

# Kijkker

eenvoudig  
en duidelijk  
lente  
2015

Lekker gezond

Thema kansrijk

# Inhoud

Kijker lente 2015

## 3 Meer eigen regie

Bauke van Dijk uit IJsselstein gaat zelf naar zijn ambulant begeleider toe. Hij neemt dus de regie in eigen handen. Zijn begeleider heeft daardoor meer tijd voor hem.

## 4 Gesprek voorbereiden

Tamar en Kishan Nunda leren hoe ze zich voor kunnen bereiden op een gesprek met de gemeente. Daar moeten ze straks heen voor hun zorgvraag.

## 6 Ja hallo!

In maart was weer de Week van Zorg en Welzijn. Kunstenaars van Reinaerde en uit Woerden exposeerden daarom samen in de Singelhof. Wethouder Koster kwam de tentoonstelling openen.

## 8 Lekker gezond

Gezond eten is belangrijk. Dat vindt ook Reinaerde. Bij het lunchcafé van ZiZo in Utrecht werken cliënten met biologische producten. Ook maken ze veel zelf, zoals hartige taarten.



Zie ook het filmpje op dvd of op You Tube: Reinaerdevideo



Kansrijk

K

## Nóg zelfstandiger

In IJsselstein wonen bijna 30 cliënten die ambulante begeleiding krijgen.

Eerst kregen ze die ondersteuning bij hen thuis.

Sinds een tijdje doen ze het anders.

De cliënten gaan nu zelf naar hun ambulant begeleider toe.

Dat heeft voordelen.

Begeleiders hebben meer tijd voor hun cliënten.

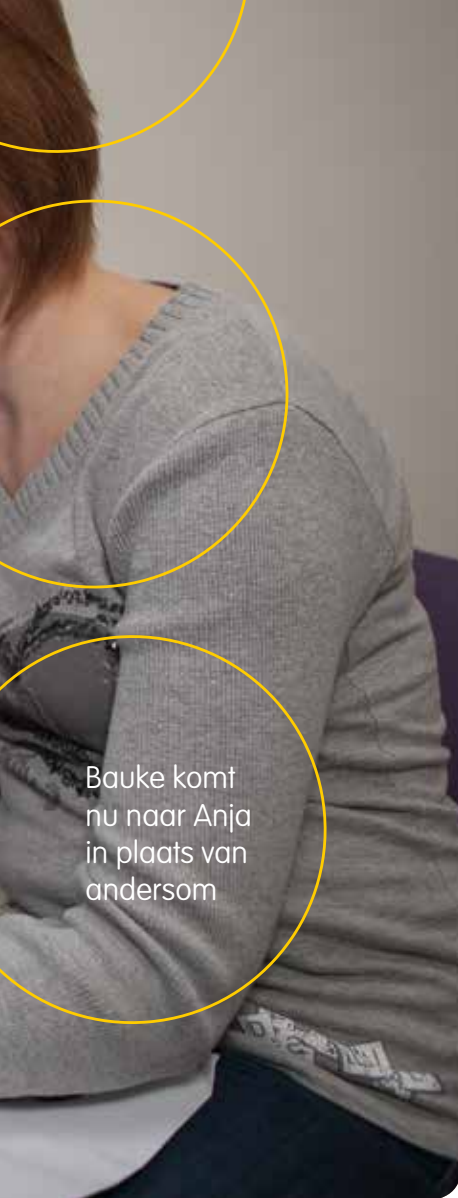
En cliënten worden nóg zelfstandiger.

Zij moeten namelijk zelf hun afspraak onthouden.

Ook moeten ze zelf op tijd bij Reinaerde New Limits zijn.

Op New Limits hebben de begeleiders hun kantoor.





Bauke komt nu naar Anja in plaats van andersom



Bauke op de fiets naar New Limits

## Veel vrolijker

Bauke van Dijk woont in IJsselstein. Hij huurt daar een mooie flat.

Bauke woont zelfstandig en doet zijn eigen huishouden.

Voor sommige dingen krijgt hij ondersteuning van Anja de Jong. Zij is zijn ambulante begeleider.

Eerst kwam de begeleider altijd bij Bauke thuis.

Dan regelden ze samen zijn geldzaken en de post.

Nu gaat dat precies andersom.

Bauke gaat naar Anja toe als hij ondersteuning nodig heeft.

Anja heeft een kantoortje op Reinaerde New Limits.

Bauke vindt het eigenlijk wel fijn dat ze niet meer bij hem thuis komt.

Op New Limits ontmoet hij vaker andere mensen.

Ook eet hij af en toe mee in het inloophuis.

### Vakantie

Bauke is heel blij met Anja.

Bauke: "Ze helpt me met moeilijke brieven.

Ook kan ik met haar over mijn problemen praten.

Ik ben veel vrolijker geworden!"

Anja adviseert Bauke vooral met geldzaken.

Bauke: "Zij zegt wat ik wel en niet uit kan geven.

Dat weet ik zelf niet altijd goed.

Laatst heeft Anja me geholpen met het betalen van mijn vakantie.

