



**Gabriele Kasten,**  
bestuurder Pieter Raat

*er zou een gedicht moeten zijn voor eenieder  
die in dauw en donker in kleine en grote uren  
het leven van een ander omsluit uit liefde uit noodzaak  
het leven van een ander omringt met warmte, met zorg soms  
als een last soms als een zegen*

**In het kader van de Dag van de Mantelzorg schreef Babs Gons, Dichter des Vaderlands, een gedicht over mantelzorgers. Zelden zag ik zo mooi het onbaatzuchtige werk van duizenden van mantelzorgers beschreven. In deze nieuwsbrief kunt u het volledige gedicht lezen.**

#### **Wat is nu eigenlijk mantelzorg?**

We spreken over mantelzorg als iemand langdurig en onbetaald zorgt voor een chronisch zieke, gehandicapte of hulpbehoevende persoon. Het gaat daarbij om zorg die niet beroepsmatig wordt gegeven, maar juist op basis van een sociale relatie en een sterke betrokkenheid.

#### **5,5 miljoen mantelzorgers**

In Nederland zijn ongeveer 5,5 miljoen mensen mantelzorgers. Mantelzorg is anders dan vrijwilligerswerk, omdat mantelzorgers zich richten op één specifieke persoon waarmee zij een bijzondere relatie hebben. Mantelzorg kan soms zwaar zijn, zeker als het om langdurige en intensieve zorg gaat. Daar staat tegenover dat juist het persoonlijke contact met naasten en dierbaren voor de degene die de hulp ontvangt, van onschatbare waarde is.

#### **Betekenisvol contact is het allerbelangrijkste**

Mijn schoonmoeder woonde

anderhalf jaar in een verpleeghuis voordat zij overleed. Mijn man en ik kwamen elk weekend bij haar op bezoek. Dan namen wij haar mee naar buiten, vaak combineerde ik mijn bezoek met het uitlaten van mijn hond Pippa of het halen van een boodschapje. Mijn schoonmoeder zei menig keer, soms in een samenzweerderige toon, tegen mij: „Gabriele, ik geloof dat ik het meeste bezoek van iedereen hier krijg.” En zij zei echt niet: „Gabriele, ik denk dat ik het meeste geld op de bankrekening heb staan.” Om maar aan te geven, wat voor haar echt belangrijk was. Ook bij Pieter Raat zien en horen we dat mensen in hun

laatste levensfase betekenisvolle contacten met hun naasten het allerbelangrijkste vinden. Alles wat ooit belangrijk leek, zoals sociale status, vergaard fortuin, mooie huizen, materiele zaken of werkervaring, verbleekt. Wat telt zijn de bezoeken van een kind of kleinkind, een fijn gesprek met een vrijwilliger of medewerker, samen koken of eten in het restaurant. Als iemand gezien of gehoord wordt... Als er oprechte aandacht is, en diegene eigen regie houdt, heeft diegene een mooie dag.

### Intensere samenwerking

De inbreng van mantelzorgers is zo enorm waardevol! Zowel voor senioren als voor Pieter Raat. In 2024 zetten wij nog meer in op deze gezamenlijkheid en samen zorgen voor senioren. In onze nieuwe zorgvilla's aan het Rembrandt Erf streven we, nog meer dan bij onze andere locaties, naar een intensere samenwerking met mantelzorgers, familieleden, naasten en andere informele zorgbieders zoals vrijwilligers. Niet om mantelzorgers de professionele zorg te laten overnemen, maar juist om elkaar te versterken. Hierdoor behouden en versterken we betekenisvolle relaties met en van onze senioren en werken we met elkaar aan een mooie en waardevolle dag. Meer hierover leest u verderop in deze nieuwsbrief.

Namens alle medewerkers van Pieter Raat wens ik u en uw naaste(n) fijne feestdagen en een licht 2024 vol verbinding met eenieder die u lief is!

# 2024



## Er zou een gedicht moeten zijn

er zou een gedicht moeten zijn over een vrouw die elke ochtend haar man uit bed haalt, hem wast en voedt een vrouw wier handen behendig een scheermes over de stugge, gekreukelde huid halen handen die weten wanneer een deken over de benen gelegd moet worden

over een dochter die tijdelijk haar intrek heeft genomen in het ouderlijk huis om haar moeder twee keer per dag om te kunnen draaien en haar vingers zachtjes te masseren als ze zich benauwd voelt en die de foto's van haar moeders verleden vast op volgorde heeft gelegd

over een man die dagelijks anderhalf uur fietst om zijn partner op te zoeken met tassen vol plastic bakjes met diens lievelingseten over een partner die altijd met een oor wakker slaapt wiens geliefdes ademhaling het ritme van zijn nacht slaat over een zoon die van de wekelijkse ritjes naar de apotheek een uitje maakt

er zou een gedicht moeten zijn voor eenieder die in dauw en donker in kleine en grote uren het leven van een ander omsluit uit liefde uit noodzaak het leven van een ander omringt met warmte, met zorg soms als een last soms als een zegen

voor de vrouw die elke ochtend haar man uit bed haalt, hem wast en voedt een gedicht dat eindigt als een warme deken om haar heen nadat ze hem 's avonds weer terug naar bed heeft gebracht

© Babs Gons, 10 november 2023  
Dichter des Vaderlands, Dag van de Mantelzorg



## Activiteitenboekjes

Nieuwsgierig naar de welzijnsactiviteiten in woonzorgcentrum De Raatstede, Hugo-Waard of wijkcentrum arboretum? Kom langs bij de desbetreffende locatie voor een activiteitenboekje, of kijk op [www.dprs.nl/activiteiten](http://www.dprs.nl/activiteiten). Daar vindt u de activiteitenboekjes digitaal.

