

Etcedrah



September 2021 · Jaargang 8 · Nummer 1

In het zonnetje

Mevrouw Drinkwaard is mantelzorger voor haar man

Twee generaties

Meneer De Bruin en kleindochter Lotte zijn elkaars beste vrienden

Waardevol oud worden

Wout Huizing over de betekenisvolle rol van ouderen

DÉ VERRASSING IN JE BRIEVENBUS!



Iedere twee weken een fijne verrassing in de brievenbus?
Neem een abonnement op Terdege! Speciaal voor jou stellen we een kleurrijk magazine vol
eerlijke interviews, verrassende artikelen en mooie foto's samen. Natuurlijk ontbreken
je favoriete columns niet. Bovendien krijg je het kindermagazine Kits er gratis bij!
Nieuwsgierig? Bekijk alle aanbiedingen op de site!

terdege.nl/cedrah * 055-5390300 * of scan de code





Teunis Stoop, bestuurder

'Ik vind het echt een godsgeschenk dat ik hier mag wonen.'

Voorwoord

Waardevol en broos

'Alles van waarde is weerloos' is een bekende zin van Lucebert uit zijn minder bekende gedicht *De zeer oude zingt*. Het gedicht gaat over het kleine, het alledaagse, het kwetsbare en het vergankelijke.

Aan dit gedicht moest ik denken toen ik recent op bezoek was bij een groep bewoners die kort geleden verhuisd waren naar hun prachtige appartement in een gloednieuw woonzorgcentrum van Cedrah. Ik word elke keer opnieuw getroffen door de kwetsbaarheid van onze bewoners. In het gesprek over hun gang door het leven wordt je geraakt door de broosheid en vergankelijkheid. Maar ook door hun veerkracht, moed, levenslessen en getuigenissen. Lucebert spreekt in zijn gedicht ook uit: 'wordt van aanraakbaarheid rijk, en aan alles gelijk.' Je kunt dat wat waardevol is vaak niet pakken of vasthouden; je kunt het wel aanraken of erdoor aangeraakt worden. Die aanraakbaarheid maakt het leven rijk. Dat merk en voel je als je rondloopt in een woonleefgemeenschap waar vitale en kwetsbare ouderen samen wonen, leven en zorg ontvangen.

Waardig en waardevol

Tijdens het bezoek zei een bewoner: 'Ik vind het echt een godsgeschenk dat ik hier, in dit prachtige gebouw dat van alle gemakken voorzien is, mag wonen. Samen met de andere bewoners hebben we het hier gezellig'. 'En', zo vervolgde hij zijn 'lofzang', 'we worden hier uitstekend en liefdevol verzorgd door de medewerkers.' Mooi om te horen! Ik word erdoor aangeraakt. Wat is het prachtig dat we binnen locaties van Cedrah kunnen laten merken dat ouderen ertoe doen, dat ze waardevol zijn en dat ze, omringd met liefdevolle zorg, waardig oud mogen worden.

Kwetsbaar als kristal

Alle mensen, maar zeker tachtigers en negentigers, zijn kwetsbaar als kristal. Ouderen van wie de krachten en gedachten afnemen: ze zijn kwetsbaar, maar waardevol. Het zijn mannen en vrouwen met een leven vol vreugde en verdriet, die hebben liefgehad en liefhebben, die kinderen hebben gebaard en opgevoed. Ze hebben gezwoegd en gezweet; een bijdrage geleverd aan de samenleving. Ze roepen als het ware ons toe: zie mij! Verzorg mij met liefde, met handen die mij bemoedigen en beschermen. Handen die nabij zijn, aanraken en aangeraakt worden. Handen die gevouwen worden, opziende naar Hem, bij wie 'Milde handen en vriendelijk ogen zijn'.

COLOFON

Etcedrah is een uitgave van Cedrah

Redactieadres

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

Redactie

Jo-Anne Krijgsman, Marloes Hagendijk,
Martine Nederlof, Ada Kragten

en Heleen den Breems

Eindredactie

Teunis Stoop, Marloes Hagendijk

Oplage

Verschijnt drie keer per jaar in een oplage van 17.500 stuks.

Vormgeving

Doordacht, Bodegraven

Druk

Crezée Meerkerk BV

Fotografie

Cees van der Wal, Adriaan Verhoeven

Foto omslag

Mevrouw Drinkwaard met haar man op dagbesteding de Meerpaal in Nebo.

BOUWEN OP KARAKTER

www.devriesverburg.nl



DE VRIES EN VERBURG

CREZÉE

GRAFISCHE OPLOSSINGEN

BRENG EENS WAT KLEUR IN UW DRUKWERK!



CREZÉE GRAFISCHE OPLOSSINGEN
VAN LEEUWENHOEKWEG 3 | 2964 LJ GROOT-AMMERS
TEL. 0183-358282 | INFO@CREZEE.NL | WWW.CREZEE.NL

Bij TMC Wonen
zit u goed!

Persoonlijk • Vakmanschap • Inspiratie



De meest
persoonlijke
inrichter maakt het
voor u spik en span
in orde!



TMC BERGEN OP ZOOM - VAN KONIJNENBURGWEG 13 - (0164) 27 44 77
TMC KRUININGEN - ZANDWEG 1B - (0113) 38 26 26
TMC GOES & WOONWENZ - MARCONISTRAAT 13 & 15A - (0113) 22 41 02
WWW.TMCWONEN.NL

Deze keer in Etcedrah



10

WAARDEVOL OUD WORDEN

Wout Huizing ziet ouderen eerst en vooral als mens



18

TWEE GENERATIES

Meneer De Bruin en kleindochter Lotte zijn elkaars beste vrienden



24

WAT DOEN WE?

Jaap Matthijsse is van alle markten thuis

6 UIT LAND EN LOCATIES

Actualiteitenrubriek

9 STICHTING VRIENDEN VAN CEDRAH

Word ook een vriend

14 IN HET ZONNETJE

Mevrouw Drinkwaard is mantelzorgster voor haar man

15 BOEKEN

Recensies

15 COLUMN

Diederik van Dijk over waardig ouder worden

16 LEVENSVRAGEN

Simon van Koevinge ziet betekenis in het pastoraat voor ouderen met dementie

17 OP STAP MET

Zorghulp Tineke

22 RONDON DE TAFEL

Pauze met vrijwilligers

26 HET RECEPT VAN

De lekkerste boterkoek van mevrouw Ottervanger

27 KLEURPLAAT

28 ACTUEEL

Klanttevredenheidsonderzoek

29 ZWEEDSE PUZZEL

30 ACTUEEL

Strategie 2021-2024

31 BEELD IN WOORDEN

Nog één keer

32 CEDRAHLOCATIES

Waar vindt u ons?

33 UITGELICHTE LOCATIE

Wonen in Nebo

34 MEDITATIE

Een waardige bejaarde in 2 Samuël

35 GEZIEN

Oude bijbels

Creativiteit in Rehoboth-Goes

Ook Rehoboth ontkwam helaas niet aan het coronavirus: meerdere keren moesten afdelingen in isolatie vanwege besmettingen. Gelukkig konden bewoners, zij het op aangepaste wijze, toch meedoen aan diverse, gezellige activiteiten. Een creatieve activiteitenbegeleider knutselde zelf een poesje, samen met mevrouw Zandee (90). Haar man reageert: 'Het is met geen pen te beschrijven hoeveel plezier jullie mijn vrouw doen door haar persoonlijke aandacht te bieden en door samen creatief bezig te zijn.'



Na een lange stop weer handwerken in Eben-Haëzer

Wat was het genieten om na zo'n lange tijd van coronamaatregelen weer samen te kunnen handwerken in Eben-Haëzer! Zowel de bewoners als vrijwilligers waardeerden het gezellige, creatieve uurtje. Zo gewoon, maar toch zo bijzonder.

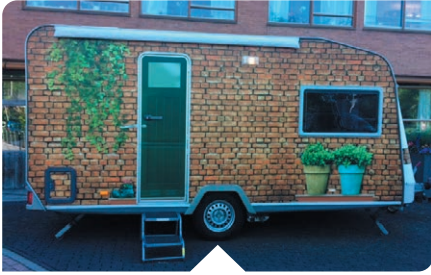


Feestelijke opening Amandelhof

Aan de Fluiterlaan in Capelle aan den IJssel staat een gloednieuw zorggebouw. Dinsdag 1 juni stonden de medewerkers en bewoners van de Amandelhof stil bij deze belangrijke mijlpaal en werd de verhuizing naar Waterhove en de Tussenhof feestelijk gevierd. 'We hebben een prachtig gebouw waarin we de vertrouwde sfeer van de Amandelhof vasthouden', vertelt locatiemanager Marianne de Vries. 'Zo hopen we nog jarenlang identiteitsgebonden zorg te bieden aan bewoners die die zorg nodig

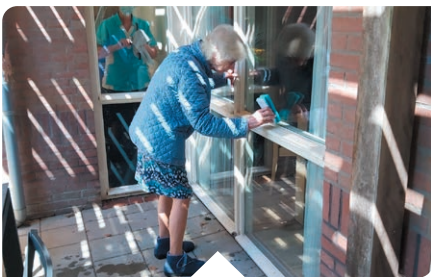
hebben.' Het nieuwe woonzorgcentrum wordt gefaseerd gebouwd en zal bestaan uit drie gebouwen (Waterhove, Bloesemhove en Zonnehove) die aan elkaar verbonden zijn.





