laatste vergadering van het bestuur is besloten de bijdrage in de kosten van de pastorale zorg

Lokale vriendencommissie

Eerder is gemeld dat op iedere locatie van Cedrah een lokale vriendencommissie opgericht zal worden. De vriendencommissie van locatie Beth-San heeft inmiddels enkele keren vergaderd om de strategie te bepalen en plannen te ontwikkelen. De commissie bestaat uit enkele vrijwilligers, mensen uit het bedrijfsleven (leden van de kerkelijke gemeente), de locatiemanager en een bestuurslid vanuit de Stichting Vrienden. Inmiddels zijn ook in locatie Nebo de voorbereidingen in gang gezet voor de samenstelling van een lokale commissie.

voor 2016 definitief op € 25.000 vast te stellen. De bijdrage in de kosten van het 'camouflageproject in Beth San' (zie foto) van € 11.000 is aan Cedrah overgemaakt.

Het boekjaar 2016 is afgesloten met een tekort van € 6.100. Aan giften en bijdragen is ontvangen € 15.857 en donaties € 10.044. De bijdragen aan Cedrah bedroegen totaal € 31.000.



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

Ik machtig de stichting Vrienden van Cedrah om per

- maand kwartaal halfjaar jaar

een bedrag af te schrijven van €

van IBAN

ten name van

Ik voel mij verbonden met locatie:

Persoonlijke gegevens

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Telefoon

Handtekening



Verlaat mij niet

Gedachten bij de levensavond

Dit geschenkboekje is samengesteld uit de nagelaten meditaties van ds. F. Bakker (1919-1964). Het bevat bemoedigende en onderwijzende overdenkingen over de levensavond. Met pastorale bewogenheid wijst ds. Bakker erop Wie de Heere wil zijn in deze fase van het leven.

Oud worden valt niet altijd mee. De dichter van Psalm 71 riep uit: 'Daarom ook, terwijl de ouderdom en grijsheid daar is, verlaat mij niet, o God.' Oud worden betekent loslaten en steeds minder worden in onszelf. Zo is het ook geestelijk. Hoe ouder we mogen worden, hoe groter het wonder dat de Heere ons opzocht én dat Hij ons heeft vastgehouden. Dan hebben we Christus meer en meer lief, omdat Hij ons eerst heeft liefgehad!

Verlaat mij niet, Ds F. Bakker (Samengesteld door J. Kranendonk-Gijssen), Uitgeverij De Banier, ISBN 9789402901016, € 10,95



Zwijgt het voort

Hoe spreken we mét en óver de ander?

Veel van wat niet gezegd hoeft, moet of mag worden over anderen, wordt toch doorverteld. Het gaat dan om intieme dingen, persoonlijke geheimen, slechte dingen of onwaarheden. Door-

vertellen beschadigt de persoon over wie het gaat en ook degene die het doorvertelt, terwijl degene die het aanhoort wordt belast met iets wat hij beter niet kon weten. We noemen dit roddelen. Het is een onuitroeibaar kwaad. We gaan er tijdens bezoeken, op ons werk en zelfs in de kerkelijke gemeente vaak heel lichtvaardig mee om. Maar in Zijn Woord veroordeelt de Heere het als een vreselijke zonde, een werk van de duivel. Om dit kwaad in te dammen wijst Gods Woord ons als remedie: 'Zwijgt het voort ...'

Hij diende eerst de gemeente te Beekbergen, vanaf 2001 de gemeente te Rijssen-Zuid en sinds januari jl. is hij opnieuw verbonden aan de gemeente te Beekbergen.t

Zwijgt het voort, Ds. A. Schreuder, Uitgeverij De Banier, ISBN 9789462788831, € 14,95

Waardeer de wijsheid van de grijsheid

Het stof van de verkiezingen is weer neergedaald. Als SGP mogen we met dankbaarheid terugkijken. Voor de vierde Kamerverkiezingen op rij groeide de SGP. Dit keer met ruim 20.000 stemmen. Het resultaat: 218.950 stemmen, het hoogste aantal in de partijgeschiedenis.

Tijdens de verkiezingscampagne had ik een fijne ontmoeting met medewerkers en bewoners van 'd Amandelhof in Capelle aan den IJssel. De gesprekken die ik met hen voerde, maken mij extra gemotiveerd om me de komende periode in te zetten voor méér keuzevrijheid, méér handen aan het bed en fors mínder regels.

Goede zorg is immers niet alleen tien minuten de tijd nemen om de steunkousen aan te doen. Ook het luisteren naar bewoners en het waarderen van de wijsheid van de grijsheid zijn onmisbaar. Ik wil me er daarom sterk voor maken dat er extra geld naar de ouderenzorg gaat, zodat er meer tijd is voor goede gesprekken.

Bezoeken aan identiteitsgebonden zorginstellingen als 'd Amandelhof motiveren mij ook altijd weer om mensen écht keuzevrijheid en eigen regie te geven. De SGP wil daarom dat er een persoonsvolgend budget komt. Cliënten en hun vertegenwoordigers kunnen met deze virtuele zak geld een (identiteitsgebonden) zorgaanbieder kiezen die helemaal bij hen past en de zorg helemaal afstemmen op hun eigen wensen en behoeften.