## Welzijnsactiviteiten & dagbesteding

**Welzijnsmedewerkers van Pieter Raat bieden een afwisselend activiteitenprogramma voor bewoners van woonzorgcentra De Raatstede en Hugo-Waard en voor senioren, die zelfstandig in de wijk wonen. Alle Waardse senioren zijn van harte welkom om deel te nemen aan veelal gratis activiteiten. Bovendien bieden we in De Raatstede en in wijkcentrum het Arboretum ook**

**dagbestedingsactiviteiten op maat voor senioren uit de wijk. In kleine groepen, toegespitst op de behoeftes, wensen en mogelijkheden van de deelnemers. Ook voor hen met beginnende of gevorderde dementie, Parkinson en/ of een andere aandoening.**

De afgelopen maanden organiseerde team Welzijn onder meer een wintermarkt bij woonzorg-

centrum Hugo-Waard, bezochten senioren tuincentrum De Boet, kregen we bezoek van Sinterklaas, hulphonden en meer... Er stonden creatieve, muzikale, culinaire en sport- en spelactiviteiten op het programma.

## 7 december 2023 Nationale vrijwilligersdag

**Waar zouden we zijn zonder onze vrijwilligers? Voor al die kanjers die zich inzetten voor onze senioren in De Raatstede, Hugo-Waard, in wijkcentrum Het Arboretum of in de wijk: heel hartelijk dank! Samen zorgen wij voor senioren!**

Ook vrijwilligerswerk doen bij Pieter Raat? Voor een paar uurtjes per maand of per week? Graag! We bieden onze vrijwilligers een plezierige (werk)omgeving, oprechte waardering

en heel veel mooie momenten! Meld u snel bij vrijwilligerscoördinator Gery Vermeer, telefoon 06 - 49 31 75 77 of mail naar [g.vermeer@dprs.nl](mailto:g.vermeer@dprs.nl).



# Toekomst van eten en drinken in De Raatstede

## Themabijeenkomst op donderdag 21 december

Donderdag 21 december vindt in het restaurant van De Raatstede om 10.00 uur een themabijeenkomst plaats voor bewoners van De Raatstede over de toekomst van eten en drinken. Ook senioren uit de wijk, die regelmatig aanschuiven voor onze maaltijden, zijn van harte welkom. „Eten en drinken is voor velen een belangrijk moment van de dag. Daarom onderzoeken we bij Pieter Raat regelmatig of het eten en drinken nog aan de wensen van onze bewoners en wijkbewoners voldoet en een goede dagstructuur bevordert. Onlangs hebben 30 cliënten van Pieter Raat meegewerkt aan een onderzoek naar eten en drinken in De Raatstede. Ze zijn bevestigd over onder meer de spreiding van de eetmomenten, de menukeuze, het serveermoment van de warme maaltijd, participatie bij het (voor) bereiden van de maaltijd en meer. De resultaten van dat onderzoek worden tijdens de themabijeenkomst gepresenteerd”, aldus coach Gastronomie Ivar Borst, die alvast een voorproefje geeft van de uitkomsten.

### Vanaf 1-1-2024 één menu

Een van de meest opvallende uitkomsten van het onderzoek is dat zo'n 70 procent van de geïnterviewden voorstander is van één dagmenu, in plaats van twee. „Dat heeft ertoe geleid dat met ingang van 1 januari 2024 in het restaurant van De Raatstede tussen de middag voortaan één menu voor de warme maaltijd wordt geserveerd. De Cliëntenraad heeft onlangs ingestemd met dit voorstel”, vertelt coach Gastronomie Ivar Borst.

### Voor duurzaamheid, tegen voedselverspilling

De keuze voor één menu is ook ingegeven vanuit duurzaamheid en om voedselverspilling tegen te gaan. „Het past bij onze duurzame ambities om voedselverspilling zo veel mogelijk tegen te gaan. Natuurlijk zijn we altijd scherp op welke voeding en voedingsmiddelen we waar en in welke hoeveelheden inkopen. We willen zoveel mogelijk verse, streekgeboden en plantaardige producten en zo af en toe een smakelijk vleesvrij menu serveren. Door te kiezen voor één menu, kunnen we nog scherper inkopen en wordt simpelweg verspilling voorkomen.”

### Samen koken

In De Raatstede koken medewerkers en vrijwilligers sinds januari 2023 zelf met bewoners op de afdelingen Meerzorg 3 & 4. Ook in Hugo-Waard wordt gekookt met (wijk)bewoners. „Dat wordt door alle partijen als zeer positief ervaren. Samen koken, zorgt voor betrokkenheid en een huiselijke sfeer. Uit de interviews kwam onder meer naar voren dat bewoners van afdelingen Basiszorg en uit de wijk graag willen helpen bij de voorbereidingen en/of het koken in het restaurant. Dat gebeurt nu op kleine schaal. Bijvoorbeeld als er boontjes worden gedopt of peren geschild. We kijken hoe we deze senioren actiever hierbij kunnen betrekken en in samenwerking met de gastronomiemedewerkers hieraan verder vorm kunnen geven. Het is natuurlijk fantastisch als onze senioren en hun naasten op deze manier nog actiever en betrokken blijven.”