De Mobiele Verwarring in Nebo

Medewerkers van Nebo ervoeren in de escaperoom van De Mobiele Verwarring op een educatieve en interactieve manier wat het is om dementie te hebben. Zij deden ervaring op over de omgang hiermee. Binnen vijfenveertig minuten moesten medewerkers 'ontsnappen' door educatieve puzzels op te lossen die aansluiten op de acht principes over dementie van dr. Anneke van der Plaats. Erg leerzaam!



Huishoudelijke klusjes in Hebron

Na een paar flinke regenbuien waren de ramen in Hebron toe aan een wasbeurt. De 84-jarige mevrouw Koetsier helpt altijd graag een handje mee en poetste de ramen weer stralend schoon. Naast het lappen van de ramen worden bewoners gestimuleerd en betrokken bij allerlei huishoudelijke klusjes, zoals aardappels schillen, de was vouwen, stoffen of dweilen. Huishoudelijke taken herkennen zij nog van vroeger. Met de juiste prikkels gaan ze meteen aan de slag om na afloop een voldaan gevoel over de opgepakte klusjes te hebben.

Zicht op een nieuw Uitzicht

Na vele jaren van voorbereiding en uitvoering stond eind juni in het teken van een belangrijke mijlpaal: de verhuizing van de bewoners van Uitzicht naar het nieuwe zorggebouw!

Na de verhuizing is gewerkt aan de asbestsanering van het oude gebouw tussen het zorggebouw en de serviceflat. Vervolgens wordt de hoogbouw machinaal gesloopt en zal naar verwachting eind oktober

worden gestart met het heiwerk voor de verbindinggang, brasserie en entree. Gerrit Kruidenier, lid van de cliëntenraad, is zeer te spreken over de vertrouwde sfeer die kenmerkend is voor Uitzicht. 'Voor mensen met verschillende achtergronden voelt Uitzicht als een warm bad. Mijn wens voor de bewoners in het nieuwe gebouw is dat ze hier hun rust mogen vinden en geestelijk uitzicht mogen hebben op dat wat echt telt.'



Vrienden Beth-San schenken fitnesscircuit

Bewegen staat hoog in het vaandel bij Beth-San. Zo ook bij fysiotherapeut Jochem Klomp, die vanuit zijn vak en passie veel nadenkt over het laagdrempelig aanbieden van beweging. Hij introduceerde het zogenaamde fitnesscircuit, gesponsord door de Vrienden van Beth-San, in

de tuin van de Wilde Veenen naast Beth-San. Het circuit bestaat uit drie bewegingstoestellen voor roeien, fietsen en trap- en hellinglopen. Het woonzorgcentrum beschikt hiernaast over een prachtige fysio-ruimte met geavanceerde toestellen, zoals het Fietslabrynt.



Jij mag er zijn!



Jij mag er zijn. Wij geloven dat God een bedoeling heeft met ieder leven. Daarmee verdient iedereen liefde, zorg, aandacht en bescherming.

Wij vertalen christelijke standpunten door naar onze verzekeringen, vergoedingen en service. Zodat u de zorg krijgt die u nodig heeft. En die het beste bij uw overtuiging past.

Stichting Vrienden van Cedrah

Het bestuur van de Stichting Vrienden van Cedrah heeft zich ook in de afgelopen periode beziggehouden met het bevorderen van het welzijn van de cliënten van Cedrah. Allereerst door pastorale zorg te financieren, wat goed aansluit bij het thema van dit nummer. Want wat is nu 'waardevol oud worden'? Is dat niet in de eerste plaats ervoor zorgen dat we dé Parel van grote waarde mogen vinden, waarbij het pastoraat bij uitstek hierop mag wijzen?

Daarnaast hebben we subsidie aangevraagd om het werk van de vrijwilligers in Amandelhof te kunnen waarderen en stimuleren. Denk bijvoorbeeld aan een gezellige en informatieve bijeenkomst. Capelle aan de IJssel is de enige burgerlijke gemeente die vrijwilligers belooft middels een subsidie. Juist vrijwilligers zijn erg van meerwaarde in de zorgverlening van onze cliënten waar het reguliere zorgpersoneel niet aan toekomt. Wat een zegen dat we zo waardevol ouder mogen worden.

Ook hebben we naar aanleiding van de coronapandemie ieder woonzorgcentrum een bijdrage per bewoner gegeven, wat naar eigen inzicht van de locatiemanager of regiomanager kan worden besteed aan de bewoners.

Zo zijn er in Uitzicht voor een deel van de bewoners daglichtlampen aangeschaft. Ook is er een krant gemaakt die teruggaat tot in de jonge jaren van de bewoners.



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

Algemeen Nut
Beogende Instelling
ANBI

Ik machtig de stichting Vrienden van Cedrah om per

maand kwartaal halfjaar jaar

een bedrag af te schrijven van €

van IBAN

ten name van

Ik voel mij verbonden met locatie:

Persoonlijke gegevens

Naam

Adres

Postcode

Plaats

Telefoon

Handtekening

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



‘Ik ben net een oud museum: een oude gevel, maar van binnen vol schatten.’



Waardevol oud worden

Door Wout Huizing

Bij Cedrah geloven we in een woonleefgemeenschap waarin ouderen zich gezien en gewaardeerd voelen. Een gemeenschap waarin zij goede zorg en liefdevolle aandacht krijgen en kunnen blijven meedoen. Iedereen heeft immers het recht om waardig oud te worden. Maar welke beelden heersen er eigenlijk rondom ouderen? Hoe kunnen zij van betekenis zijn? Wout Huizing, werkzaam bij Reliëf, neemt ons mee.

Door de bril van een tachtigplusser

'Ik hou ook het komend jaar niet van bejaarden. Dat geschuifel achter die rollators, dat misplaatste ongeduld, die koekjes bij de thee, dat zuchten en steunen. Ik ben zelf 83 ¼ jaar.' Zo begint het boek *Pogingen iets van het leven te maken. Het geheime dagboek van Hendrik Groen, 83 ¼ jaar*. Het boek beschrijft hoe een tachtigplusser het leven in een verzorgingshuis beleeft. Natuurlijk worden in het boek een aantal kwesties sterk overdreven. Hoofdpersoon Hendrik Groen richt de 'Omanido-club' op: Oud-Maar-Niet-Dood. Een verzet tegen het beeld dat oud worden synoniem is aan aftakeling, eenzaamheid en afhankelijkheid. Zijn poging is om met dit clubje bewoners plezier te maken en allerhande uitstapjes te maken. Gaandeweg ontkomen ook Hendrik en de leden van zijn club niet aan de kwetsbaarheid van het ouder worden. Zo moet hij voor zichzelf incontinentiemateriaal kopen, ondergaat zijn vriend een beenamputatie, wordt een vriendin dement en overlijdt een ander na een hersenbloeding.

Dé oudere bestaat niet

De groep tachtigplussers in onze samenleving wordt steeds groter en dat daagt uit om na te denken over het proces van ouder worden. Er zijn grote verschillen tussen de volop in het werkzame leven staande vijftigplusser, de vitale gepensioneerde, de wat immobiele thuiswonende tachtiger en de oudere die vrijwel volledig afhankelijk is van zorg. Dé oudere bestaat dan ook niet!

Een bekende uitspraak in Nederland luidt dat bijna iedereen oud wil worden, maar niemand oud wil zijn. De rode draad in het denken over ouder worden in onze samenleving was eeuwenlang de visie die in een dichtregel uit de zeventiende eeuw klinkt: 'Ouderdom, hoe sijt gij zo veracht, terwijl een elck u so begeert.'

Verval en verlies

De op- en neergang van het menselijk leven werd in Nederland vanaf de zestiende tot en met de negentiende eeuw symbolisch weergegeven in de vorm van levenstrappen, die staan voor de levensfasen van de mens van wieg tot graf. De mens bestijgt dan gedurende de eerste helft van zijn of haar leven met een aantal treden de trap, waarbij vijftig jaar het hoogste punt is. Hierna volgt een afdaling. De figuren zijn steeds meer



gebogen en bij honderd jaar is het graf een onvermijdelijk eindpunt. Kortom: oud worden betekent verval en verlies. Het lichaam levert in aan kracht en de geest aan snelheid. Talloze tekeningen en prenten over ouderdom verwezen naar dit beeld van verval en neergang: een versleten, opgelapte zak, een kale stramme boom of een ruïne van een gebouw. De kwetsbaarheid neemt toe en het sterven nadert. Memento mori, gedenk te sterven.

Zo wordt het beeld opgeroepen dat ouderdom staat in het teken van 'nog' of 'niet meer'. Het is te horen in de vele gesprekken met of over ouderen. 'Kunt u dat nog?' of 'Wilt u dat nog?' Of ouderen zelf die zeggen: 'Dat kan ik niet meer'. Tegenwoordig wordt zelfs het debat gevoerd of iemand die ouder is dan vijfenzeventig jaar de kans moet krijgen te zeggen dat het leven 'voltooid' is en er zelf een einde aan mag (laten) maken. Dan wordt gedacht: voor wie of wat ben je nog nuttig als je zo aftakelt?

Zwitserlevengevoel

Natuurlijk zijn er ook tegengeluiden. Zo bestaat er een complete anti-verouderingsmarkt, waar ouderen wordt verzekerd dat ze zich helemaal niet oud hoeven te voelen. Zo lees je lofzangen op het ouder worden en worden beelden voorgeschoteld van het 'zwitserlevengevoel': verre reizen maken, diepzeeduiken en woestijnen doorkruisen. De 50PlusBeurs speelt hierop in met vele aanbiedingen. De nadruk ligt op het jong willen blijven, ook lichamelijk. Zo kunnen ouderen rimpels, grijze haren en uitgezakte lichaamsdelen laten corrigeren en zich verzetten tegen lichamelijke gebreken en kwalen. De oudere heeft het heft zélf in handen en heeft de regie. Beleidsmakers en zorgaanbieders spelen in op deze visie dat de oudere een autonome, ondernemende burger is die vrij is om te kiezen en om zijn of haar eigen leven in te richten zoals hij of zij dat wil. Vanuit deze visie is het een waar schrikbeeld om in een verpleeghuis terecht te komen.



