



Kijkker

eenvoudig
en duidelijk
zomer 2015

Genieten

Zorg op afstand

Inhoud

KijkKer zomer 2015

3 Voelen en aanraken

Bewoners van Boog 10a in Woudenberg hebben een ernstige beperking. Ze kunnen haast niets zelf. Toch genieten ze van het leven. Ze gebruiken vooral hun zintuigen.

5 Zorg op afstand

Esther Vermeulen woont in Wijk bij Duurstede. Haar ambulante begeleider woont in De Bilt. Esther en haar begeleider skypen met elkaar. Dit bevalt Esther goed.

6 Ja hallo!

De Schaapskooi is een buurtboerderij in Bilthoven. Er werken cliënten van Reinaerde. Ze hebben zelf een nieuw theehuis gebouwd. Iedereen is er ontzettend trots op.

8 Lekker gezond

Binnenkort start in Utrecht de Tour de France. Cliënten van De Boemerang stapten alvast op een racefiets. Met een 3D-bril op was het net alsof ze een bergetappe reden. Ze leerden ook bandenplakken.



Abigail houdt van spelletjes doen

K

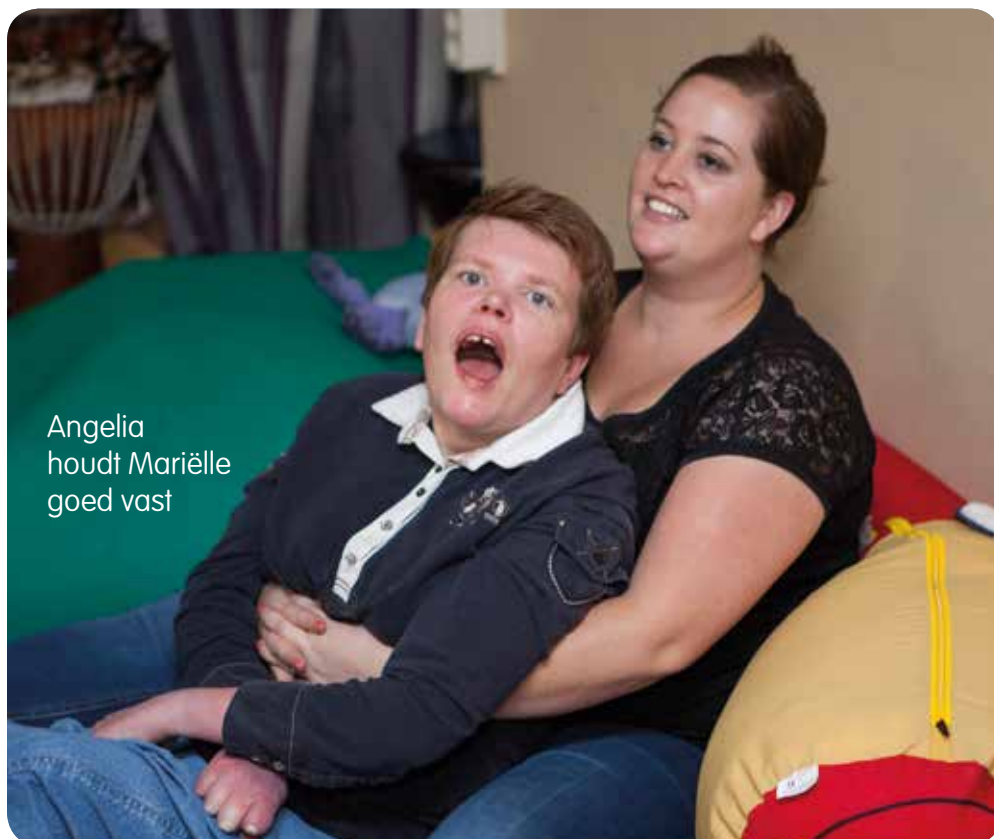
Hard lachen

Reinaerde Boog 10a is een woning. Boog 10a zit op het terrein van De Heygraaff in Woudenberg. Er wonen mensen met een ernstig meervoudige beperking. Deze cliënten kunnen niet praten. Ze kunnen ook niet lopen of zelf eten.

Daarom krijgen ze sondevoeding. Sondevoeding is eten door een slangetje. Mensen met een ernstige meervoudige beperking hebben veel zorg nodig. Ze zijn erg afhankelijk van andere mensen. Dat komt ook door hun ernstige lichamelijke beperkingen.