Tenslotte verbaas ik me iedere keer weer over de enorme hoeveelheid regels die de overheid, zorgverzekeraars en de inspectie over de zorg uitstrooien. Tijdens de campagne zijn we daarom met een vuilniswagen langsgedaan. Ik pleit ervoor om ieder jaar een schrapwet te maken waarmee overbodige regels - net als we deden met de vuilniswagen - door de versnipperaar gaan.



Kees van der Staaij (47) is fractievoorzitter van de SGP in de Tweede Kamer.



H.M. (Henk) Lobbezoo is pastoraal werker bij Cedrah. Hij verzorgt onder andere Bijbeluren voor de kleinschalige woongroepen binnen de locaties.

Heeft u ook een pastorale vraag? Mail deze dan naar h.m.lobbezoo@cedrah.nl.

Het heft in eigen handen... of... ik hef tot U die in de hemel zit?

Heftig kwam het er uit tijdens een kennismakingsbezoekje: 'Mijn kinderen hebben geregeld dat ik hier kwam. Het was echt nog niet nodig geweest; ze nemen je alles uit handen.'

In onze tijd wordt de vrijheid om je eigen leven in te richten van 'onschatbare waarde' genoemd. Mensen moeten de mogelijkheid hebben om eigen regie over hun leven te hebben en zelfredzaam te zijn tot in de levensavond toe. De regie in eigen handen willen houden... zijn we dan eigenwijs en onafhankelijk van de Heere? Betekent zelfstandig zijn en dat zo lang mogelijk willen blijven dat we ons dan niet voegen naar Gods wil?

Dat zijn lastige vragen. Hoe ligt de verhouding? Waar liggen de grenzen? Een pasgeboren kindje is het meest afhankelijke schepsel ter wereld. Maar het is de bedoeling dat dit kind opgroeit tot een zelfstandige persoonlijkheid.

Het Bijbelse aspect hierbij is dat die zelfstandige persoonlijkheid wel de Heere moet dienen naar Zijn Woord en dat er beslissingen genomen moeten worden in afhankelijkheid van de Heere. Het ouder worden gaat gepaard met verlies van zelfstandigheid. Regie houden en onafhankelijk zijn worden steeds moeilijker. Voor de omgeving wordt het des te moeilijker als de persoon in kwestie zelf het inzicht niet heeft. Wat kan er dan een getouwtrek ontstaan en stof tot conflict zijn.

'Je mag tegenwoordig niet eens meer zelf beslissen...'

Algemeen wordt aangenomen dat behoud van regie noodzakelijk is om zelfredzaam te blijven en om zich goed aan te kunnen passen aan mogelijke beperkingen. De een is de ander niet. In dit verband worden vier groepen onderscheiden. De 'proactieve ouderen' (46%) vinden het belangrijk om over hun eigen leven te beslissen en zelf te bepalen wanneer ze zorg en ondersteuning nodig hebben. De 'zorg wensende ouderen' (28%) hebben het gevoel dat zij zelf kunnen beslissen over hun leven, maar vinden de zelfredzaamheid minder belangrijk. De 'afwachtende ouderen' (10%) hebben het gevoel niet zelf te kunnen bepalen hoe hun leven eruit ziet. De 'machteloze ouderen' (16%) hebben ook het idee dat het leven hen overkomt. Zelf beslissingen nemen over de invulling van hun eigen leven lukt vaak niet.

Cedrah wil samen met de cliënt en zijn naasten zoeken naar ondersteuning die aansluit bij de manier waarop de cliënt zijn situatie beleeft. De cliënt heeft de regie over de hulp die hij ontvangt. Belangrijk daarbij is de handen, zonder het heft in eigen handen te nemen, omhoog te heffen en naar Boven uit te strekken.

Op stap met Wilmer Wisse

Wilmer Wisse (26) werkt als verpleegkundige in het thuiszorgteam van Eben-Haëzer. 'De laatste tijd is er veel gaande in de zorg. Dit zorgt ervoor dat we met minder middelen toch kwaliteit moeten leveren in de zorg voor onze cliënten. Soms is het lastig om aan de wensen van cliënten te voldoen. Hierin samen een oplossing bedenken is een uitdaging waar we als team aan werken. Dit is wat mijn werk zo leuk maakt!'



De thuiszorgauto, waardoor we erg mobiel zijn en overal snel kunnen zijn.



Naast het werken bij cliënten thuis, moet ik ook veel rapporteren.



Mijn werkplek in Eben-Haëzer.



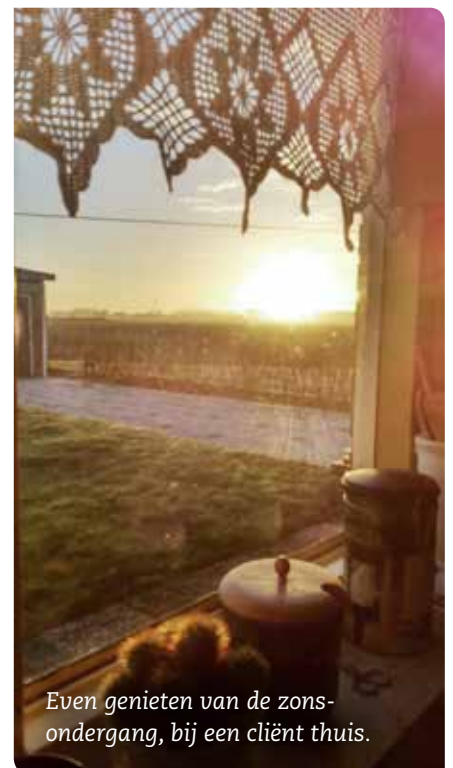
Ik heb regelmatig contact met de klantadviseur van Eben-Haëzer, Margo Corbijn.