Wout Huizing (63) is stafmedewerker van Reliëf, een christelijke vereniging van zorgaanbieders, en vanaf 1985 werkzaam in de ouderenzorg. Op 1 oktober 2021 geeft hij onder andere de workshop 'Gaven en opgaven voor ouderen'. Zie: <https://www.reliëf.nl/gaven-en-opgaven-voor-ouderen/>.

Bijbelse beelden

In de Bijbel klinken ándere woorden over ouder worden. Wie verschillende teksten op een rij zet, komt tot de conclusie dat ouderdom wordt getoond als een gave én een opgave. Zo klinkt in Psalm 92 (vers 15): 'In den grijzen ouderdom zullen zij nog vruchten dragen; zij zullen vet en groen zijn.' Ouderdom is als een zegen.

Tegelijkertijd wordt het beeld geschetst dat ouderdom komt met gebreken. Er is te lezen over de blindheid van Izak (Genesis 27:1 e.v.), over de vermoeidheid van Mozes (Deuteronomium

31:1 e.v.) en over de aftakeling van David (1 Koningen 1). In Prediker 12 lezen we heel beeldend over de vele kwalen bij het ouder worden: de onzekere gang, de bevende stem, het verminderd gehoor en zicht, de afnemende smaak en de grijze haren. Zo nadert het einde.

'Er zijn grote verschillen tussen ouderen. Dé oudere bestaat dan ook niet!'

De gelovige vraagt aan het einde van zijn leven of de Heere hem trouw wil blijven ondanks de aftakeling: 'Verwerp mij niet in den tijd des ouderdoms; verlaat mij niet, terwijl mijn kracht vergaat'

(Psalm 71: 9,18). En de apostel Paulus spreekt uit: '(...) maar hoewel onze uitwendige mens verdorven wordt, zo wordt nochtans de inwendige vernieuwd van dag tot dag' (2 Korinthe 4:16).

Meer dan verval, verlies en aftakeling

Wie werkt met en voor ouderen heeft eigen beelden. Wie dagelijks de zorgafhankelijkheid ziet, kijkt wellicht vooral naar die kwalen en gebreken. Maar er is méér dan verval, verlies en aftakeling. De van zorg afhankelijke oudere is eerst en vooral ook mens, die nu van alles meemaakt, maar ook al véél heeft meegemaakt in het leven. Een bewoner uit een verzorgingshuis merkte op: 'Ik ben net een oud museum: een oude gevel, maar van binnen vol schatten.' Lukt het om niet alleen op die 'oude gevel' te letten, maar in het contact ook die schatten te ontdekken? Dat kan bijvoorbeeld door in gesprek te gaan over de levens- en geloofservaringen van de ander en een luisterend oor te bieden. Wat valt er dan veel te leren!

Waardevol in een verpleeghuis

Uit onderzoek komt naar voren (Peterjan van der Wal, Wat maakt het leven de moeite waard? Ouderen aan het woord die permanent van intensieve zorg afhankelijk zijn, 2018) dat mensen óók in het verpleeghuis hun leven als waardevol kunnen ervaren. Heel belangrijk daarbij zijn wederkerige en gelijkwaardige relaties, evenals de mogelijkheid om iets te doen voor een ander.

De uitdaging in de zorg is om de oudere generatie niet alleen te zien als ontvangers van zorg, maar hen voluit te (h)erkennen als waardevolle mensen die (nog steeds) van betekenis (kunnen) zijn voor anderen. Dat vraagt om een onderzoekende houding over hoe je kunt aansluiten op wie de ander is en wat er voor hem of haar werkelijk toe doet. Vroeger werkte ik in een woonzorgcentrum en ik herinner me hoe belangrijk het toen voor een bewoonster was dat zij servetten mocht vouwen voor bij de maaltijd. Een ander bracht de post rond en weer een ander leefde op als hij een lied mocht voorzingen in de kerkdienst. Op talloze manieren kun je mensen laten merken dat hun tijd niet voorbij is en dat de uiterlijke gebreken niet bepalend zijn voor wie je bent als mens: geef in het contact ruimte voor herinneringen en verhalen. Luister en ontdek hoe ouderen iets hebben dóór te geven. Denk verder na over de gedachten die zij hardop uitspreken! Hun getuigenis mag klinken, hun gebeden zijn van waarde, hun luisterend oor is belangrijk en soms is er belangstelling voor jou als medewerker. Stel je daarvoor open en ontvang hun zorgzaamheid! Zorg is telkens afstemmen en erkenning geven. Zo zijn én voelen ouderen zich van waarde. ■

'Uiterlijke gebreken zijn niet bepalend voor wie je bent als mens!'



Palliatieve zorg bij Cedrah

Door Marleen Poppe, adviseur kwaliteit en veiligheid bij Cedrah

Waardig oud worden is zeker ook in de palliatieve periode, de laatste periode van het leven waarin genezing niet meer mogelijk is, heel belangrijk. Om zorgmedewerkers hiervoor toe te rusten, worden verzorgenden en verpleegkundigen van Cedrah opgeleid via het leerpad palliatieve zorg, ontwikkeld door FiniVita.

Met dit leerpad krijgen zorgmedewerkers verdieping in de palliatieve zorg en wordt waardige palliatieve zorg volgens de nieuwste inzichten verankerd in de dagelijkse zorgpraktijk. Het leerpad start met een e-learning waarin de leerling theorie tot zich neemt over onder andere zingeving, ethiek en cultuur, fasen in de palliatieve zorg, symptomen, methodieken en meetinstrumenten, zorg voor de naasten en - niet onbelangrijk - zorg voor de zorgmedewerker zelf. Na de e-learning volgen twee interactieve sessies waarin de geleerde theorie wordt toegepast met verschillende werkvormen, zoals bijvoorbeeld een casusbespreking. De derde stap is het borgen van de kennis in de dagelijkse zorgpraktijk. Door bijvoorbeeld intervisie of door de palliatieve zorg een vast gespreksonderwerp te maken op het teamoverleg worden kennis en vaardigheden met betrekking tot palliatieve zorg op peil gehouden. Het belangrijkste doel van het leerpad is dat zorgmedewerkers handvatten krijgen om deze moeilijke, maar mooie taak te verrichten, zodat ze hiermee kunnen bijdragen aan het waardig oud worden van cliënten.



‘Niets is haar te veel en ze is echt een voorbeeld voor anderen.’

Mevrouw Drinkwaard-van der Glas (73) is als mantelzorgster voor haar man erg betrokken. Ze verzorgt haar man, die volledig rolstoelafhankelijk en dementerend is, nog zelf. Meneer heeft op 52-jarige leeftijd een hersenbloeding gekregen. Mevrouw is toen gaan werken om de kost voor het gezin te verdienen. Toen haar moeder ouder werd, is zij naast mantelzorgster voor haar man ook nog mantelzorgster voor haar moeder geweest.

Twee keer per week komt meneer

Drinkwaard naar de dagbesteding op de Meerpaal in Nebo. Erg gezellig! Activiteitenbegeleider Lydia van 't Hof hoeft niet lang na te denken over de vraag waarom mevrouw Drinkwaard het verdient om in het zonnetje gezet te worden: ‘Niets is haar te veel en ze is echt een voorbeeld voor anderen. Ze is trouw, liefdevol, geduldig, heeft alles over voor haar man en cijfert zichzelf weg. Mevrouw ziet haar man niet als patiënt: hij is haar man van wie ze nog steeds veel houdt. Ze is een voorbeeld in wat liefde geven is!’



Liefdevol over dementie

Een boek over liefdevolle (mantel)zorg bij dementie. Een dagboekverhaal met de moeder van één van de auteurs in het middelpunt, ingeleid met een essay over leven en omgaan met dementie. Rondom het thema dementie hangt vaak een nare sfeer: er is veel schrik en onbegrip. In 'Blijf niet te lang weg' spreken drie auteurs op een positieve en liefdevolle manier over mantelzorg en dementie, met respect voor menselijke waardigheid, en willen ze tot steun en inspiratie zijn.

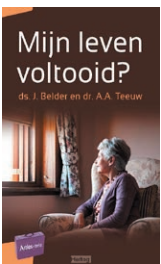
Blijf niet te lang weg – Irma van Dijk e.a., uitgeverij Scholten, EAN9789492959256, €14,95



De dag van het leven

Het leven is als een dag, met een morgen, middag en avond. Zoals iedere dag heeft ook de dag van ons leven een bepaald aantal uren, dat God geteld heeft. Ook leven we in de dag van de zaligheid, waar er tijd en ruimte is om met God verzoend te worden. De boodschap van dit boekje is daarom ook: 'Heden, zo gij Zijn stem hoort, verhardt u niet, maar laat u leiden.'

Mijn dagen zijn bij U geteld – Ds. M. Karens, uitgeverij Den Hertog, EAN 978903313001, €14,95



(On)voltooid leven

In de achterliggende jaren is de term 'voltooid leven' snel ingeburgerd. Kunnen we echter wel spreken van voltooid leven in het licht en besef van God als Schepper? In dit boekje wordt door ds. J. Belder en dr. A.A. Teeuw gezocht naar antwoorden op klemmende en actuele vragen, waarbij palliatieve zorg als het alternatief voor euthanasie ruime aandacht krijgt.