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



Angelia houdt Mariëlle goed vast

Genieten op Boog 10a

Je denkt misschien dat deze cliënten weinig plezier hebben. Maar dat klopt niet. Zij genieten ook van het leven. Vooral van geuren, aanrakingen en geluid. Daar worden ze blij en rustig van. Abigail Gomes is 9 jaar en woont op Boog 10a. Abigail vindt spelletjes doen leuk. Dan moet ze altijd heel hard lachen. ●

Mariëlle Plekenpol woont op Boog 10a.

Ze is afhankelijk van haar begeleiders.

Mariëlle heeft veel ondersteuning nodig.

Ze kan niet lopen.

Begeleider Angelia Bloos raakt haar aan.

Dan moet Mariëlle lachen.

Ze strekt haar armen uit.

Haar mond gaat wagenwijd open.

Angelia gaat achter Mariëlle zitten.

Ze houdt haar goed vast.

Dan wiegt ze Mariëlle zachtjes heen en weer.

Dat geeft Mariëlle een veilig gevoel.

“Veel bewoners houden van aanrakingen”, zegt Angelia.

“We doen iedere dag activiteiten met hen.

Soms gaan we naar het hydrobad op de Boog.

Dat is een zwembad met lekker warm water.

Het warme water ontspant je spieren.

Dat vinden de bewoners heerlijk.”

De begeleiders maken gebruik van methodieken.

‘Ervaar het maar’ is zo’n methode.

Daarbij zijn je zintuigen belangrijk.

Ruiken, voelen en proeven doen ze daarom veel op Boog 10a.

Daarmee stimuleer je je zintuigen.

In de snoezelruimte kunnen cliënten relaxen in een grote stoel.

“We zetten dan een rustig muziekje op”, zegt Angelia.

“We laten mooie kleuren bewegen op de muren.

Dat voelt heel vertrouwd.

Cliënten vinden dat erg prettig.” ●

K

In het nieuws



Daan van der Linde in de kantine

Cliënten geven studenten les

Daan van der Linde werkt in de schoolkantine. Daar vult hij de koeling met flesjes drinken. Hij haalt ook oud papier op. Daan heeft het syndroom van Down. Gerda Oosterveen versnippert oud papier. Zij heeft niet-aangeboren

hersensletsel. Gerda komt zelf naar de Vondellaan gereden met haar rolstoel. Daar doet ze wel twee uur over. Floris Helming, Wouter Vleugel en Ayu Lai hebben een verstandelijke beperking. Zij maken schoon en doen de afwas.

Aan de Vondellaan in Utrecht zit het Gezondheidszorg College. Je kunt daar opleidingen doen die met gezondheid te maken hebben. Cliënten van Reinaerde doen dagbesteding op die school. Ze geven ook les aan leerlingen van de studie Maatschappelijke Zorg. Met dat diploma kun je gaan werken met mensen met een beperking. Studenten denken vaak dat mensen met een beperking niets kunnen. Dat komt doordat ze geen mensen met een beperking kennen. Daarom vertellen de cliënten hoe het is om te leven met een beperking. Docente Anneke van Gernerden vindt die lessen erg belangrijk.



Docente Anneke van Gernerden voor de klas

Leuke dag

De studenten Maatschappelijke Zorg hebben een speciale opdracht gekregen. Ze gaan een leuke dag organiseren voor Daan, Gerda, Ayu, Floris en Wouter. Gerda geeft binnenkort een gastles. "Ik vertel hoe het is om in een rolstoel te zitten", zegt Gerda. "Ik vraag ook of ze mijn jas willen uittrekken. Nou, dat valt dus nog helemaal niet mee!". ●



Meer privacy door skypen

Esther is aan het skypen met Sisy

Esther heeft Sisy geleerd hoe ze moet skypen. Dat kon Sisy nog niet. "Ze leerde het best snel", zegt Esther lachend. Esther vindt het fijn dat ze met Sisy kan skypen. "Nu hoeft Sisy niet elke week hier te komen. Dat vind ik zelf niet nodig."

Handig

Soms is het handig als Sisy wel bij Esther thuis komt. Esther: "Bijvoorbeeld als ik formulieren moet invullen. Of bij het doornemen van mijn post."



Sisy werkt in De Bilt en omgeving. Ze begeleidt ook cliënten met beeldbellen. Beeldbellen lijkt op skypen. Er is wel een verschil. Skypen doe je met een tablet of iPad. Beeldbellen doe je met een speciale telefoon.