Telefoongesprekken, daar voer ik er genoeg van!



We hebben ook cliënten die in Eben-Haëzer wonen, dus daar zijn we vaak aanwezig.



Even genieten van de zonsopgang, bij een cliënt thuis.



**‘We hebben het leuk met
elkaar en daar ben ik erg
dankbaar voor.’**

Mevrouw Punt



Mevrouw Punt-Sleeuwenhoek (78) woont nog maar net in Beth-San. Mede dankzij de inspanning van dochter Mieke Havenaar-Punt (53) is het appartement prachtig ingericht. 'Ik ben erg blij met mijn mooie en ruime appartement', vertelt ze. 'Veel van mijn vertrouwde spullen met dierbare herinneringen konden meeverhuizen en een plekje krijgen.'

'In de zorg voor moeder heeft ieder gezinslid een eigen taak.'

Dochter Mieke is zelfstandig bloemiste in Waddinxveen. Ze geeft regelmatig workshops en maakt bloemwerk op bestelling. Door haar creatieve eigenschappen was zij het die bij de verhuizing haar moeder hielp bij het inrichten van het appartement. 'Mijn liefde voor planten en bloemen is mij bijgebracht door mijn vader, die hovenier was. Daarnaast kon hij ook geweldig tekenen en schilderen.'

Liefde voor tekenen en het hoveniersvak

Aan de muren hangen prachtige schilderijen, die door hem gemaakt zijn. Mevrouw Punt laat trots een boek zien waarin alle tekeningen en schilderijen van haar overleden man gebundeld zijn. Het boek is door een kleindochter samengesteld, als opdracht voor school. Moeder en dochter bladeren het boek samen door en bij ieder schilderij komt een mooie herinnering of prachtig verhaal naar boven. 'Het schilderij met de drie generaties afgebeeld in werkkleding is misschien wel het meest verweven met de familie', vertelt Mieke. 'De liefde voor het tekenen en het hoveniersvak komen hier samen. Als eerste is de werkkleding van opa afgebeeld, hij heeft het hoveniersbedrijf opgestart. Daarnaast de werkkleding van mijn vader en mijn broer Kees, zij hebben het bedrijf voortgezet.'

Geen kunstenaar maar christen

De originele versies van de schilderijen hangen op de woonboerderij van Kees. Ook in alle andere huizen van de kinderen hangt een schilderij dat door hun vader gemaakt is. Ondanks dat vader Punt een goede kunstenaar was, haalde hij zijn identiteit daar niet uit. Zijn identiteit was in Christus. Hij leefde het geloof met warmte en liefde voor aan zijn kinderen en kleinkinderen. Het was zijn wens om niet als kunstenaar, maar als christen herinnerd te worden. Het is nu drie jaar geleden dat de heer Punt is overleden. 'Ik mis mijn levensmaatje nog elke dag', vertelt mevrouw Punt. 'Ondanks dat ik veel aanloop van kinderen en kleinkinderen heb, voel ik mij eenzaam zonder hem.' Ook in de geloofsbeleving en het samen Bijbellezen mist ze hem erg. Door lichamelijke beperkingen is het zelf Bijbellezen moeilijk voor haar. 'Ik ben blij dat er in Beth-San dagopeningen en Bijbelstudies gehouden worden, waaraan ik kan deelnemen'. ▶

Bezig zijn

Toch heeft Mieke haar creativiteit niet enkel van haar vader. Aan de wand hangt een prachtige quilt en een groot borduurwerk, beiden gemaakt door mevrouw Punt. Ze vertelt: 'Ik ben met handwerken begonnen toen de kinderen groter werden. Ons huwelijk werd gezegend met negen kinderen, acht dochters en een zoon. Best pittig, zo'n groot gezin. Daarnaast deed ik de administratie voor het hoveniersbedrijf en naaide ik veel. Gelukkig had ik een goede gezondheid en kon ik goed organiseren.' Mevrouw Punt heeft haar creativiteit meegegeven in de opvoeding van haar kinderen. 'Ze hebben allemaal hun eigen hobby, maar ik heb ze vooral geleerd om bezig te zijn en niet stil te zitten.'