Mijn leven voltooid? – Ds. J. Belder en dr. A.A. Teeuw, uitgeverij Groen, EAN9789088971945, €13,99

Waardig ouder worden, zónder euthanasie

Verlichte denkers zien uit naar de komst van automaten, waarbij iemand bij de inworp van een muntje zichzelf kan doden. G.K. Chesterton schreef dit in 'Orthodoxie' (1908). Het lijkt vandaag niet eens ondenkbaar.

In 2002 was Nederland het eerste land dat euthanasie legaliseerde. Toen nog gericht op personen in de allerlaatste levensfase. Dat stadium zijn we allang gepasseerd. Nu zijn we zover dat de dood geregeld moet worden voor personen die niet ziek zijn, maar lijden aan het leven zelf.

Hier duikt het begrip 'voltooid leven' op. Het gaat hierbij echter niet over mensen met een voltooid leven, maar over mensen die levensmoe zijn. Ze zijn klaar met leven of zien verschrikkelijk op tegen dóórleven. In de politiek wordt gezegd dat het gaat over autonome personen die zelf beslissen wanneer ze uit het leven stappen. Maar wie dieper graaft, ontdekt achter die autonome mens kwetsbaarheid en eenzaamheid.

Mensen die niet meer willen leven, hebben geen voltooid leven, maar zijn levensmoe. Daarop moet de remedie worden toegespitst, door eenzaamheid te bestrijden en de wijsheid van de grijsheid te verzilveren. Als het leven moeilijk wordt, moeten we mensen niet prijsgeven aan de dood, maar hen met aandacht, liefde en zorg nabij zijn. Aan alle medische behandelingen komt een eind, maar níet aan de zorg!

Bovendien moeten we stoppen met het voeren van het monster van zelfbeschikking. We zijn nooit de enige auteur van ons levensverhaal. Hoeveel te meer geldt dit voor diegene die zijn leven in Gods handen weet.



Diederik van Dijk is directeur van de Nederlandse Patiënten Vereniging - Zorg voor het leven.



S. (Simon) van Koeveringe is pastoraal werker binnen Cedrah. Hij verzorgt onder andere de dagafsluiting en de Bijbeluren voor de kleinschalige woongroepen binnen de Zeeuwse locaties.

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

‘Wat is de betekenis van pastoraal bezoek aan iemand met dementie?’

Hoe geef je pastorale zorg aan dementerende ouderen? Er is maar één Pastor geweest die dit volmaakt deed: de Heere Jezus Zelf. Daar loopt Hij, als de Onbekende Vreemdeling, mee met de Emmaüsgangers. Hij peilt op een volmaakte wijze hun hart en weet waar het hun om te doen is. ‘Waarom ziet gij droevig?’ Daar staat Hij, als de Onbekende Hovenier, bij het graf en Hij ziet Maria in haar onpeilbaar verdriet. ‘Wat weent gij, Wien zoekt gij?’ Ik denk aan de gelijkenis van de barmhartige Samaritaan. De Samaritaan ziet de stakker liggen. Hij wordt met innerlijke ontferming bewogen en knielt liefdevol bij hem neer. De man verbindt de wonden, dient medicijnen toe en brengt de hulpbehoevende op zijn eigen rijdier weg naar de herberg. Zien wij de ouderen met dementie ook, met ogen vol liefde?

‘Zien wij de ouderen met dementie ook, met ogen vol liefde?’

Wanneer we ouderen met dementie bezoeken, komen we soms opstandigheid tegen. In de Bijbel lezen we dit ook. Ik denk aan Genesis 42, waar de bijna honderddertig jaar oude Jakob verbitterd uitroept: ‘Al deze dingen zijn tegen mij!’ Je lieve Rachel zal maar in het kraambd gestorven zijn en je lieveling Jozef door een wild dier verscheurd. Je zult maar de boodschap hebben ontvangen dat Simeon in de gevangenis zit en dan moet je ook je lieve Benjamin nog meegeven naar dat verre Egypte. En dan die vreselijke hongersnood! Ook denk ik aan Johannes 21, waar Christus tot Petrus zegt: ‘Voorwaar, voorwaar zeg Ik u: Toen gij jonger waart, gorddet gij uzelf, en wandeldet alwaar gij wildet; maar wanneer gij zult oud geworden zijn, zo zult gij uw handen uitstrekken, en een ander zal u gorden, en brengen waar gij niet wilt.’ Ziet u de oudere voor u? Tastend, steunend op de rollator? Misschien tegen zijn of haar wil in het verpleegtehuis gebracht. Het kon niet anders.

Als bij zo’n bezoek de Bijbel opengaat, gebeuren er soms mooie dingen. Ik denk aan die oude man, die steeds maar zat te herhalen: ‘Zend Heer, Uw licht en waarheid neder.’ Even later zat hij in zijn psalmboek te bladeren en liet hij me glunderend Psalm 145:6 (Hij is nabij de ziel die tot Hem zucht [...]) zien. ‘Kiek, dat is’t noe.’ Ik vond dat een bijzonder moment. Ik denk dat het leven van die man hierin getekend was. Soms kies ik ervoor om in plaats van iets te lezen een psalm te zingen. Niet zelden zingt de pastorant mee. Daarna leggen we in het gebed de zorgen van onze oudere met dementie in de handen van Hem, van Wie we zingen: ‘Milde handen en vriend’lijk ogen, zijn bij U van eeuwigheid’.

Of pastoraal bezoek aan iemand met dementie van betekenis kan zijn? Zeker wel. Wat daarbij het voornaamste is? Niet onze woorden, vaak praten we veel te veel. Laten we een voorbeeld nemen aan de barmhartige Samaritaan, met innerlijke ontferming bewogen zijnde.



Samen de schouders eronder voor het ontsmetten van een kamer na een coronabesmetting!



Een kleine verwennerij tussen-door: vers fruit klaarmaken.



Boodschappen halen voor een bewoner uit het winkeltje van Beth-San.



Haar opsteken zoals de bewoner het graag wil!



Multitasken: bellen voor overleg met een collega en direct de verkoopkraam van de Vrienden van Beth-San even in orde maken.



Dagelijks brengen we heel wat bewoners van de kamer naar beneden voor koffie of activiteiten.



Gezellig samen de vaat wegwerken. Mevrouw helpt altijd graag met afdrogen!

Op stap met zorghulp Tineke

Het werk van een zorghulp is veelzijdig, aldus zorghulp Tineke van Nieuwkoop (55), werkzaam in woonzorgcentrum Beth-San. Naast het uitvoeren van vaste taken, zoals het verzorgen van het ontbijt en het netjes houden van de kamers, ondersteunt ze de zorg waar mogelijk. Tineke: 'Als zorghulp stimuleren we de zelfredzaamheid van de bewoners en denken we met hen mee. De contacten met de bewoners zijn erg waardevol. Alleen de beste zorg voor onze bewoners is goed genoeg, pas dan ga je aan het einde van je dienst voldaan naar huis.'



Meneer De Bruin

***‘Op mijn houdbaarheidsdatum
is niets aan te merken.’***



Een beetje eigenwijs en avontuurlijk

Vol trots wijst meneer De Bruin (87), woonachtig in woonzorgcentrum Uitzicht in Vlaardingen, naar de familiefoto die boven zijn bed pronkt. Zijn familie betekent veel voor hem. De Bruin is geboren en getogen in Maassluis en komt uit een gezin met negen kinderen. Zelf kreeg hij met zijn vrouw vier kinderen - drie dochters en een zoon - en tien kleinkinderen, waaronder Lotte (27).

Houdbaarheidsdatum

Zijn vrouw, in 2018 overleden door uitzaaiingen in haar slokdarm, mist hij nog iedere dag. Het echtpaar was jong toen ze trouwden: zij was 19, hij 28. Meneer knipoogt: 'Van het leeftijdsverschil merkte je niks hoor: ik kwam net uit dienst en zag er nog jong uit.' Kleindochter Lotte reageert lachend: 'Dat kun je nog zien', wijzend naar zijn gave, bijna rimpelloze huid. Meneer vervolgt grappend: 'Op mijn houdbaarheidsdatum is niets aan te merken.' Toen De Bruin tachtig was, is hij gediagnosticeerd met de ziekte van Parkinson. Omdat hij bijwerkingen kreeg van de medicijnen, moest hij stoppen met de behandeling. Ook heeft hij een bypassoperatie ondergaan, maar dat was voor hem geen reden om bij de pakken neer te zitten. 'Na zes weken zat ik gewoon weer op de fiets hoor', reageert meneer gelijk. Lotte: 'Dat deed hij graag. Even lekker op de fiets naar Hoek van Holland. Heerlijk!'

Vrijwilligerswerk

Meneer werkte tot zijn tachtigste aan allerlei klussen en diende maar liefst 71 jaar als vrijwilliger bij de plaatselijke voetbalclub. Met het honderdjarige bestaan van de club ontving hij voor dit laatste een Koninklijke onderscheiding. Hij genoot ervan om met kinderen en jongeren te werken. 'Als ze onderling ruzie hadden, probeerde ik het altijd aan elkaar te breien.' Kleindochter Lotte vult aan: 'Opa maakt nooit ruzie. Thuis noemden ze hem niet voor niets Zwitserland.' Zelf kon meneer De Bruin al op jonge leeftijd geen balletje meer trappen. 'Op mijn negentiende ging mijn enkel kapot, toen heb ik zes weken niet kunnen lopen. Daar bleef ik last van hebben.'