Nu kan ik lekker naar Zwitserland!" ●

### Op tijd

Eerst dachten de begeleiders dat het niet goed zou gaan.

Ze dachten dat cliënten hun afspraak zouden vergeten.

Maar cliënten komen meestal op tijd.

Als ze niet kunnen, maken ze zelf een nieuwe afspraak. ●

K

In het  
nieuws



## Goed voorbereid op gesprek

Reinaerde heeft in februari workshops gegeven. Die workshops gingen over hoe je een gesprek met de gemeente kunt voorbereiden. Dan weet je wat je kunt verwachten. Tamar en Kishan Nunda deden aan zo'n workshop mee. Tamar en Kishan zijn getrouwd en wonen in Houten.

### Veranderingen

Er gaan ook voor hen dit jaar dingen veranderen. "We krijgen nu nog 2 dagen per week begeleiding", zegt Kishan. "Maar wij moeten straks onze eigen woning huren. We krijgen dan geen ondersteuning meer van Reinaerde." Tamar: "Nu doet onze familie onze financiën nog, maar dat stopt ook een keer. We willen graag 1 dag in de week ambulante begeleiding.



Voor die ondersteuning moeten we dus naar het Wmo-loket."

### Handig

Tijdens de workshop leren Tamar en Kishan hoe de website werkt. Ze vullen de vragen in die voor hen belangrijk zijn. Ze vinden de voorleesfunctie op de

website heel handig. Zo hoeven ze de vragen niet te lezen.

"Zo gaan we goed voorbereid naar de gemeente toe", lacht Kishan. ●



## Website voor Wmo-vragen

Vanaf 1 januari 2015 is er veel in de zorg veranderd.

Er is een nieuwe wet gekomen: de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

Die wet geldt voor bepaalde groepen mensen.

Bijvoorbeeld als je zelfstandig woont, maar toch hulp nodig hebt.

Denk daarbij aan hulp bij je administratie of je huishouden.

Je kunt dan bij je gemeente om die ondersteuning vragen.

Dat doe je bij het Wmo-loket.

De Wmo-consulent van de gemeente wil dan veel dingen van je weten.

Bijvoorbeeld waarom je je eigen huis niet kunt schoonmaken.

Ook vragen ze of je geen familie of vrienden hebt die je huis kunnen schoonmaken.

Dat zijn soms lastige vragen.

Het is verstandig om je goed op dat gesprek met de gemeente voor te bereiden.

Je kunt die gesprekken thuis al oefenen.

Je kunt dat alleen doen, of samen met iemand anders.

Er is een website gemaakt die je daarbij helpt.

Op de website staan vragenlijsten, filmpjes en oefeningen.

De website heet:

[www.gesprekmetdegemeente.nl](http://www.gesprekmetdegemeente.nl)



In februari was het carnaval. Dat werd ook bij Reinaerde gevierd.

Op Dennendal was het een groot succes.

Dat kwam vooral door de vrijwilligers en de Stichting Giving Back.

Giving Back geeft talentvolle scholieren de kans om hun netwerk te vergroten.

Zo kunnen ze later meer bereiken.

De scholieren kregen de opdracht om iets terug te doen voor de samenleving.

Ze wilden graag het carnaval op Dennendal organiseren.

Dat deden ze samen met vrijwilligers.



Er kwamen meer dan 80 cliënten hossen en dansen. Je kon ook een broodje warme worst eten.

Zelfs cliënten van Reinaerde De Reiger kwamen met bussen uit De Bilt. Ook dat had Giving Back mogelijk gemaakt.

### Prijs

Veel cliënten hadden zich prachtig verkleed. Er liepen clowns, indianen, een leeuw en een lieveheersbeestje rond. Voor het mooiste kostuum was er een prijs.

Maar ook zonder prijs had iedereen veel plezier. ●





K

Ja  
hallo!

# Kunst aan de muur

Bij Reinaerde Singelhof in Woerden was in maart kunst te zien. Er hingen schilderijen in de gangen. Er stonden ook beelden. Kunstenaars van Reinaerde hebben die kunst gemaakt. En ook schilders uit Woerden. Ze vonden elkaars werk erg mooi.

## Een kijkje nemen

De tentoonstelling was speciaal voor de Week van de Zorg en Welzijn. Dit is een week voor iedereen die meer wil weten over de zorg. Je kan dan een kijkje komen nemen op locaties. Zo zie je wat er allemaal gebeurt.



## Mooi

Wethouder Yolanda Koster opende de tentoonstelling.

Zij zei dat het niet uitmaakt wie de kunst maakt. Als je het maar mooi vindt. Met de bewoners bekeek zij alle kunstwerken. Er waren ook kunstenaars en buurtbewoners.

## Viking

Louis Stam maakt schilderijen in Atelier 't Rondeel. Hij was ook bij de opening aanwezig. Een paar van zijn schilderijen hingen ook in Singelhof. Zoals een schilderij van een hele grote Viking. En een portret van prinses Beatrix.





### Andere stijl

Louis vertelde aan de wethouder over zijn werk.

Hij vond het werk van de kunstenaars uit Woerden ook mooi.

Dat werk heeft een andere stijl. Er waren twee kunstenaars uit Woerden aanwezig.