Mantelzorg

Helaas is mevrouw Punt nu zelf gedwongen om stil te zitten en is ook handwerken niet meer mogelijk. Ze vertelt: 'Begin oktober vorig jaar heb ik mijn heup gebroken. De breuk kan helaas niet meer herstellen, waardoor ik nu noodgedwongen in een rolstoel zit.' Ook lijdt mevrouw Punt aan de ziekte van Parkinson. Toen het door deze ziekte moeilijk werd om

zelfstandig te blijven wonen, is mevrouw Punt samen met haar man bij haar zoon en schoondochter in gaan wonen. 'Kees woont op een woonboerderij en ongeveer twaalf jaar geleden betrokken mijn man en ik het voorhuis van deze boerderij. Acht jaar hebben wij hier samen mogen wonen.' Na het overlijden van haar man heeft mevrouw Punt nog drie jaar zelfstandig in het voorhuis gewoond. Alle jaren verleenden haar zoon en schoondochter mantelzorg, daarbij ondersteund door de thuiszorg en de andere kinderen. Mieke vertelt: 'Toen dit zwaarder werd, is mijn moeder zelf op zoek gegaan naar een woonzorgcentrum'. Met haar zoon Kees en dochter Nelleke heeft ze diverse woonzorgcentra bezocht. Beth-San stond bovenaan het verlanglijstje: 'Vanwege de gezelligheid en de fijne ontvangst door de klantadviseur.'

Plantjes, gezelligheid en was

Nadat mevrouw Punt haar heup gebroken heeft, is de mantelzorg voor de kinderen veranderd. Gingen ze eerder vooral met hun moeder op stap, nu vraagt de immobiliteit van hun moeder om een andere ondersteuning. 'Ieder gezinslid heeft een eigen taak die past



bij zijn of haar gave, ambitie en beschikbare tijd', vertelt Mieke. 'De een verzorgt de administratie, de ander de huishoudelijke klusjes, en weer een ander is 1^e contactpersoon voor de EVV-er.' Mieke zelf is van de plantjes en de gezelligheid. Daarnaast verzorgt ze ook de was van haar moeders bovenkleding. Mieke: 'Bij de verhuizing sprak mama de wens uit om het wassen van de bovenkleding zelf te verzorgen. Ze heeft dit haar hele leven al belangrijk gevonden en daarom vind ik het nu ook mooi om deze taak op me te nemen.' Om de zoveel tijd houden alle kinderen een familieoverleg, vooral bedoeld om iedereen op de hoogte en betrokken te houden.

Dankbaar

Mevrouw Punt heeft geen gemakkelijke jeugd gehad. Ze was twee jaar toen de oorlog uitbrak. 'Mijn vader voer toen als kok uit op zee en overleefde deze tocht niet', vertelt ze. 'Mijn moeder had een zwakke gezondheid en leed

aan chronische bronchitis. Periodes dat moeder zelf voor mij en mijn broer kon zorgen, werden afgewisseld met wonen in het weeshuis of bij mijn tante. Als mijn broer bij mijn tante verbleef, moest ik naar het weeshuis en vice versa.' Toen mevrouw Punt zeventien jaar was, overleed ook haar moeder. Vanaf dat moment ging zij volledig bij haar oom en

tante wonen. Het contact was goed en troostte haar. Mieke: 'Ik bewonder mijn moeder, omdat ze geen wrok voelt over hoe haar jeugd gelopen is en dit in mijn opvoeding nooit een

rol gespeeld heeft.' Pas later, toen de kinderen al groter werden en er iets van konden begrijpen, heeft mevrouw Punt deze ervaringen met haar kinderen gedeeld. Het contact met alle kinderen en kleinkinderen is gelukkig goed. Mevrouw Punt: 'We hebben het leuk met elkaar en daar ben ik erg dankbaar voor'. ■

Mieke Havenaar-Punt

'Ik bewonder mijn moeder, omdat ze geen wrok voelt over hoe haar jeugd gelopen is.'



HiCare® Help System



Zorgalarmering

IP-Kerktelefonie

Zorgdomotica

Audio/Video monitoring

Colijn Zorgsystemen

Lewestraat 43 | 4481 BC Goes/Kloetinge | Tel. 0113-213720 | info@colijnbv.nl



Timmerbedrijf van Dam



Tel. 078-6915085 | www.timmerbedrijfvandam.nl

Cedrah Capelle a/d IJssel

Word tuin vrijwilliger van Cedrah!

Hou jij van het buitenleven en vind je het heerlijk om in de tuin bezig te zijn?
Word dan tuin vrijwilliger van Cedrah!

Als vrijwilliger ga je onder andere onkruid verwijderen, hagen knippen, blad ruimen en schoffelen. Het gereedschap dat je hier eventueel bij nodig hebt, wordt ter beschikking gesteld door onze hovenier Verheij Integrale Groenzorg.

Meer info?

Neem contact op met de coördinator informele zorg van de Cedrah locatie bij jou in de buurt. Direct aanmelden kan via werkenbij.cedrah.nl!

Tip: het is ook leuk om dit met een groepje vrienden op zaterdagmorgen of in de vakantie te doen!

Cedrah
Barbizonlaan 1,
Capelle a/d IJssel
T 010 207 58 58
E info@cedrah.nl
www.cedrah.nl



HARKES Begravenissen

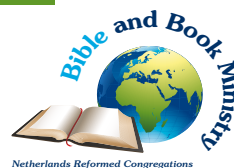
Persoonlijke zorg voor uw begrafenis

Voorofscheweg 15a - 2771 MA Boskoop

www.harkesbegravenissen.nl

Wij verzorgen alleen begravenissen

0172 - 21 21 22



Netherlands Reformed Congregations



Steunt u ons ook?

NL81 RABO 0322 4223 29
Deputaatschap | Bijbelverspreiding



www.bbministry.com

Weet u de oplossing?