Hoewel Lotte het niet zo op voetbal heeft, is ze, net als haar opa, erg sportief. Ze heeft ruim twintig jaar op hockey gezeten en loopt tegenwoordig regelmatig een rondje hard. ‘Opa kwam niet vaak kijken bij hockeywedstrijden. Hij vond voetbal leuker’, lacht ze. Lotte droomde er vroeger van om arts te worden. Helaas werd ze twee keer uitgeloot voor de studie geneeskunde en ging ze daarom na haar middelbareschooltijd psychologie en criminologie studeren. ‘Toen ik mijn opleiding psychologie afrondde, vond ik mezelf nog zo jong om mensen te adviseren wat ze met hun leven ‘moeten’ doen. Ik voelde dat ik hier nog niet klaar voor was en heb toen besloten om door te studeren voor criminoloog.’

Zweden

Vlak na de Tweede Wereldoorlog, toen meneer de Bruin twaalf jaar was, vertrok hij met een groep kinderen per bus via Duitsland en Denemarken naar Zweden. De reis was geregeld door het Rode Kruis en was bedoeld om de ‘bleekneusjes’ aan te laten sterken. Onderweg reed de bus langs platgebombardeerde steden, zoals Bremen. Uiteindelijk woonde meneer een jaar in Zweden. Hij koestert nog steeds warme herinneringen aan die tijd. Of hij nog een woordje Zweeds spreekt? De Bruin knipoogt: ‘Uiteraard: ‘Jag älskar dig (ik hou van je)’ en ‘tack (dankjewel)’. Als kind leer

je dat snel hoor.’ Zijn verblijf in Zweden heeft hem getekend: zijn leven lang heeft hij een hart voor kinderen, wat zich met name weerspiegelt in zijn werk als vrijwilliger bij de voetbalvereniging. Ook de nasleep van de oorlog heeft een blijvende impact op meneer de Bruin. ‘Op 18 maart 1943 werd Maassluis

*‘Opa maakt nooit ruzie.
Thuis noemden ze hem niet
voor niets Zwitserland.’*

Kleindochter Lotte

gebombardeerd. Dat staat nog in mijn geheugen gegrift. Tijdens de vuurwerkcramp in Enschede in 2000 kwamen die beelden terug en voelde het bombardement als de dag van gisteren.’

Werken

Tot zijn vijftiende zat meneer op school, daarna ging hij gelijk werken in een meubelfabriek, waar hij een rijksdaalder per week verdiende. Vervolgens bracht hij zijn dienstdtijd door bij de luchtmacht en moest hij daarvoor geregeld op oefening naar Duitsland. ‘Dat was een prachtige tijd!’ Na zijn korte loopbaan bij de luchtmacht kwam hij in de scheepsbouw terecht.

Warme band

De band tussen opa en kleindochter is hecht. Meneer De Bruin ziet in Lotte veel gelijkenissen met haar oma en omschrijft hun band zelfs als een 'twee-eenheid'. 'We zijn elkaars beste vrienden en kunnen altijd alles tegen elkaar vertellen', vult Lotte, die haar opa gemiddeld één keer per week bezoekt, aan. 'Opa was vroeger vaak bij ons in huis aan het klussen. De kleinkinderen noemden hem daarom ook wel 'opa boemboem', verwijzend naar opa met de hamer.'

Twee jaar geleden is Lotte nog met haar opa, moeder en tante naar Spanje op vakantie geweest. 'Hij is echt een reiziger. Opa wist

'We zijn elkaars beste vrienden en kunnen altijd alles tegen elkaar vertellen.'

Kleindochter Lotte

altijd de weg. Hij was ons navigatiesysteem.' Als Lotte en haar opa samen zijn, gaan ze vaak buiten wandelen. Hoewel meneer De Bruin het moeilijk vond dat hij minder naar buiten kon in coronatijd, konden ze gelukkig vaak even videobellen. 'Opa krijgt elke dag wel bezoek. Hij is erg geliefd. Het



personeel is dol op hem.' Meneer De Bruin vult aan: 'Ik kan leuk opschieten met die meiden. Soms komen ze zelf hun hart bij mij luchten.' Lotte zegt lachend: 'Opa, dat zijn geheimpjes, toch?'

Uitzicht

Meneer De Bruin woont nu anderhalf jaar in woonzorgcentrum Uitzicht op de afdeling verzorgd wonen. De hele dag wordt hij geholpen met onder andere eten, wassen en aankleden. Uitzicht is dichtbij het voor hem bekende Maassluis en voelt voor hem vertrouwd. 'Ik heb het hier enorm naar mijn zin en voel me helemaal thuis. Iedereen respecteert elkaar.'

In zijn kamer hangt een kaart met daarop de tekst:

God, U bent mijn sterkte
Mijn kracht
En mijn hoop

Helaas is meneer De Bruin kort na het interview overleden. Zijn kleindochter gaf aan het mooi te vinden als het interview toch nog zou worden geplaatst.







Pauze met vrijwilligers

Even bijkomen met koffie en wat lekkers in het restaurant van woonzorgcentrum Eben-Haëzer. Het is gezellig aan tafel met vrijwilligers Lenie Blankenstijn (66), Annie Koole (76) en Sanny van der Vorst (69).

Het is bijzonder dat ze collega's van elkaar zijn geweest in het woonzorgcentrum. Nu zijn de dames met pensioen, maar dat is voor hen geen reden om stil te zitten. Als vrijwilligers zijn ze nog erg actief! Zo schenkt Lenie koffie voor de bewoners, helpt Annie tijdens de gezelligheidsvereniging en werkt Sanny in de winkel van het woonzorgcentrum.

De dames komen graag in Eben-Haëzer. Wat hen motiveerde om vrijwilligerswerk op hun oude werkplek te gaan doen, is de warme en gezellige sfeer in het woonzorgcentrum. Het geeft hen veel voldoening om, nu als vrijwilliger, iets te kunnen betekenen voor de bewoners. Bovendien doen ze er leuke contacten op, wat voor veel gezelligheid zorgt!



Vrijwilliger Jaap Matthijsse

**‘Zolang ik gezond ben,
hoop ik dat ik nog wat
jaren vrijwilligerswerk
mag doen.’**

Jaap Matthijsse is van alle markten thuis

De 93-jarige meneer Jaap Matthijsse, die een paar straten verderop van Rehoboth in Goes woont, betekent op zijn hoge leeftijd nog veel voor het woonzorgcentrum met het vrijwilligerswerk dat hij doet. Vijf jaar geleden is zijn vrouw, met wie hij vierenzestig jaar getrouwd was en twaalf kinderen kreeg, overleden. Nog regelmatig bezoekt hij zijn kinderen met de auto in Utrecht, Houten en Den Haag, alhoewel dat in verband met de coronamaatregelen tegenwoordig wat minder is.

Zestien jaar geleden vroeg een diaken van de Gereformeerde Gemeente in Goes of Matthijsse vrijwilligerswerk wilde doen. Zo is het begonnen. Inmiddels is hij elke dag in Rehoboth te vinden. Soms is er weinig te doen, soms wat meer. Op maandag is hij samen met Kees Sterkenburg klusvrijwilliger. Samen klaren ze verschillende klusjes, zoals het vervangen van lampen, het oppompen van rolstoelbanden en het ophangen van schilderijtjes. Na het kluswerk eten ze een warme maaltijd mee in Rehoboth. Daarna verzamelen de heren alle rommel, wat ze met een kar wegbrengen naar de milieuplaats. Pas hebben ze samen vier oude, houten banken schoongemaakt, geschuurd en gebeitst. Bewoners en personeel wisten niet wat ze zagen en waren er erg blij mee. Dit zijn dingen die hem voldoening geven.

Manusje-van-alles

Maar Matthijsse doet meer voor Rehoboth. Zo zorgt hij ervoor dat de kippen elke dag te eten hebben. Als het voer op is, rijdt hij naar een winkel in Kruiningen om nieuw voer in te slaan. Ook is hij verantwoordelijk voor het inplanten en onderhouden van de bloembakken op het balkon. Verder rijdt hij naar een tuincentrum in Yerseke om bloemen te kopen, waarbij hij voor zo'n grote bestelling altijd wel wat probeert te onderhandelen. Daarnaast zorgt de hoogbejaarde vrijwilliger samen met twee andere vrijwilligers voor de interne verhuizingen van bewoners. Als mensen van buitenaf in Rehoboth komen wonen, zorgt de familie voor de verhuizing. In dat geval helpen Matthijsse en Sterkenburg vaak samen met het ophangen van schilderijtjes en klokken. Tot slot is Jaap Matthijsse verantwoordelijk voor het hijsen van de vlag op bijzondere dagen. Met de

verjaardag van koningin Maxima was hij voor het eerst vergeten de vlag binnen te halen voor acht uur. 'Dat had ik eigenlijk even op een briefje moeten schrijven', knipoogt hij.

Waardering

Het mooie aan vrijwilligerswerk vindt hij de omgang met de mensen in Rehoboth. Veel bewoners kent hij, omdat die vaak van zijn eigen leeftijd zijn. Hoewel het in de huidige COVID-19-situatie oppassen is waar hij naar binnengaat, maakt hij graag overal een praatje. Matthijsse is niet zo bang om corona op te lopen in Rehoboth, maar hij is wel voorzichtig. Zo komt hij niet op afdelingen waar corona is en als het niet nodig is, betreedt hij de appartementen niet. Bewoners zijn hem zeer dankbaar wanneer hij snel even langskomt om een probleem in een appartement op te lossen. Matthijsse laat de bewoners niet wachten, maar lost het probleem gelijk op. Thuis werkt hij nog vaak in de tuin en heeft hij een kasje waar hij zijn eigen groente in kweekt. 'Zolang ik gezond ben, hoop ik dat ik nog wat jaren vrijwilligerswerk mag doen.'