Zij waren blij verrast door de kunst van de Reinaerde-kunstenaars. Ze vonden het een eer dat hun werk erbij mocht hangen.

### Vrolijk

De tentoonstelling was twee weken open.

Elke dag konden mensen langskomen om te kijken.



De gangen zagen er vrolijk uit met de kunstwerken aan de muur.

Daarom komt er misschien vaker kunst te hangen.

Dan kan iedereen er steeds naar komen kijken. ●



Lekker  
gezond



Fit zijn is goed voor je gezondheid. Veel bewegen, gezond eten en niet roken hoort bij een gezonde leefstijl. Reinaerde wil graag dat alle cliënten gezond en fit zijn. Daarom hoort een gezonde leefstijl bij de ondersteuning van Reinaerde.

ZiZo zit aan de Oudegracht 281 in Utrecht.

Openingstijden:  
Maandag: van 13 t/m 17 uur.

Dinsdag t/m zaterdag:  
van 10 t/m 17 uur.

Bij Reinaerde ZiZo in Utrecht kun je heerlijk lunchen.

Ze hebben daar broodjes gezond, zelfgemaakte soep en hartige taarten.

Het eten wordt zo veel mogelijk door de cliënten zelf gemaakt.

Ze gebruiken meestal recepten uit hun eigen kookboeken.

In de keuken zijn cliënten hard aan het werk.

Lisa Warnars is verantwoordelijk voor de lunch.

"We gebruiken maisbrood, waldkorn en ciabatta", zegt Lisa.

"Het is biologisch brood van bakkerij De Werkspecht."

### Vaste gasten

Lisa vertelt dat er veel vaste gasten bij ZiZo komen.

Meneer Brouwer is zo'n vaste gast.

Hij zit aan de cappuccino met een stuk monchou-taart.

"Ze hebben hier lekkere dingen hoor!", zegt meneer Brouwer.

Aan een ander tafeltje zit Martine Schepers uit De Bilt.

Ze is samen met haar dochtertje Aila van 3 jaar.



Aila smult van haar tosti met kaas.

"Ik heb een broodje humus genomen", vertelt Martine.

"Dat is gezond en ook nog warm."

### Prettige sfeer

De gasten vinden ook de sfeer bij ZiZo prettig.

"Je wordt hier zo aardig bediend", zegt Janneke Zijlstra uit Utrecht.

"Verder vind ik het een prachtige winkel met mooie cadeautjes.

Je koopt hier altijd iets origineels, met veel kleur en warmte."

Martine zegt: "Iedereen doet zo zijn best!

Ik voel me hier heel welkom." ●





# Denk en praat mee!

**De centrale cliëntenraad (ccr) zoekt nieuwe leden. Jan van de Pol is voorzitter van de ccr.**

**Jan: "Op dit moment zitten er 9 ouders en cliëntvertegenwoordigers in de ccr.**

**Er zitten 4 cliënten in de ccr. Dat vinden we te weinig. We willen graag dat er meer cliënten lid worden."**

## Belangen

Jacqueline Rouwenhorst is lid van de ccr.

Zij vertelt waarom de ccr belangrijk is.

Jacqueline: "Je kunt dan meepraten over zaken die voor alle cliënten van Reinaerde belangrijk zijn.

Dit jaar hebben we het over het ondersteuningsplan.

We praten ook over veiligheid.

Het cliënt-tevredenheidsonderzoek

staat ook op onze agenda."

Jacqueline: "We hebben 9 regio's bij Reinaerde.

Het zou mooi zijn als er dan ook 9 cliënten lid zijn van de ccr. Dan krijgt iedere cliënt zijn eigen regio."

Jan: "Je hoeft niet in die regio te wonen.

Als je maar opkomt voor de belangen van de cliënten.

Praat ook mee en geef je op!" ●

## Advies

Reinaerde hecht veel waarde aan de mening van cliënten. In cliëntenraden denken en praten cliënten mee over de zorg en begeleiding. Het gaat altijd over onderwerpen die voor cliënten belangrijk zijn. Zoals voeding, kwaliteit van zorg, vrije tijd of de organisatie-ontwikkeling. Dat gebeurt op een gelijkwaardige manier. De cliëntenraden geven gevraagd en ongevraagd advies.

Er zijn verschillende cliëntenraden.

In sommige raden zitten alleen cliënten.

In andere raden zitten alleen ouders en cliëntvertegenwoordigers.

In de centrale cliëntenraad (ccr) zitten zowel cliënten als ouders en cliëntvertegenwoordigers.

## Hoe werkt de ccr?

De ccr vergadert 1 keer per maand.

Lid zijn van de ccr kost je ongeveer 4 uur per maand.

Je krijgt een vergoeding van € 300,- per jaar.

Het is handig als je zelfstandig kunt reizen.

Wie lid wil worden, kan zich opgeven bij Jan van de Pol.

Je wordt dan uitgenodigd voor een gesprek.

Je kunt Jan bellen op: 06-22890186.

Je kunt ook mailen: [centraleclienraad@reinaerde.nl](mailto:centraleclienraad@reinaerde.nl)