Snaarinstrument, schaaldier, wolvlokje, zwaardwalvis, vochtdeeltje

toilet- gerei	↘	stop- trein	↘	humeu- rig mens	graveur	↘	schaal- dier	↘	ver- warde boel	↘
↖			10	↙	kleur	↖	8			
vlees- waren		riv. in Duits- land	↗				zeer		woon- laag	
↖	3				achter- uitgaan	↖	1			
toilet- artikel		feest- maaltje	↗					meer dan goed is		5
↖				4	vlees- waar	vocht- deeltje	↖			
snaar- instru- ment		kerk- dienst	op enig tijdstip	↗				moge- lijk		spraak afzien
↖						adellijk	↖			
aftocht	elk		onbep. vnw.	titel	↗			2	uitroep van schrik	
↖		12	↙			Eur. vrouw	wol- vlokje	↖		6
narig- heid		het- zelfde		metaal voor munten	↗					
afgrond	↖				11		bijzon- der	↖		
editie	↖		tangens	zwaard- walvis	↗				noot	
↖						7	land- maat	↖		9
Kel- tische	gewicht	↖		ruiken	↖					

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

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----

Puzzel mee en win een dinercheque voor een van de restaurants van Cedrah t.w.v. 15,-

Stuur de oplossing van de puzzel voor 30 juni a.s. naar de afdeling Marketing & Communicatie via redactie@cedrah.nl of per post naar Barbizonlaan 1, 2908 MA Capelle a/d IJssel

© Sanders puzzelboeken, Vaassen

Gefeliciteerd!

De oplossing van de puzzel in de vorige uitgave van Etcedah was PRIORITEIT. Uit de vele goede inzendingen kwam Jannie de Pater uit Waddinxveen als winnaar uit de bus. Van harte gefeliciteerd!



Insteken, omslaan, doorhalen en af laten glijden...

Iedere donderdagmiddag komt een aantal dames bij elkaar in de grote zaal De Haven in woonzorgcentrum Uitzicht. Onder het genot van een kopje koffie of thee met wat lekkers zijn ze ijverig in de weer om een mooie sjaal, een paar sokken, een babyvestje of muts te maken. Die zijn voor een kleinkind, een dochter of voor de verkoop.

Ook het grote werk schuwen ze niet. Trots laten twee dames een pas gehaakte, fleurige deken zien. 'Kijk, dit wordt een warme deken voor Roemenië. We haken diverse kleine lapjes en die worden aan elkaar gezet. Zo hebben we er al heel wat gemaakt. En de mensen in Roemenië zijn er blij mee!'

De handwerkclub ziet uit naar nieuwe deelnemers. 'Het is erg gezellig hier. Onder het handwerken halen we soms leuke anekdotes op van vroeger. Of we helpen elkaar, want zelfs de beste breister laat wel eens een steek vallen.'



*‘Zelfs de beste breister
laat wel eens een
steek vallen.’*



De heer Hengst
***‘Als ik met de
postzegels bezig ben,
geeft me dat rust.’***

Postzegels verzamelen

De heer J. Hengst (80) woont sinds oktober 2016 samen met zijn vrouw in een aanleunwoning van woonzorgcentrum Eben-Haëzer in Middelburg. Op de tafel in de woonkamer staat een gedeelte van zijn grote verzameling postzegels, opgespaard vanaf 1948. 'Ik vind het onnodig om er veel geld in te stoppen, maar vind het wel erg leuk als hobby'.

De heer Hengst en zijn vrouw hebben vier kinderen gekregen. 'Wij waren thuis ook met 4 kinderen, waarvan ik de oudste ben. Ik kom uit Westkapelle en mijn vrouw uit Zoutelande, dus dat was lekker dicht bij elkaar', vertelt hij lachend. 'Ik was vroeger vrijwilliger van de brandweer, EHBO-er, zat in het bestuur van verschillende verenigingen en ook nog in de kerkenraad. Mijn vrouw was er niet altijd blij mee dat ik zoveel weg was. Op een bepaald moment vroeg men of onze levensmiddelenwinkel wat eerder dicht kon zodat ik op een vergadering aanwezig kon zijn. Dat ging me wat te ver, dus dat heb ik dan ook niet gedaan.'

Koningin Juliana

Op tafel staan een stuk of zes dikke boeken, vol met postzegels. 'Dit zijn ze nog niet allemaal', vertelt de heer Hengst. 'Ik heb er nog een paar in de kast staan. Het zijn voornamelijk postzegels uit Nederland. Ik weet nog goed dat er vanwege de kroning van koningin Juliana een speciale postzegel uitgegeven werd. Die wilde ik wel graag hebben. In die tijd was het heel normaal om iets te sparen, dat deed eigenlijk iedereen. De één spaarde speldjes, de ander postzegels. Zo besloot ik om postzegels te gaan sparen.'

Kopen en ruilen

Tegenwoordig worden er weinig kaarten of brieven meer verstuurd, dus postzegels verzamelen wordt steeds lastiger. De heer Hengst vertelt: 'Ik was lid van een postzegelvereniging. Als er dan een nieuwe zegel uitkwam, werd dat via die vereniging bekend gemaakt aan de leden. Dan kon ik vervolgens beslissen of ik die zegel wilde kopen of niet. De verenigingsleden kwamen regelmatig bij elkaar om onderling postzegels te ruilen. Het ligt aan de waarde van de postzegel of er dan nog extra

voor betaald moest worden. Op die vereniging kwamen ook regelmatig andere verzamelaars en zo konden we onze eigen verzameling aanvullen.'