De lekkerste boterkoek



Ingrediënten

- › 3 ons bloem
- › 175 gram fijne kristalsuiker
- › 1 pakje roomboter
- › 1 zakje vanillesuiker
- › Snuf zout
- › Paar eetlepels melk

- › Optioneel: gember of amandelspijs



Mevrouw Ottervanger
‘Elk weekend bakte ik drie cakes: één voor m’n zoon, één voor m’n dochter en één voor mezelf.’

Heeft u ook een lekker recept met een bijzonder verhaal? Stuur het naar redactie@cedrah.nl of naar 1e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht o.v.v. naam en locatie.

Mevrouw A.M.C. Ottervanger-Hoogendoorn

Amandelhof, Capelle aan den IJssel

Mevrouw A.M.C. Ottervanger-Hoogendoorn woont al jaren in de Amandelhof. Onlangs verhuisde ze naar het nieuwe pand, waar ze een mooi appartement heeft op de begane grond.

Of ze vroeger graag kookte of bakte? ‘O ja, bakken, dat deed ik zo graag! Vooral cake en boterkoek. Hoeveel cakes ik wel niet gebakken heb? Elk weekend bakte ik drie cakes: een voor m’n zoon, een voor m’n dochter en een voor mezelf. Ik bakte de cake ook weleens in een broodblik, dan deed ik anderhalf keer de hoeveelheid. Dan werd ‘ie zo lekker hoog.’

Mevrouw Ottervanger heeft het bakken niet zozeer van huis uit meegekregen. ‘Vroeger bakten we geen cake. We hadden alleen een klein blikoventje, daar bakte mijn vader brood in. Later kregen we wel een wonderpan voor op het gas, waar je ook cake in kon bakken. Na mijn trouwen hadden mijn man en ik eerst een klein gasoventje op pootjes, maar toen er aardgas kwam, moest dat weg. We kregen een gasfornuis met daarin een Etna oven. Ik vond bakken ontzettend leuk! Het was na afloop altijd een bende in mijn keuken. Op het laatst had ik een afwasmachine, dat was wel fijn.

Op de een of andere manier vonden ze mijn boterkoek altijd het lekkerst. Dan zeiden ze: ‘Ik snap niet hoe je dat doet, bij mij is ‘tie altijd hard.’ Ik weet niet wat dat is. Ik deed het altijd heel graag.’

Bereiding

Verwarm de oven voor op 200 graden. Doe alle ingrediënten in een kom en mix het goed door elkaar. Verdeel het deeg in de vorm. Verwerk je gember of amandelspijs in de boterkoek? Verdeel dan eerst de helft van het deeg in de vorm, doe daarop een laagje gember of amandelspijs en verdeel tot slot de tweede helft van het deeg erover. Trek met een vork strepen over de boterkoek.

Smeer met een kwastje de melk over de boterkoek, dan krijgt die een mooi bruin kleurtje. Zet de boterkoek in de voorverwarmde oven en bak hem zo vlug mogelijk, anders wordt de boterkoek droog. Denk aan ongeveer 20 tot 25 minuten. En voilà, geniet ervan!



Naam: _____

Woonplaats: _____

Adres: _____

Leeftijd: _____

Klanttevredenheidsonderzoek huurders Cedrah

In november 2020 is onder alle huurders van Cedrah een klanttevredenheidsonderzoek uitgevoerd. Hierop kreeg Cedrah 225 ingevulde enquêtes retour, een mooi aantal! 114 bewoners gaven aan dat ze wilden meewerken aan verder onderzoek. Met zes bewoners zijn interviews gehouden. We willen iedereen die de enquête heeft ingevuld of een toelichting heeft gegeven heel hartelijk bedanken!

Inmiddels kunnen wij u de uitkomsten van dit klanttevredenheidsonderzoek melden. Cedrah krijgt van haar huurders een *positieve score* voor wonen, contact en dienstverlening. Dit is een mooie uitkomst van het onderzoek! Wij doen er alles aan om onze huurders naar volle tevredenheid te laten wonen bij Cedrah en wij vinden het mooi om te zien dat het door hen wordt gewaardeerd:

8

WONEN BIJ
CEDRAH

7,8

CONTACT MET
CEDRAH

7,9

DIENSTVERLENING
VAN CEDRAH

Verbeterpunten

Uit het klanttevredenheidsonderzoek komen nog wel een aantal onderwerpen naar voren waar nog wat verbetering mogelijk is. De drie belangrijkste punten waarmee wij aan de slag gaan, zijn:

Afhandeling van de reparatieverzoeken

Duidelijkheid is belangrijk bij de afhandeling van de reparatieverzoeken, zodat huurders weten wat zij kunnen verwachten.

Inzet bewonerscommissie

Het is belangrijk om op de hoogte te zijn van wat er speelt in de verschillende gebouwen en dat hier ook met bewoners over gesproken wordt.

Duidelijkheid van de website

De website moet voor zowel huurders als toekomstige huurders toegankelijk zijn en complete informatie geven.

Verbeterplan per locatie

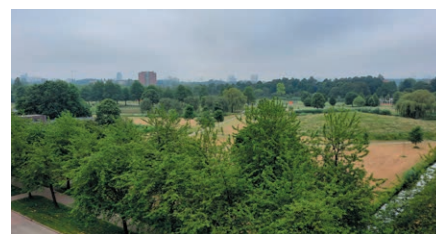
Veel deelnemers hebben aandachtspunten genoemd voor hun eigen woning en woonomgeving. Per locatie is daarom een plan opgesteld met verbeteringen. Via de locatie wordt u hierover nader geïnformeerd.

Meer informatie? Neem dan contact op met één van onze verhuurmakelaars via 088 - 587 00 55 of wonen@cedrah.nl.

Comfortabel wonen, met oog voor de klant

UITGELICHT

Serviceflat Rehoboth in Rotterdam



Huurprijs 2-kamerwoning:

Recent gerenoveerd: €785,-
Niet gerenoveerd: vanaf €625,-

Bijkomende kosten:

Servicekosten €115,99
Beheerderskosten €12,70

Heeft u ook interesse om hier (op termijn) te wonen? Laat u inschrijven op onze wachtlijst!

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

Meer weten?
Bel één van onze verhuurmakelaars:
088 - 587 00 55

Weet u de oplossing?

Boerenbezit, Nederlandse schaakgrootmeester, smalle lichtbundel, verdikte huid

CENTIMETER										
ZONE		RANG - SCHIKKEN	KORT JASJE		TOEGESPITST STUK HOUT		GERUCHT		ENORME BE - GAAFDHEID	PERSOONLIJK VOORNAAM - WOORD
					STATUS	4	BOERENBEZIT			
					INCOMPLEET			5		
DAAR			OVER - NACHTEN							
HINDEREN			NOOT							
							OOGGLAS			
		2					VLAKTEMAAT			
DEEL VE. STUDIE								COMPUTER - TOETS		SOORT
DIEPTEPUNT					1					
			KLAP							
			WAARD							10
ACHTERZIJDE VAN DE HALS				TIJDELIJK GEBRUIK					ONBEPALD VOORNAAM - WOORD	
				SPIL						
					6		SPLIS			
							KEURIG			
SMALLE LICHTBUNDEL	PL. IN DUITSLAND							LOF		
	SPORTTERM							VERDIKTE HUD		
				MEISJE						
		9		SLIM						
GLAS BIER		KEURKORPS							NEDER - LANDSE SCHAAK - GROOT - MEESTER	AANKOMST - LIJN
		HOES								
TIERIG							GROND - SOORT			
HOUTSOORT							EEN ZEKERE	3		
							OEFENSTUK			
							BOOM			8
GEUR VERSPREIDEN								UITROEP VAN SMART		
PUNTIJG UITEINDE				SINDS						7

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

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

Stuur de oplossing van de puzzel voor 1 december a.s. naar de afdeling Marketing & Communicatie via redactie@cedrah.nl of per post naar 1^e Barendrechtseweg 40, 2992 XC Barendrecht

© Sanders puzzelboeken

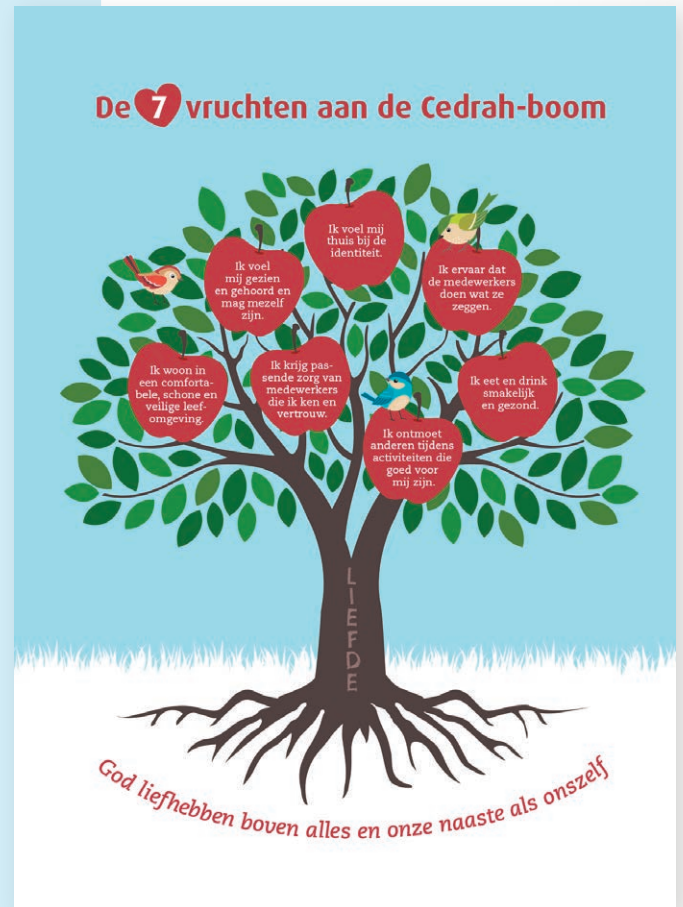
Gefeliciteerd!
De oplossing van de puzzel in de vorige Etcedrah was: OMMEKEER. Uit de vele goede inzendingen kwam mevrouw J. van Veen uit Hazerswoude-Dorp uit de bus. Van harte gefeliciteerd!