### Wens: warme maaltijd naar de avond

Opvallend was dat veel respondenten de wens uitspraken om 's avonds warm te eten en tussen de middag een broodmaaltijd te nuttigen. „Dat is inderdaad een

heel duidelijk signaal. Bovendien weten we van ervaringen bij onder meer woonzorgcentrum Hugo-Waard en bij andere woonzorgcentra, dat het verschuiven van de warme maaltijd naar de avond, zorgt voor een duidelijker dag- en nachtritme bij cliënten en dat draagt bij aan het gevoel van welzijn en welbevinden. Andere ouderenzorgorganisaties hebben diezelfde positieve ervaring. We gaan volgend jaar onderzoeken in hoeverre het mogelijk is om de warme maaltijd ook in De Raatstede in de avond te serveren. We kijken wat er voor nodig is om dat te bewerkstelligen. Lekker en gezond eten is en blijft een van de speerpunten van Pieter Raat. Ook in 2024.”

### WEETJE

De Gezondheidsraad adviseert om meer plantaardig en minder dierlijke eiwitten te eten. Dit is beter voor het milieu en gezonder voor de meeste Nederlanders. Meer weten? Kijk op <https://www.gezondheidsraad.nl/actueel/nieuws/2023/12/13/op-schuiven-naar-meer-plantaardige-eiwitten-is-duurzaam-en-gezond>



## Aangepaste openingstijden feestdagen

**Het is december! De feestmaand bij uitstek. Natuurlijk organiseert Pieter Raat ook rond en tijdens de feestdagen leuke, kleinschalige activiteiten. Denk aan muziek- en beweegactiviteiten, een kerstquiz, oliebollenbingo, creatieve uurtjes en meer. Zie voor het uitgebreide programma de activiteitenboekjes van onze locaties.**

Tijdens de feestdagen gelden er andere openingstijden. De dagbesteding in De Raatstede is eerste en tweede kerstdag en nieuwjaarsdag gesloten. Zo bieden we onze medewerkers de gelegenheid om de feestdagen ook door te brengen met hun familie.

### Eerste & tweede kerstdag: kerstmaaltijd

Maandag 25 december en dinsdag 26 december kunt u van 12.30 tot 14.30 uur gezellig aanschuiven bij onze kerstmaaltijd in De Raatstede. De kerstmaaltijd wordt geserveerd in ons sfeervolle restaurant. Deelname

aan de kerstmaaltijd is uitsluitend mogelijk na aanmelding en betaling vooraf. De kosten voor het kerstdiner bedragen €25,- per persoon op eerste kerstdag en € 22,50 op tweede kerstdag. U kunt maximaal 1 gast meenemen. Vol = vol. Het aantal plaatsen in het restaurant is beperkt, dus meldt u zich snel aan.

### Vervoer

Wij maken u erop attent dat u op eerste en tweede kerstdag zelf voor vervoer naar en van De Raatstede dient te zorgen. Hetzelfde geldt voor oudejaarsavond. Veel vervoerders rijden tijdens de feestdagen helaas

niet. Wellicht kunt u kinderen/mantelzorgers vragen of een rit aanvragen bij een taxibedrijf?

### Hugo-Waard

In woonzorgcentrum Hugo-Waard wordt op 25 december om 17.30 uur een kerstdiner geserveerd voor de vaste groep van de open tafel en cliënten van Hugo-Waard. Op tweede kerstdag en oudejaarsavond wordt ook gekozen voor een feestelijke invulling. Zie de desbetreffende activiteitenboekjes. Wij wensen u fijne feestdagen en een mooi & sprankelend 2024!



Stuurgroep G'oud v.l.n.r. Lenda Bruin (MET Dijk en Waard), Monique Govers (Woonwaard), Gabriëlle Kasten (Pieter Raat), Krista Bosman (Woonzorg Nederland), Judith Smit (projectleider), Hans van Petten (Alkcare), Jacqueliën de Boer (MEE & de Wering). Niet op de foto: Peter de Wit (Wonen Plus Welzijn)

## G'Oud krijgt steeds meer glans Senioren wonen prettiger & langer zelfstandig

**Project G'Oud krijgt steeds meer glans. En dat is mooi, want de vergrijzing gaat hard, de arbeidsmarkt is krap en de financiën zijn beperkt. Het goede nieuws: mensen kunnen met minder zorg toe als hun netwerk goed is. „Als naasten en burens meer naar elkaar omkijken, helpt dat enorm. Een fijne woning, een veilige omgeving en je prettig voelen, horen daar onlosmakelijk bij. Daarom zijn we blij dat we het project G'Oud samen met de woningcorporaties, zorg en welzijn en andere organisaties oppakken”, vertelt Rita Jobben, manager Extramuraal Zorg en Welzijn bij Pieter Raat. In 2024 wordt het G'Oud-concept verder uitgerold van appartementencomplex het Koraalrif naar andere locaties waar veel senioren wonen. „Heel mooi om te zien dat G'Oud werkt en dat het op steeds meer plekken in Heerhugowaard en Alkmaar navolging krijgt.”**

Project G'Oud is een initiatief van negen organisaties die zich inzetten voor ouderen. Alle organisaties zijn vertegenwoordigd in het regionaal samenwerkingsverband VONK (Vitaal Oud in Noord-Kennemerland).