Zoiets als de Bosatlas

Meneer Hengst heeft ook een catalogus met alle postzegels, waarin staat wat de postzegels waard zijn, met alle bijzonderheden. 'Het is zoiets als de Bosatlas, alleen dan voor postzegels', vertelt hij. 'Je kunt er zoveel geld insteken als je zelf wilt, maar ik vind dit leuk als hobby. Ik hoef er geen geld aan te verdienen en vind het onnodig om er heel veel geld in te stoppen. Ik vind het wel leuk om mijn verzameling aan anderen te laten zien.'



Rust

'Als je met pensioen gaat bedenk je van alles wat je wilt gaan doen, of waar je juist mee stopt. Dan wil je van alles en maak je soms de wildste plannen. Maar als ik met de postzegels bezig ben, geeft me dat een stukje rust en hoef ik even nergens aan te denken.'



Ratjetoe, een recept van vader op zoon

Ratjetoe

Ingrediënten (voor 2 personen):

200 gram varkensvlees
100 gram champignons
Middelgrote ui
(Kleine) worteltjes (uit blik)

Doperwtjes (uit blik)
Aardappeltjes (liefst krieltjes)
Margarine / Roomboter/ Olijfolie

Bereiding

Het varkensvlees in blokjes snijden en gaar braden in margarine/roomboter/olijfolie.

Haal hierna het vlees uit de braadpan, en smoor licht de gesneden ui in de jus in de braadpan.

Voeg hierbij de schoongemaakte en gesneden champignons toe en smoor deze ook even.

Haal ook dit uit de braadpan en bak de krielaardappeltjes licht bruin in de braadpan.

Als de krieltjes lichtbruin zijn, het gebraden varkensvlees, de gebakken ui en champignons toevoegen. Doe de uitgelekte worteltjes en doperwtjes ook in de braadpan en verwarm alles onder af en toe roeren door.

Voeg naar behoefte wat zout en peper aan het gerecht toe.

Bent u bewoner van een van de locaties van Cedrah en hebt u ook een bijzonder recept met een bijzonder verhaal? Stuur het naar redactie@cedrah.nl of naar Barbizonlaan 1, 2908 MA Capelle a/d IJssel o.v.v. naam en locatie.

De heer J. van der Vlies

Uitzicht, Vlaardingen

De heer Van der Vlies vertelt: 'Toen ik mijn recept opzocht, moest ik aan mijn vader denken. Want ik heb vele jaren geleden het recept van hem gekregen. Hij maakte dit toen hij van 1977 tot 1988 als kok werkzaam was in d'Amandelhof in Capelle aan de IJssel. Het is ontstaan door restjes van de maaltijden van de vorige dag(en). De bewoners hebben ervan gesmuld. En wie weet zijn er nog mensen die mijn vader hebben gekend of zijn heerlijke recept hebben gegeten.'

Ook bijzonder is dat vader en zoon met hun echtgenoten in Uitzicht wonen, zij het op verschillende etages.

In de rats

Het Nederlandse woord 'ratjetoe' is een vervorming van het Franse woord 'ratatouille' een woord dat samengesteld is uit verschillende Franse werkwoorden voor husselen, schudden, vermalen en proeven. In Nederland wordt er een grove stampot mee bedoeld, in de regel meestal een stampot van aardappelen en groente.

In Nederland was ratjetoe lange tijd soldatenkost en werd ook wel 'rats' genoemd. Waarschijnlijk komt hier de uitdrukking 'in de rats zitten' vandaan. En misschien moet u denken aan het oude soldatenliedje 'Rats, kuch en bonen is het soldatendiner'.

Daarnaast heeft ratjetoe ook de betekenis van bedenkelijke mengmoes.

Beneden waardigheid

Had Jezus immer al bewonderd,
De hoofdman over honderd.
Was overtuigd dat Hij in wezen,
Zijn slaaf wel kon genezen.

Ging in Zijn aanwezigheid,
geheel beneden waardigheid,
door de knieën onder hoon,
Hem erkennend als Gods Zoon.

*Bewerking van oorspronkelijk gedicht
© Ger van Dien (1^e strofe)*

Wonen Zelfstandig wonen met de zorg en diensten van Cedrah

'In dit appartement van Cedrah woon ik heel comfortabel en veilig'

Wonen in een appartement van Cedrah betekent veilig wonen in een vertrouwde omgeving. Binnen de verschillende complexen kunt u volledig zelfstandig wonen, maar heeft u wel alle gemakken binnen handbereik. Heeft u (nog) geen zorg nodig? Ook dan is wonen bij Cedrah een goede keuze. Onze woningen zijn namelijk levensloopbestendig, wat betekent dat u er ook kunt blijven wonen wanneer u (zware) zorg nodig krijgt.

Meer info? Bel de woonconsulent via 010 207 58 58 of ga naar cedrah.nl.

Ook wonen bij Cedrah?
Ontdek wat wij voor u kunnen betekenen op cedrah.nl.