Samen leven en zorgen

Strategie 2021-2024

Met onze (nieuwe) strategie voor de jaren 2021 - 2024 willen we onze missie en visie verwezenlijken in de woonleefgemeenschap. De missie van Cedrah luidt: Cedrah biedt wonen, zorg en diensten aan ouderen die bewust kiezen voor een organisatie met een reformatorisch identiteitsprofiel. Daarbij wenst Cedrah in alles te handelen in overeenstemming met Gods Woord. Het resultaat voor onze cliënten visualiseren we met 'de zeven vruchten aan de Cedrah-boom', die hiernaast te zien zijn. In ons nieuwe strategisch plan 'Samen leven en zorgen' richten we ons op twee hoofdvragen: 'Hoe ziet de woonleefgemeenschap er in de toekomst uit?' en 'Wat is nodig om de Cedrah-boom te laten groeien en bloeien?' Benieuwd naar ons antwoord hierop? Scan de QR-code voor ons strategisch plan!

Binnen Cedrah wordt hard gewerkt met hart voor onze ouderen. Het is een voorrecht om te mogen werken aan het behoud en de versterking van de reformatorische ouderenzorg. We weten ons bij de uitvoering van deze strategie afhankelijk van Gods zegen.



Nog één keer

Moeder,
ik wil zo graag
nog één keer
je kind zijn.

Nog één keer
je kind zijn.
In mijn hoofd weet ik het nog.
Hoe je aardappels schilde,
je duim op het aardappelschil-
mesje,
zwarte nagels en ook eelt.
Hoe je neuriede
en je hand op mijn haar,
o ja, je hand op mijn haar.
Je geur en je huid,
hoe je zong, o, dat geluid.
Hoe je weltrustte
hoe je kuste,
hoe je troostte en mij suste.
Op je schoot
en later niet meer
en heel soms toch stiekem wel
weer.
Hoe je thee schonk
en de brok brak,
ja, zo heel precies de brok brak.

En nu zit je.
Je zit.
Je grijst
En je oudt
En je wijst
En je weet niet.
Je weet niet.
En je dorst
En je morst
En je bent er wel
en toch niet.

Moeder,
ik wil zo graag
nog één keer
je kind zijn.

Ik probeer het
Ik vraag het.
Ik buig mijn hoofd naar je toe.
Of je het nog weet.
Alles nog.
Van de knikkers in die witte bak.
En ijsjes op het strand.
En die oranje strandstoel
En dat liedje op de bedrand.
En van vader,
en hond Saar,
en je hand op mijn haar,
o ja, je hand op mijn haar.
Weet je het nog, moeder?
Hoe je leefde voor ons
er altijd was
altijd vergaf
altijd zorgde
altijd moeder
altijd.






Maar nu zit je
en nu grijs je.





Dus ik zeg: 'Dag moeder',
en dan ga ik maar.
En moeder zegt: 'Dag buur-
vrouw',
maar legt haar handen op mijn
haar.

Gerjanne van Lagen



Legenda

-  Huurappartementen
-  Koopappartementen
-  Verzorging/verpleging
-  Kleinschalig wonen
-  Kortdurend verblijf

-  Persoonlijke begeleiding
-  Dagbesteding
-  Thuiszorg
-  Huishoudelijke hulp

-  Seniorenrestaurant
-  Maaltijdservice & catering
-  Welzijnsactiviteiten
-  Hulp op afroep



**Uitzicht
Vlaardingen**

-     
-     



**Beth-San
Moerkapelle**

-     
-     

**Centraal Bureau
Barendrecht**



**Hebron
Nieuwerkerk**

- 



**Rehoboth
Rotterdam**

-   



**Amandelhof
Capelle a/d IJssel**

-     
-     



**Oorden Staete
Rotterdam**

-   



**Nebo
Zwijndrecht**

-     
-     



**Eben-Haëzer
Middelburg**

-     
-     



**Rehoboth
Goes**

-     
-     



**Marnixflat
Goes**

-     

Mevrouw Witvliet uit Nebo wordt liefdevol begeleid

Mevrouw Witvliet (85) lijdt aan dementie en verhuisde een jaar geleden naar een eenpersoonsappartement in een kleinschalige woonvorm in Nebo, waar ze zich veilig en geliefd voelt. Mentaal ging ze erg achteruit; het verdriet over het overlijden van haar zoon versnelde dit. De zorg rustte zwaar op de schouders van haar man, die het moeilijk vond om te zien hoe zijn vrouw veranderde.

Verandering

Na de verhuizing knapte mevrouw Witvliet geleidelijk op. In overleg met de verpleeghuisarts werden medicijnen afgebouwd, waardoor ze, mede door de persoonlijke en belevingsgerichte zorg, veel rustiger werd. Ze werd weer de persoon die ze was: een lieve vrouw met een gesloten, maar zachtaardig karakter, die trouw, volzaam en een échte doener is. Samen met zeven andere bewoners wordt ze geprikkeld om mee te doen met de dagelijkse activiteiten. Ze vouwt de was, helpt de gastvrouw met eten bereiden, stofzuigt, dweilt, zingt en doet mee met creatieve activiteiten. Haar man, die in een seniorenappartement in Neborgh (boven het woonzorgcentrum) woont, zoekt haar elke middag op en daar kijkt ze echt naar uit.

Rust

Dochter Sandra Bonestroo vertelt: 'Uiteraard gaat mijn moeder in haar denken en doen achteruit, omdat de ziekte progressief is. Dit blijft erg verdrietig en hartverscheurend om te zien. Omdat ik de zorg mag overgeven aan bekwaam zorgpersoneel dat om weet te gaan met de ziekte van dementie, ervaar ik rust en vrede. Ze begeleiden haar in haar onrust, verwardheid en onzekerheid. Door haar liefdevol te begeleiden en af te leiden, komt ze weer tot rust.'

Reformatoische identiteit

In het woonzorgcentrum wordt naar kerkdiensten geluisterd, bewoners krijgen pastoraal bezoek en er is een Bijbeluurtje. 'Voordat mijn moeder naar bed gaat of als ze onrustig wordt 's nachts lezen de zorgmedewerkers vaak even een stukje uit de Bijbel, zingen ze



een psalm of bidden ze met haar. De sfeer in Nebo voelt dan ook als een warme deken. Het zorgpersoneel verleent de zorg aan de bewoners uit liefde tot God en de naaste', licht Sandra toe.

Wonen in Nebo

Woonzorgcentrum Nebo is een stijlvol gebouw en biedt 42 ruime verzorgingsappartementen en 5 kleinschalige woongroepen met 39 eenpersoonsappartementen voor psychogeriatrische cliënten. In het naastgelegen Borghave en Neborgh bieden wij koop- en huurappartementen in diverse prijsklassen. In het woonzorgcentrum biedt Cedrah allerlei diensten en faciliteiten, zoals een kapper, pedicure, fysiotherapie en een winkeltje. In het restaurant kunt u heerlijke, warme maaltijden nuttigen samen met andere bewoners.

Benieuwd naar het wonen in een kleinschalige woonvorm?

Neem contact op met één van de klantadviseurs van Cedrah! Kijk bij uw dichtstbijzijnde locatie voor de contactgegevens. Meer weten over het wonen in de koop- of huurappartementen? Bel dan met één van onze verhuurmakelaars via 088 - 587 00 55.

Een waardige bejaarde

‘Barzillai nu was zeer oud, een man van tachtig jaren...’

2 Samuël 19:32a

Een begenadigd mens

Barzillai uit Rogelim is een rijk man. Een landbouwer, door de Heere gezegend. Hij is op hoge leeftijd gekomen. Mozes noemt zulke mensen zeer sterk (Psalm 90:10). Barzillai heeft nog een goede gezondheid en is helder in zijn gedachten. Dat is een groot goed! Maar bovenal blinkt de genade van God in zijn leven. Hij is wedergeboren door de Geest en zo een vreemdeling op aarde geworden. Hij hongert en dorst naar de gerechtigheid van de beloofde Messias. De tere vreze des Heeren komt openbaar in zijn leven. Bovendien is hij een vriend van allen die de Naam van de HEERE vrezen. Dan ben je - ook al loopt je leven ten einde - pas echt rijk!