### Goed Oud

G'Oud staat voor Goed Oud. „Met G'Oud streven we ernaar dat senioren langer, gezond en veilig in

een zelfstandige setting blijven wonen”, aldus Rita Jobben. Er is veel vraag naar ondersteuning en zorg en tegelijkertijd hebben we te maken met krapte op de arbeidsmarkt en afnemend budget. „Dat vraagt om anders kijken én doen. Als we nu eens stimuleren dat mensen meer naar elkaar omkijken? En samen met de burens een gemeenschap vormen. Helpt dat? Alkcare en Pieter Raat

namen het initiatief”, vertelt Rita Jobben. „Ons idee vond bijval van woningcorporaties, welzijnsorganisaties en collega-zorgaanbieders. Het sloot ook aan op hun ontwikkelingen.”

### 'Kleine stappen, zorgen voor beweging'

Hoe zorg je ervoor dat bewoners meedoen en naar elkaar omkijken? „Iedere verandering begint

met een eerste kleine stap. In ons project G'Oud zijn het meerdere, kleinere stappen die voor beweging zorgen”, vertelt welzijnscoördinator Lisa Weel. „Alles begint met breder kijken dan je eigen functie én anderen betrekken.” Lisa is met bewonersconsulent Brenda van Woonzorg Nederland het vaste aanspreekpunt voor zo'n 50 bewoners in het Koraalrif. „Toen we zo'n twee jaar geleden begonnen, kenden veel bewoners elkaar niet. Vaak wisten ze van elkaar niet dat ze burens waren. Inmiddels is er een gemeenschap ontstaan. Die ook nog eens heel actief is. Denk aan laagdrempelige ontmoetingen voor alle bewoners, zoals samen koffie drinken en gezellig avondjes. Maar ook activiteiten voor kleinere groepen, zoals handwerk- en kaartclubs. We stimuleren bewoners om mee te doen aan activiteiten en gebruik te maken van voorzieningen. Bijvoorbeeld in het woonzorgcentrum De Raatstede, in het wijkcentrum of bibliotheek. Om de stap naar buiten kleiner te maken, halen burens elkaar soms op.”

### Meer oog voor elkaar en professionals dichtbij

Eerst plande coördinator Lisa alle uitstapjes, nu boekt ze alleen nog de bus. „Dat duwtje in de rug en mijn beschikbaarheid blijven wel nodig. De bewoners bedenken en regelen veel zelf. Ik heb een band opgebouwd met de bewoners en geniet ervan om aanwezig te zijn. Ze weten mij ook goed te vinden. Zo hebben bewoners oog voor elkaar en melden ze het als iemand niet goed in zijn vel zit.

Dat geeft mij de kans een bezoek te brengen en eventueel een andere professional in te schakelen. Mensen die aangeven eenzaam te zijn, wijs ik op mogelijkheden voor ontmoeting. Sommigen zeggen met een lach dat ze alleen meegaan omdat ik het hen vraag. Dat is prima, ik zie dat ze genieten. En het is toch vaak een eer-

„Toen we zo'n twee jaar geleden begonnen, kenden veel bewoners elkaar niet. Inmiddels is er een gemeenschap ontstaan.”

ste stap naar meer contact met de burens.”

### Gemeenschappelijk spreekuur

Een van de belangrijkste wensen bij de start van project G'Oud, bleek een aanspreekpunt voor bewoners op locatie. Dat kwam er. „Thuiszorg Pieter Raat heeft een steunpunt geopend in een ruimte op de begane grond tus-

sen appartementencomplex het Koraalrif en De Raatstede. Bovendien is er (twee)wekelijks een gemeenschappelijk spreekuur in de recreatieruimte van het Koraalrif. Daar zijn Brenda, bewonersconsulent van Woonzorg Nederland, en Jorrit of Dana, wijkverpleegkundigen bij Pieter Raat, aanwezig voor vragen over wonen, zorg of welzijn. Daarnaast worden ook andere organisaties ingeschakeld, denk aan MET en Wonen Plus Welzijn.

### Samen een gemeenschap creëren

In het Koraalrif wordt hard gewerkt aan verdere versterking van de gemeenschap en de samenwerking met andere organisaties. „We laten steeds

meer aan bewoners over, maar blijven beschikbaar en zichtbaar. Zo delen we in het enthousiasme van bewoners, denken we mee met nieuwe activiteiten. Ook zoeken we contact met bewoners die zich afzijdig houden. Is dat een bewuste keuze? Of speelt er meer? Is er sprake van eenzaamheid of (beginnende) dementie?”





Van links naar rechts: Dana Burggraaff, Martine Raams (Wonen Plus Welzijn), Rita Jobben, Brenda Mannes (Woonzorg Nederland) en Lisa Weel.