Te huur



Rehoboth Rotterdam

- › 2-kamerappartement
- › 49 m² woonoppervlakte
- › Eigen balkon
- › Oplevering in overleg (evt. spoedig)

€ 595,59 p/m
(excl. servicekosten)

Uitzicht Vlaardingen

- › 2-kamerappartement
- › 50 m² woonoppervlakte
- › Volledig gerenoveerd
- › Eigen balkon
- › Oplevering in overleg (evt. spoedig)

€ 665,94 p/m
(excl. servicekosten)



Te huur



Neborgh Zwijndrecht

- › 3-kamerappartement
- › 110 m² woonoppervlakte
- › Eigen parkeerplaats in parkeerkelder
- › Eigen balkon voorzien van prachtig uitzicht over de omgeving

€ 1.040,- p/m
(excl. servicekosten)

Wilco Dekker















'Ik ervoer een klik met cliënten die dementie hadden en wist: hier wil ik werken!'

Verrijking

Verzorgende Wilco Dekker (38) had 11 jaar geleden niet verwacht dat hij bij woonzorgcentrum Eben-Haëzer op gesprek mocht komen. 'Ik was nog niet thuis of ze belden al op: ik was aangenomen! De weg werd zo geleid, daar ben ik van overtuigd.' Wilco werkt al ruim 10 jaar in Eben-Haëzer. Eerst een paar jaar op somatiek en daarna op de PG-afdeling Het Koraal.

'Ik ben pas op mijn 27^e begonnen in de zorg, maar voelde al heel lang dat ik dit wilde gaan doen. Tijdens een stage op een PG afdeling ervoer ik een klik met cliënten die dementie hadden en wist: hier wil ik werken! Van die keuze heb ik nooit spijt gehad en ervaar het als een verrijking in mijn leven. Ik ga nooit met tegenzin naar mijn werk, kan er veel in kwijt en krijg er ook veel voor terug!'

Legenda

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





Wonen in Nebo

Woonzorgcentrum Nebo is een gezellige woonleefgemeenschap in de rustige gemeente Zwijndrecht. In 2007 zijn het woonzorgcentrum Nebo en de woontoren Neborgh volledig vernieuwd. De renovatie van wooncomplex Borghave is bijna gereed; de woningen zijn aangepast aan de huidige wensen van wooncomfort en veiligheid.

Woonzorgcentrum Nebo beschikt over 42 (zorg)appartementen en vijf woongroepen voor kleinschalig wonen. De appartementen en woongroepen zijn verdeeld over drie woonlagen en gelegen in het middelste gedeelte van het gebouw. Eén woongroep bevindt zich op de begane grond. In de woontoren Neborgh zijn vier appartementen (koop/huur) per verdieping te vinden. Deze ruime appartementen zijn volledig rolstoeltoegankelijk en beschikken ieder over een eigen balkon. Het wooncomplex Borghave bestaat uit 31 recent gerenoveerde appartementen, verdeeld over vier woonlagen. In Borghave kunt u veilig zelfstandig wonen in een comfortabel appartement.

De woonleefgemeenschap van Nebo kenmerkt zich door een reformatorische identiteit en er is veel contact met medebewoners. Daarnaast zijn er volop mogelijkheden voor het bezoeken van activiteiten en weeksluizingen. De warme maaltijd wordt langgebracht, maar u kunt ook samen met anderen de maaltijd gebruiken in het restaurant. Indien nodig is professionele zorg altijd binnen handbereik.

De woningen zijn aangepast aan de huidige wensen van wooncomfort en veiligheid.

INGELIJST Worden als een kind

*We lazzen samen uit Gods Woord:
'Straks wordt 't bazuïngeschal gehoord,
en dan neemt alles hier een keer,
want dan komt Jezus weer'*

*Tegen Zijn macht kan niets bestaan,
de graven zullen opengaan,
de dood heeft niet het laatste woord,
we hebben 't goed gehoord.*

*We zijn één in herinnering
aan hem die onlangs van ons ging.
Eén in dit stille samenzijn
van haast tastbare pijn.*

*Onze gedachten zijn bij hem.
Dan klinkt een zachte kinderstem:
'Ook papa's graf zal opengaan,
ik heb het goed verstaan.'*

Mevr. J. den Toom-Brandwijk

Woonzorgcentrum Nebo, Zwijndrecht

Kunt u iets vertellen van het verhaal achter dit gedicht?
Toen mijn man overleed, besloot ik om het van me af te schrijven. Zo is mijn gedichtenbundel 'Gevouwen handen' ontstaan. Dit gedicht is dus ook heel persoonlijk, mijn dochter is die kleine kinderstem. Het was zo oprecht en ik besepte toen ook dat ik niet alleen mijn man verloren was maar de kinderen ook hun vader.

Het was zo bijzonder. Ik werd opgebeld dat mijn man een hartstilstand had gehad en moest het daarna aan mijn kinderen vertellen. Ik kreeg toen de kracht om samen met mijn kinderen te bidden. Nog steeds doet me het heel veel als ik daaraan terug denk. Regelmatig lees ik mijn eigen gedichten terug. Niet al mijn gedichten zijn positief; er zijn ook wel eens momenten dat ik in een dip zit. Maar dit gedicht geeft me de kracht om door te gaan, omdat ik zie wat God allemaal voor me gedaan heeft en nog doet.