Een mededeelzaam leven

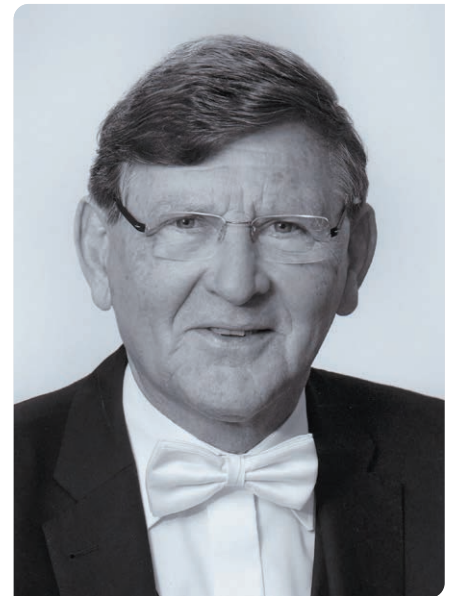
Barzillai heeft in moeilijke omstandigheden veel betekend voor David. Toen de koning moest vluchten voor zijn zoon Absalom en kroon en troon moest verlaten, is hij gevlucht naar Mahanaïm, waar het volk gebrek leed. ‘Dit volk is hongerig en moede en dorstig in de woestijn’ (1 Samuël 17:29b). De HEERE zendt onder andere Barzillai met een overvloed aan proviand, veldbedden, potten en pannen. Zo is hij de koning tot hulp en bijstand. Groot is de liefde van de grijze Barzillai voor koning David. Terwijl veel volk zich afkeerde van David bewijst hij zijn oprechte liefde aan de gezalfde van de HEERE. Christus spreekt een aangrijpend woord! ‘Want Ik ben hongerig geweest en gij hebt Mij te eten gegeven; Ik ben dorstig geweest en gij hebt Mij te drinken gegeven. Dan zullen de rechtvaardigen Hem antwoorden, zeggende: Heere, wanneer...? En de Koning zal antwoorden en tot hen zeggen: Voorwaar zeg Ik u, voor zoveel gij dit één van deze Mijn minste broeders gedaan hebt, zo hebt gij dat Mij gedaan’ (Mattheüs 25:31-46). Waar zal onze plaats zijn? Aan Christus’ linkerhand of (uit vrije gunst) aan Zijn rechterhand?

Een waardige levensavond

David mag door Gods goedheid terugkeren. Barzillai komt naar de Jordaan om te delen in de vreugde van de koning. David biedt zijn hoogbejaarde vriend een plaats aan in Jeruzalem.

‘Trek gij met mij over en ik zal u bij mij te Jeruzalem onderhouden’ (2 Samuël 19:33). Dan kunnen we elkaar ontmoeten en spreken van hart tot hart over de wegen van de Heere. Barzillai wijst het vriendelijke verzoek af (2 Samuël 19:37). Hij somt enkele bezwaren op die verband houden met zijn hoge leeftijd. Hij zal niet meer kunnen genieten van de genoegen van het hofleven. Hoewel de lust naar aardse dingen is vergaan (Prediker 12), geldt dit niet voor de lust om de Heere te dienen. Barzillai zoekt de dingen die boven zijn. Zijn leven is met Christus verborgen in God. Hij wil zich thuis voorbereiden op de doortocht door de doodsjordaan, ziende op de Ark Christus. Dan zal hij een plaats bij het Lam in het hemelse Jeruzalem ontvangen.

De twee zielsvrienden nemen afscheid. David kust Barzillai en zegent hem (2 Samuël 19:39). Een ontroerend afscheid, maar niet voor eeuwig! Gods kinderen zien elkaar nooit voor het laatst. Wat een genadewonder als u op zo’n waardige wijze oud mag worden. Totaal onwaardig in uzelf, vermoeid van de zonden, maar door het oprechte geloof in Gods Gezalfde Koning rechtvaardig en heilig voor God. Dan is het: ik ben onwaardig, doch waardig in Christus! Zwart, doch lieflijk. Ziet u in uw levensavond uit naar een kus van Koning Jezus? Maakt alleen Zijn zegen u echt rijk voor tijd en eeuwigheid? Dan is er voor u toekomst, dankzij Davids grote Zoon!

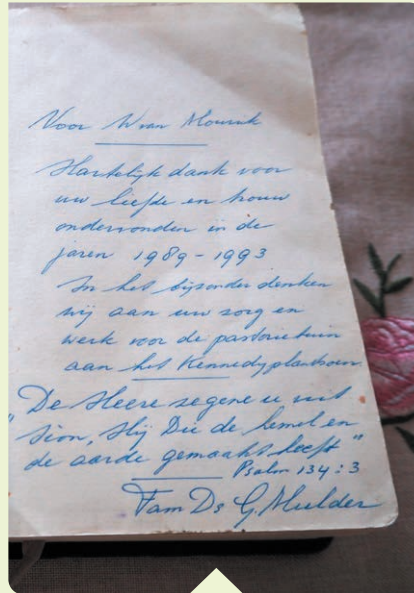


Ds. M. Karens, emeritus predikant
Gereformeerde Gemeente

‘Wat een genadewonder als u op zo’n waardige wijze oud mag worden!’

Ds. M. Karens

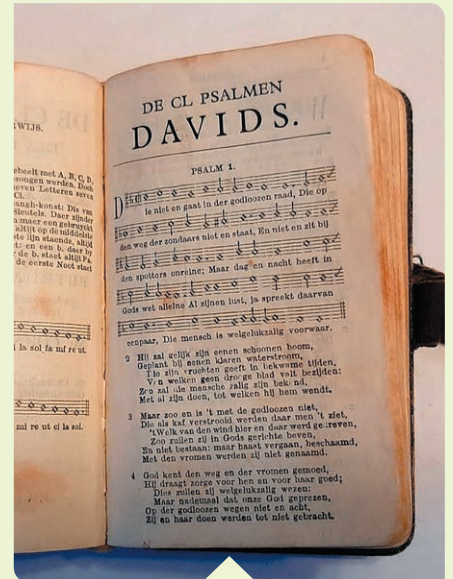
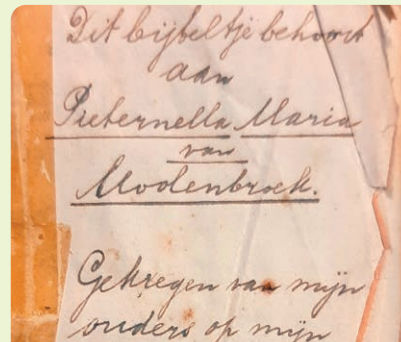
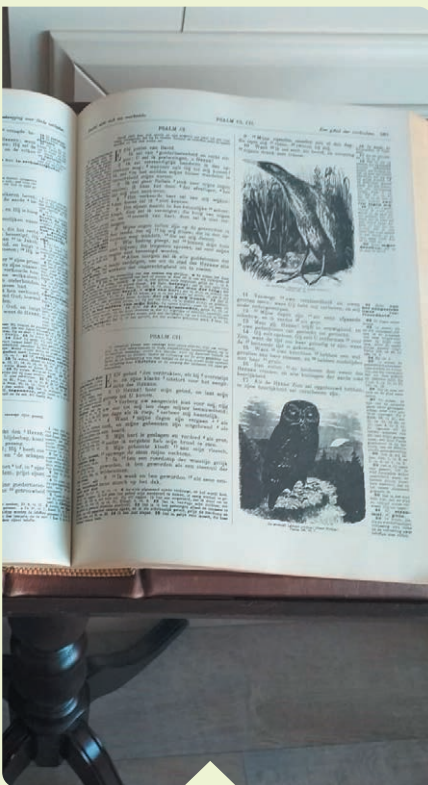
GEZIEN Oude bijbels



Mevrouw Hage (88) uit Hebron leest voor uit de grote en zware Statenbijbel op de kamer van een medebewoner. Ze leest vaak Psalm 42, want die kent ze bijna uit haar hoofd. Mooi om te zien!



Meneer W. van Mourik (93) uit de Amandelhof was vroeger diaken. Samen met twee anderen uit de gemeente werkte hij in de tuin van de dominee. 'Dat was altijd gezellig; we kregen koffie en als we weggingen een glaasje brandewijn. Ik kwam er regelmatig en ik deed het graag. De dominee had een grote tuin. Toen de dominee wegging, kreeg ik deze Bijbel. Een mooie herinnering!'



Mevrouw P.M. Brouwer (89) uit Eben-Haëzer: 'Ik kreeg dit Bijbeltje voor mijn tiende verjaardag. Dat was in de oorlog in 1941. Mijn vader had toen net de zaak (kolenhandel). Ik was er groots op en nam het mee naar de kerk. Wij moesten ook op maandag een psalmversie leren. In dit Bijbeltje staan alleen het Nieuwe Testament en de psalmen van Datheen.'

Meneer J.W. Kuijper (80) uit Beth-San heeft deze grote Bijbel zelf gekocht in 1977. De Bijbel ligt altijd open op een standaard in zijn kamer.

Word abonnee en lees de GezinsGids

het eerste jaar voor maar € 74,-

Of geef
GezinsGids
cadeau! Al vanaf
€ 19,⁵⁰

Incl.
kinderblad
BimBam



Neem nu een jaarabonnement op de GezinsGids! **Het eerste jaar betaalt u slechts € 74,-!** Sluit heel eenvoudig een jaarabonnement af via www.gezinsgids.nl of belt u ons even op 030 230 3500. We zijn u graag van dienst.

De prijs is op basis van incasso. Dit abonnement loopt tot wederopzegging.

gezinsgids

IDENTITEIT VOOR NU

www.gezinsgids.nl | 030 230 3500 | info@gezinsgids.nl