Welzijnsmedewerkers, wijkverpleegkundigen en thuiszorgcollega's van Pieter Raat werken dus nauw samen met vertegenwoordigers van onder meer Woonzorg Nederland, MET en Wonen Plus Welzijn. „Bovendien sluiten we aan bij initiatieven in de wijk, hebben we nauw contact met de bibliotheek en de wijkagent. Als professionals weten we elkaar steeds beter te vinden. We overleggen regelmatig en de lijntjes zijn kort. Zo kun je elkaar vinden, helpen en aanvullen en creëren we samen een netwerk en een fijne gemeenschap. Ja, op deze manier samenwerken in een wooncomplex is dynamisch, leuk en nodig. We hebben immers hetzelfde doel, namelijk het creëren van een fijne gemeenschap voor senioren, waardoor ze in geclusterde woonvormen zo lang en fijn mogelijk zelfstandig thuis blijven wonen. Als een bewoner tegen je zegt dat het steeds pret-

tiger wonen is in het Koraalrif, juist door alle gemeenschappelijke inspanningen, dan weet je waar je het voor doet.”

#### **'Buren die elkaar kennen, ervaren minder overlast'**

Partner Woonzorg Nederland is positief over project G'Oud. „We kijken binnen G'Oud steeds vanuit het oogpunt van de bewoners. En niet vanuit wie het budget heeft. Dat is prettig en innovatief. In deze samenwerking is de bevoegenheid en slagkracht groot. Het blijft niet bij praten. Een voorbeeld? Onze bewonersconsulenten worden ingeschakeld als er onrust is tussen burens. De samenwerking met welzijns- en zorgmedewerkers zorgt voor een breder beeld van de situatie. Daardoor kan sneller een passende oplossing worden geboden. Als burens elkaar kennen, ervaren ze ook minder overlast”, ervaart Krista Bosman van Woonzorg Nederland.

#### **'Prettig als zorg, wonen en welzijn optrekken'**

Ook Lenda Bruin, strategisch manager van MET Dijk en Waard ziet de meerwaarde van de samenwerking tussen de verschillende partijen. „Ouderen en hun familie schakelen vaak zorg in, terwijl dit helemaal nog niet hoeft. En soms zijn ze juist te laat. We werken aan een stevige basis die vooral gevormd wordt door de bewoners zelf. Als je elkaar beter kent, durf je eerder iets aan een ander te vragen. Zo kunnen mensen elkaar helpen, als het even niet alleen lukt. Onze samenwerking binnen G'Oud laat zien dat het prettig is als zorg, wonen en welzijn met elkaar optrekken. We zijn met alle expertises dichtbij. Daardoor trekken bewoners eerder aan de bel.”

## Winnaar Samenwerkingsaward 2023: G'Oud-team Koraalrif

Team G'Oud van het Koraalrif nam tijdens de eindejaarsbijeenkomst voor medewerkers en vrijwilligers namens alle G'Oud initiatieven in Heerhugowaard de samenwerkingsaward in ontvangst. „Deze prijs wordt jaarlijks uitgereikt aan een team van collega's dat een belangrijke bijdrage levert aan wonen, zorg en welzijn bij Pieter Raat. Zij hebben zich enorm ingezet voor meer bewonersparticipatie in seniorencomplex het Koraalrif en het creëren van een gemeenschap waarbinnen mensen meer naar elkaar omkijken. Daarbij werken welzijns-, zorgmedewerkers en wijkverpleegkundigen nauw samen met partners van onder meer Woonzorg Nederland, MET Dijk en Waard en Wonen Plus

Welzijn. Ze hebben de prijs als grondlegger van alle G'Oud-initiatieven in Heerhugowaard en Alkmaar dan ook dik verdiend”, aldus Rita Jobben, manager Extramuraal Zorg en Welzijn. Door het succes in het Koraalrif krijgt het G'Oud-concept navolging in andere appartementencomplexen waar veel senioren zelfstandig wonen, zoals De Dolomiet, het Palet en het Tamarixplantsoen. En ook in Alkmaar en andere plekken krijgt G'Oud navolging.

#### **Digitaal magazine**

Onlangs verscheen ook een digitaal magazine en stappenplan om beleidsmakers, vertegenwoordigers van woningbouw en welzijnsorganisaties te inspireren ook met G'Oud aan de slag te gaan. „Ik ben enorm trots dat we er samen voor zorgen dat senioren in Heerhugowaard langer, veiliger en prettiger zelfstandig kunnen blijven wonen”, reageert een verraste Lisa Weel namens team G'Oud tijdens de overhandiging van de award.



## Over de Samenwerkingsaward

Bij Pieter Raat zorgen we samen voor senioren. Met de Samenwerkingsaward benadrukken we het belang van samenwerking tussen medewerkers, verschillende afdelingen en/of locaties. De Samenwerkingsaward van Pieter Raat is bedoeld voor medewerkers die samenwerking initiëren en elkaar stimuleren, met als doel passende ondersteuning, zorg en welzijn voor onze cliënten en/ of een fijnere werkomgeving voor de zorg- en welzijnsprofessional te realiseren.