Prachtig uitzicht

Mevrouw J. den Toom-Brandwijk woont in Neborgh op de 13^e verdieping. Ze heeft een prachtig uitzicht over Zwijndrecht. 'Ik woon hier zo fijn! Als het buiten helder is, kan ik het huis zien waar we vroeger woonden en zelfs de Van Brienoordburg en de Euromast.'

*Ook een mooi tegeltje of borduurwerk aan de muur?
Een speciaal lievelingslied of favoriete psalm? Laat het ons weten en wie weet staat uw lijfspreuk de volgende keer in Etedrah.*

Een sierlijke kroon

De grijsheid is een sierlijke kroon, zij wordt op de weg der gerechtigheid gevonden.

Spreuken 16:31



Ds. H. Brons is predikant van de Gereformeerde Gemeente van Vlaardingen.

Ouderdom brengt vaak waardigheid. De grijsheid is de kroon daarvan. Het leven heeft u veel gegeven, ook veel van u genomen. Ouderdom geeft tijd tot inkeer. De wereld keert zich van u af. U staat niet meer middenin allerlei ontwikkelingen. U volgt ze misschien nog wel met belangstelling, maar dan met bezonnenheid en op een afstand.

Juist bij het ouder worden mag u terugzien op uw leven. De Heere gaf stof tot nadenken en nu ook de tijd daarvoor. Terugziend mag u misschien de leiding van de Heere in uw leven opmerken. Of misschien zijn er veel levensvragen. De belangrijkste daarvan mag wel zijn hoe het is op onze reis naar de eeuwigheid.

Wanneer Salomo hier spreekt van de grijsheid als kroon, benadrukt hij hoe die ons deel wordt. De kroon der grijsheid wordt gevonden op de weg der gerechtigheid. Wat bedoelt Salomo daarmee? Onze reis naar de eeuwigheid moet een weg der gerechtigheid zijn. Als we terugzien op ons leven, zien we vaak zoveel ongerechtigheid en eigen gerechtigheid. Bij Salomo is hier iets van dat gebed van Mozes: leer ons alzo onze dagen tellen, dat wij een wijs hart bekomen. Wanneer wij op die manier onze dagen tellen, ervaren en belijden we zondaar te zijn voor God. Dan wordt onze levensweg een weg waarin ons gerechtigheid ontbreekt. Door de werking van Gods Geest wordt dat gemis aan gerechtigheid ons verdriet en die gerechtigheid ons verlangen.

Niet iedereen wordt oud en het is niet om het even hoe we oud worden. Misschien heeft Salomo bij

deze woorden gedacht aan Barzillai. Dat was al een oude man toen zijn vader David hem uitnodigde om aan het paleisleven deel te nemen. Maar Barzillai zag daarvan af. Hij weet dat zijn smaak en zijn levenstempo minder zijn geworden. Daarbij past geen leven in de drukte van het paleis. Liever overdenkt hij temidden van zijn familie zijn levensweg, om zo een wijs hart te bekomen.

De kroon der grijsheid is verbonden met een wijs hart. Het getuigt niet van wijsheid wanneer in onze ouderdom verbittering en teleurstelling de boventoon voeren. Het is waar, er kan veel verdriet komen in een mensenleven. Hoe ouder we worden, hoe meer we beseffen dat het meeste van onze jaren moeite en verdriet is. Maar ontevredenheid is niet de weg die Salomo hier wijst.

De weg waar gerechtigheid wordt gevonden is een andere. Het is de weg van Abraham die vanaf het gebergte van Kanaän afzag van de vlakte van Sodom. Hij wist dat gerechtigheid niet in geld of goed wordt gevonden. De weg van Abraham ging vanuit het land waar hij de afgoden diende, naar het land dat God hem wijzen zou. Hij heeft veel moeten achterlaten. Tegen zijn zoon Izak getuigde hij dat de Heere Zelf een lam ten brandoffer zal voorzien. Dan is er maar één weg tot gerechtigheid. Die is alleen in het offer van Christus Die de gerechtigheid Gods is. Wie Hem als de ware Wijsheid vindt, trekt een welgevallen bij de Heere. Zalig om als een onwaardige Mefiboseth aan de tafel van deze Koning gedragen te worden. Te leven uit Hem alleen geeft de werkelijk sierlijke kroon der grijsheid.

Ds. H. Brons

‘De kroon der grijsheid is verbonden met een wijs hart.’

GEZIEN Als je haar maar goed zit!

Als je haar maar goed zit!

De één heeft het kort, de ander lang, de volgende opgestoken en weer een ander prachtige krullen. Soms worden de mooiste creaties gemaakt. Ons mopsel is een stukje waardigheid.

Als het haar niet gedaan is, worden we liever niet gezien. Bij deze dames zit hun haar in ieder geval keurig. Mocht u niet meer weten wat u met uw haar moet doen, dan geven deze kapsels u misschien nieuwe inspiratie!





Bouwbedrijf
DE VRIES EN VERBURG

INNOVATIEF
DUURZAAM
MET
DAADKRACHT

www.devriesverburg.nl



Doeners die Denken

Buitenruimtespecialist in Zorg- en Onderwijssector

WWW.VERHEIJBV.NL



Vanaf 1 januari 2017 trotse partner
van Cedrah voor de buitenruimten.