Esther Vermeulen is 30 jaar. Ze woont zelfstandig in Wijk bij Duurstede. Esther krijgt ambulante begeleiding van Reinaerde. Haar begeleider heet Sisy van Rosmalen. Esther ziet Sisy 1 keer in de 2 weken. Dan komt Sisy bij Esther thuis. De andere week heeft Esther contact met Sisy via haar computer. Ze praten dan met elkaar via Skype. Met Skype kun je elkaar horen en zien. Deze begeleiding op afstand is een experiment. Tot nu toe bevalt het goed.

Je kunt elkaar dan ook zien op een schermje.

Meer privacy

Sisy denkt dat begeleiding op afstand goed kan werken. Het geeft cliënten meer privacy. "Maar persoonlijk contact blijft ook nodig", vindt ze. "Ik moet toch weten hoe iemands situatie is. Met skypen zie je niet of iemand wel goed eet. Je ziet ook niet of iemand zich goed verzorgt. Dat zie ik wel als ik bij een cliënt over de vloer kom." ●



K

Ja
hallo!

Mest scheppen en varkens voeren



Begeleider
Dos Schaafsma

Midden in een woonwijk in Bilthoven staat een kinderboerderij. Het is Reinaerde Buurtboerderij De Schaapskooi. Hier werken ongeveer 12 cliënten. Hun begeleiders zijn Marieke Knol en Dos Schaafsma. Merel Mierop loopt er stage. Het is hard werken bij De Schaapskooi. Maar er valt ook veel te genieten. Er lopen varkens, kippen, konijnen en schapen.

Ook hebben ze er moestuinen en bloembakken. Verder is er een leuke speeltuin. Daar mogen alle kinderen uit de buurt spelen.

Limonade

Sinds kort is er ook een nieuw theehuis. De mensen van De Schaapskooi hebben dat zelf gemaakt. Ze hebben er heel hard aan gewerkt. Iedereen is trots op het resultaat.



Esther de Groot vindt dat Nick en Simon zo lief knorren

“Het was een oude kippenstal”, vertelt Dos.
 “Die hebben we helemaal verbouwd. Nu kunnen bezoekers er thee en limonade drinken.”
 Esther de Groot werkt in het theehuis.
 Maar ze voert ook graag de varkens.
 Die heten Nick en Simon.
 “Ze knorren zo lief”, vindt Esther.

Goede sfeer

Tom de Vries maakt de stallen schoon.
 “Dat vind ik heel leuk om te doen”, zegt Tom.
 “Vooral als er veel mest is.

Dat schep ik dan in de mestcontainer.
 Het is zwaar werk, maar dat vind ik niet erg.
 Het is mijn krachttraining.
 Die mest stinkt wel, maar daar ben ik aan gewend.”

Dos vertelt dat de buurtboerderij veel hulp krijgt.
 “Er zit hier een basisschool. De leerlingen helpen ons mee onkruid wieden en zaaien. Wij vertellen de kinderen weer veel over de dieren. Samenwerken vinden we belangrijk.”
 “Er is een hele goede sfeer hier!”, zegt Tom. ●



Tom de Vries houdt van mest



Lekker
gezond

Fit zijn is goed voor je gezondheid. Veel bewegen, gezond eten en niet roken hoort bij een gezonde leefstijl. Daar helpen we cliënten graag mee.



Op 4 juli start in Utrecht de Tour de France.

Dat is een belangrijke wedstrijd voor wielrenners.

Beweegcoach Brett Jak organiseert fietsactiviteiten voor cliënten.

Hij doet dat samen met Harten voor Sport.

Die organisatie wil alle Utrechters aan het fietsen krijgen.

Fietsen is namelijk heel gezond.

3D-bril

Daan Blom en Lex van Dalfsen werken bij Harten voor Sport.

Ze hebben een bijzondere racefiets met een 3D-bril.

Met die bril op lijkt het alsof je op een echte weg in de bergen fietst.

Daan en Lex willen cliënten laten kennismaken met de 3D-fiets.

Ze zijn al op verschillende plekken geweest.

Ze waren ook bij Reinaerde

Kopieerservice De Boemerang in Leidsche Rijn.

Cool

Stoer stapt Ferouz Toufik op het smalle zadel.

Ze trapt keihard naar de finish.

"Ik vind het cool!", lacht ze.

Ook Jan van Haren vindt het helemaal niet eng met die bril op.

Sjaak Belderok zit in een rolstoel.

Hij zet de bril op, terwijl Brett fietst.

Sjaak wordt duizelig van de bril.