In 2024 wordt het G'Oud-concept, dat zo succesvol van start ging in het Koraaalrif, uitgerold naar andere appartementengebouwen in Heerhugowaard waar veel senioren wonen. Zoals in 't Palet aan de Carel Willinkstraat, het Tamarixplantsoen en meer.

## G'Oud | Appartementen 't Palet

**Welzijnscoördinator Carla Gleijsteen en wijkverpleegkundige Nick Schoonhoven**  
**Spreekuur zorg en welzijn: elke dinsdag van 10.00 - 11.00 uur, bibliotheek 't Palet**

Senioren die zelfstandig in het Palet aan de Carel Willinkstaat wonen, kunnen wekelijks terecht bij een spreekuur zorg en welzijn. „Carla en ik houden dat elke week”, vertelt wijkverpleegkundige Nick. „Zo bieden we bewoners de mogelijkheid langs te komen met vragen/opmerkingen over gezondheid, leefsituatie, ondersteuning, veiligheid, welzijn etc. Dat we in de bibliotheek zijn, maakt het heel laagdrempelig. Soms hebben bewoners een eenvoudige vraag, waar we direct antwoord op kunnen geven. Andere keren verwijzen we naar bijvoorbeeld de huisarts, thuiszorg- of welzijnscollega's of vrijwilligersorganisaties in

Heerhugowaard.” Algemene vragen die alle bewoners aangaan, worden ingebracht in de projectgroep G'oud en bij het bewonersoverleg, vult collega Carla aan. „Hierdoor ontstaat wijkgerichte samenwerking tussen bewoners, vrijwilligers en zorgverleners, die een goed uitgangspunt vormt voor het langer thuis wonen en de zelfredzaamheid van mensen. G'Oud is echt heel waardevol. Op termijn verwacht ik dat de spreekuren worden uitgebreid en worden aangeboden aan alle bewoners uit de wijk”.

### **Wijkverpleegkundige & VO huisarts**

Nick is naast wijkverpleegkun-

dige bij Pieter Raat ook werkzaam als verpleegkundige ouderenzorg (VO) bij de huisartsen van Centrum Waard en huisarts Noor. „Dat haakt hier gedeeltelijk op aan en is een mooie combi. Veel patiënten van deze huisartsen wonen in het Palet of in de wijken erom heen. De contacten met patiënten die in het Palet wonen, worden daardoor verdiept en geven mij meer informatie over de sociale omstandigheden of vragen en wensen die er zijn. Ik kan die, uiteraard na toestemming, meenemen in mij gesprekken met de huisarts.”

De rol van verpleegkundige ouderenzorg (VO) is voor een deel

preventief. „Ik bezoek kwetsbare 75 plussers om te voorkomen dat zij onnodig opgenomen worden in het ziekenhuis of na ontslag om te zien of er bijvoorbeeld inzet van thuiszorg nodig is. Over specifieke casuïstiek overleg ik, naast de huisarts, regelmatig met de POH GGZ en somatiek die verbonden zijn aan de praktijken. Ook overleg met familie, Geriant en andere zorg- en welzijnsorganisaties maakt deel uit van mijn rol. Al met al vind ik het een absolute meerwaarde om als wijkverpleegkundige deze rol en functie te hebben. Er zijn korte lijnen, ik ben als VO het centrale aanspreekpunt voor de patiënt en zijn familie en vervul een coördinerende rol richting huisarts, ziekenhuis, thuiszorg etc. Daardoor ben ik breed inzetbaar bij zowel praktische zorgvragen als het sociale aspect. In de praktijk merk ik dat dit door alle betrokkenen zeer wordt gewaardeerd.”



## G'Oud Ken je buur...

**Angelique van Schagen en  
Antoinette Bronkhorst**

Bewoners van de Dolomiet, Parelhof even en Lapis Lazuli komen regelmatig op de koffie in De Raatstede. In 2024 worden onder het motto 'Ken je buur' voor de verschillende locaties themabijeenkomsten en verbindende activiteiten georganiseerd. Met welzijn- en thuiszorgcollega's van Pieter Raat, bewoners en andere partijen.



## G'Oud | Appartementen Tamarixplantsoen

**Diane Voorthuijsen en cliënten**

Hoogste punt Rembrandt Erf bereikt

# 'In tweede zorgvilla werken professionals intensief samen met informele zorgverleners'



De symbolische eerste paal is op 23 mei geslagen, het hoogste punt op 23 november bereikt! „De vlag is gehesen en de taart met bewoners van Meerzorg 4 verorberd! Met het plaatsen van de constructie voor zonnepanelen is het hoogste punt van onze nieuwe zorgappartementen aan het Rembrandt Erf bereikt. De bouw vordert zeker”, vertelt kwartiermaker Paul-Jeroen Verkade enthousiast. Op dit moment is Paul-Jeroen met verschillende medewerkers druk bezig met de verdere uitwerking van de verhuisplannen. Met instemming van de cliëntenraad en ondernemingsraad is al eerder besloten dat na oplevering bewoners van Meerzorg 4 en het bijbehorende zorgteam medio juni 2024 uit De Raastede verhuizen naar één van de zorgvilla's. „Heel fijn dat de meeste bewoners en hun naasten tijdens woonwensgesprekken hebben aangegeven net zo enthousiast te zijn als wij. In de andere zorgvilla komt een nieuwe bewonersgroep en een nieuw te formeren zorgteam van Pieter Raat. Een uitbreiding dus.”

In de zorgvilla's van Pieter Raat, op en om het Rembrandt Erf wil Pieter Raat de sociale inclusie en contacten met wijkbewoners, tussen jong en ouder, bevorderen. „We stimuleren senioren met dementie om zo veel mogelijk deel te (blijven) nemen aan

het leven en de activiteiten in de omliggende wijken. We streven naar een fijne woon- en werkomgeving voor iedereen.”

## Familieparticipatie

De tweede zorgvilla biedt een ultieme kans voor een intensere samenwerking met familieleden, naasten, vrijwilligers en andere zogenoemde informele zorgverleners, stelt Paul-Jeroen. „Hier willen we nog meer dan we op onze andere locaties, werken vanuit de visie en gedachten van het zogenoemde generiek kompas: informele zorgverleners krijgen hier een grotere rol. We willen expliciete doelen stellen over de samenwerking. De inzet en participatie van familie, naasten en vrijwilligers is een wezenlijk onderdeel van de zorgverlening.”

## Intenties & afspraken

Na inhuizing van senioren in een woonzorgcentrum, doen familieleden en naasten vaak een stap terug, zo merken zorgmedewerkers in de praktijk. „De zorg wordt door professionals overgenomen, zo is de gedachte. Het risico bestaat dat betekenisvolle contacten en relaties veranderen en zelfs minder worden. Om dit te voorkomen, willen we in de tweede zorgvilla heel graag vooraf in gesprek met de mensen uit het netwerk van de client. Wat zijn hun intenties en wat voor afspraken kunnen we maken? Hoe kunnen zij bijdragen aan het in stand houden of mogelijk uitbreiden van betekenisvolle relaties? We vragen ze in hoeverre ze aanwezig kunnen zijn en kunnen participeren in welzijnsactiviteiten. Denk aan ondersteuning bij het ontbijt en koken, bij activiteiten, het onderhoud van de tuin en het interieur,



het meegaan met de naaste naar bezoek aan specialistische zorg etc. Ook vragen we of ze mogelijk kunnen participeren in de zorg. Door intenties uit te spreken en afspraken te maken, verwachten we een toename van kwaliteit van leven voor onze bewoners.”

Stel, een cliënt heeft geen of nauwelijks een eigen netwerk. Wat dan? „We zijn ons ervan bewust dat familieparticipatie geen invloed mag hebben op de wachttijd op een plek bij Pieter Raat. Wel kunnen we cliënten met een actief netwerk de tweede zorgvilla als mogelijke woonlocatie aanbieden.”

## 'Informele zorg vraagt ook iets extra's van de medewerkers'

De inzet van informele zorg kan professionele zorgverleners ontlasten, maar vraagt ook iets van de toekomstige medewerkers op die locatie. „Voorop staat natuurlijk dat er veilige en kwalitatief hoogwaardige zorg wordt verleend aan onze cliënten. Daarbij gaan de medewerkers nauwer

samenwerken met de naasten en andere informele zorgverleners. Dat betekent wel dat er bijvoorbeeld extra inspanning van medewerkers nodig is om de informele zorgers te instrueren en structureel te begeleiden. Binnen Pieter Raat willen we daarom een aanvullende training ontwikkelen voor en aanbieden aan medewerkers. In deze training is veel aandacht voor het begeleiden en coachen van informele zorgverleners, denk aan het maken van afspraken met naasten, het voeren van een familiegesprek enzovoorts.”

## Werving nieuw team

De werving van nieuwe teamleden voor de tweede zorgvilla start in het begin van het nieuwe jaar. „We vragen nieuwe collega's aantoonbare motivatie, kennis en vaardigheden als het gaat om het samenwerken met informele zorgverleners. Dat is echt heel belangrijk. Het nieuwe team bestaat uit onder meer een verpleegkundige en verzorgende, die een spilfunctie krijgen. In

de aanloop naar de start, worden zij in de gelegenheid gesteld om kwartier te maken, gesprekken te voeren met geïnteresseerde bewoners, hun familieleden etc. Uiteraard brengen we ook in kaart of collega's die al bij ons werken, aan de slag willen bij de nieuwe zorgvilla. Tegelijkertijd is het de kunst om de formatie van bestaande afdelingen op peil te houden." In de tweede zorgvilla wordt overigens gestreefd naar volledige achtuurs diensten. „Dit betekent dat er ook in de middag een douchemoment kan worden georganiseerd en dat piekmomenten in de zorgverlening bij voorkeur over de dag worden gespreid.”

#### Komende stappen

Paul-Jeroen Verkade is als zorgmanager verantwoordelijk voor

beide zorgvilla's. „Met medewerkers van het facilitair bedrijf en Meerzorg 4 maken we een gedetailleerd verhuisplan voor de bewoners en het zorgteam." Beide zorgvilla's gaan als gezamenlijke organisatorische eenheid functioneren. „De tweede zorgvilla start als er tenminste 11 bewoners kunnen inhuizen en teamleden (waar mogelijk) worden ondersteund vanuit de eerste zorgvilla. Met de medewerkers van Hugo-Waard kijken we naar een eventuele gezamenlijke inzet tijdens de nachtdienst en aanbod van welzijnsactiviteiten.”