Ruud Teuben fietst ook liever zonder de 3D-bril.



Trots verbreekt hij zijn eigen record.

Bubbeltjes

Daan en Lex hebben ook de Fix Fiets meegenomen.

Dat is een bakfiets met gereedschap erin om een lekke band mee te plakken.

In de Fix Fiets zit schuurpapier, lijm en bandenplakkers.

Lex doet voor hoe je een band moet plakken.

Hij stopt de band in een bak water.

Waar de bubbeltjes komen, daar zit het gat.

Jan Rolink heeft het lek snel gevonden.

Handig plakt hij de band.

Na afloop krijgen alle cliënten een diploma bandenplakken. ●

Wat vind je van Reinaerde?

**Bevalt het je bij Reinaerde?
Waar ben je tevreden over?
Wat kan er beter?
Dat willen we graag van cliënten weten.
Met die informatie kan de zorg worden aangepast.
Jouw mening is dus belangrijk.**

Eens in de 3 jaar komt er een cliëntervaringsonderzoek. Cliënten en ouders geven daarin aan wat ze van Reinaerde vinden. Dat onderzoek gebeurt door Ypso Facto. Ypso Facto is een onafhankelijk onderzoeksbureau.

Het clientervaringsonderzoek is net gestart.

Het onderzoek duurt tot 15 augustus.

Je krijgt een vragenlijst om in te vullen.

Sommige cliënten doen dat zelf. Andere cliënten krijgen ondersteuning van hun familie.

Interview

Het invullen kan online of op papier.

Soms komt er iemand bij je thuis. Die gaat dan met jou in gesprek over Reinaerde.

Een interviewer is een begeleider,

Vragen?

Heb je nog vragen over dit onderzoek?

Neem dan contact op met Jolanda Geerssen.

Zij is adviseur medezeggenschap.

Mail naar:

jgeerssen@reinaerde.nl

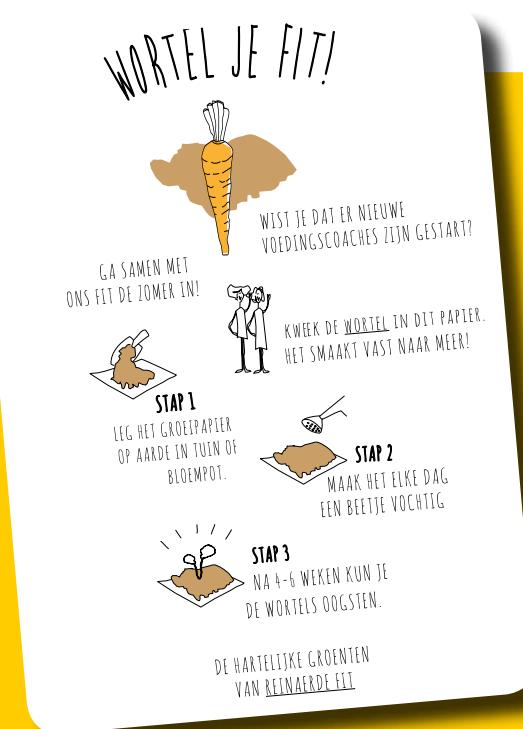
een cliënt of een familielid. De resultaten van het onderzoek zijn na de zomer bekend. Ze worden besproken in de centrale cliëntenraad en op locaties. Die gaan er dan verder mee aan de slag. Geef ook je mening over Reinaerde. Vul de vragenlijst in van Ypso Facto. ●

Fit de zomer in!

Heb je het papiertje bij deze Uiteraerd/Kijker gezien? Dit is niet zo maar een papiertje, het is groeipapier! Met de zaadjes in dit papier kun je jouw eigen groenten kweken in de tuin of op het balkon. Je krijgt dit papiertje omdat Reinaerde Fit dit jaar in het teken staat van gezonde voeding.

Bij Reinaerde werken beweegcoaches en voedingscoaches.

Beweegcoaches weten alles van sportieve activiteiten.



Traktaties

Voedingscoaches ondersteunen cliënten die een gezond

voedingspatroon willen. Hoe kook je bijvoorbeeld een gezonde, goedkope avondmaaltijd, die nog lekker is ook?

De coaches denken ook mee over verantwoorde traktaties en tussendoortjes.

Want voor je het weet, eet je door alle feestjes een taart per maand!

Heb je vragen over voeding, beweging of fit zijn, mail naar:

Reinaerdefit@reinaerde.nl.

Het belooft een fitte zomer te worden! ●