#### Na oplevering

Na oplevering in april/ mei 2024 start de inrichting van de eerste appartementen. „Bewoners van de Meerzorg 4-afdeling uit

De Raatstede en het bijbehorende zorgteam verhuizen naar verwachting in juni naar dit gebouw. Fantastisch, dat de meeste Meerzorg 4-bewoners meegaan naar de nieuwe zorgvilla." Met hun vertrek komt de vierde verdieping van De Raatstede waarschijnlijk met ingang van half juni 2024 vrij. „Op dit moment wordt gezocht naar partijen die interesse hebben in de vrijkomende etage als zogenoemde wissellocatie. Ook onderzoeken we wanneer en hoe renovatie mogelijk kan plaatsvinden. Mochten beide opties niet haalbaar zijn, dan is het inhuizen van cliënten op Meerzorg 4 een opdracht aan de organisatie", aldus Paul-Jeroen.

## Parkeervergunningen en bezoekerspassen bij De Raatstede

Parkeren op het pleintje voor de hoofdingang van woonzorgcentrum De Raatstede is mogelijk met een parkeervergunning voor bewoners. Elke bewoner van De Raatstede beschikt over één parkeerkaart. De huidige kaarten zijn geldig tot en met eind januari 2024. De gemeente Dijk en Waard is bezig met het digitaliseren van parkeervergunningen en bezoekerspassen. „Helaas loopt de invoering van het systeem vertraging op. Dat betekent dat de huidige kaarten, geldig tot en met januari 2024, geldig blijven tot na jaar 2024", zo schrijft de gemeente

Dijk en Waard in een brief.

„De afdeling handhaving is hier uiteraard van op de hoogte", aldus een gemeentewoordvoerder. „De vergunningen en bezoekerspassen blijven voor 2024 gratis. Zodra er meer bekend is, wordt dit uiteraard gecommuniceerd.”

#### Geef uw wijzigingen door

De gemeente roept bewoners op om eventuele wijzigingen in de situatie aan hen door te geven. „Bijvoorbeeld als de bewoners een andere auto en kenteken krijgen. Dan is het handig een nieuwe par-

keervergunning aan te vragen via [www.dijkenwaard.nl](http://www.dijkenwaard.nl)>Parkeren en vervoer>Parkeervergunning”.

Overigens ligt het concept-parkeerbeleid nog tot 1 januari 2024 ter inzage bij de gemeente. Nieuwsgierig? Kijk op [www.dijkenwaard.nl](http://www.dijkenwaard.nl), onder het kopje Nieuws en dan Concept integraal parkeerbeleid. U kunt nog reage-



De zorgappartementen worden ontwikkeld door:



## Open dag

We kunnen ons goed voorstellen dat u nieuwsgierig bent naar de nieuwe zorgappartementen. Voordat onze bewoners inhuizen, nodigen we geïnteresseerden uit voor een open dag. Tijdens de open dag en of opening zullen we ook de nieuwe naam van de locaties bekendmaken.

#### Vrijwilligerswerk

Wilt u vrijwilligerswerk doen bij onze nieuwe zorgappartementen aan het Rembrandt Erf? Voor één of enkele uurtjes in de week of maand? Geweldig! We komen graag met u in contact! We bieden onze vrijwilligers een plezierige (werk)omgeving, oprechte

waardering en heel veel mooie momenten. Doet u mee? Heeft u vragen, opmerkingen of wilt u vrijwilliger worden? Neem dan contact op met Paul-Jeroen Verkade (kwartiermaker Rembrandt Erf) via [p.verkade@dprs.nl](mailto:p.verkade@dprs.nl) of met vrijwilligerscoördinator Gery Vermeer via [g.vermeer@dprs.nl](mailto:g.vermeer@dprs.nl).

## Hoe ervaart u de zorg van Pieter Raat? Zorgkaart Nederland

#### Hoe ervaart u de zorg en dienstverlening van Pieter Raat? Deel uw ervaring op [Zorgkaartnederland.nl](http://Zorgkaartnederland.nl).

Zorgkaart Nederland is het meest complete en onafhankelijke overzicht van het zorgaanbod in Nederland. Uw waardering geeft ons praktische suggesties voor het verder verbeteren van onze dienstverlening. Bovendien kunnen door uw reacties onze zorg nog beter afstemmen op uw wensen.

Zorgorganisaties nemen de reacties van Zorgkaart Nederland mee bij de verantwoording van hun activiteiten. Daarom is het belangrijk dat u laat weten hoe u de zorg van Pieter Raat ervaart. We zijn benieuwd!





# Nationale Mantezorgdag

## Mantelzorgbijeenkomsten

Op vrijdag 10 november was het Nationale Mantelzorgdag en organiseerde Pieter Raat verschillende bijeenkomsten voor mantelzorgers van thuiszorg-cliënten en van cliënten die deelnemen aan de dagbesteding. In woonzorgcentrum Hugo-Waard nodigden de bewoners van verschillende afdelingen hun mantelzorger uit. „De mantelzorgers zijn onbetaalbaar”, aldus wijkverpleegkundige Hanneke Limmen.

„We zijn zo ongelofelijk blij met de mantelzorgers”, stelt Hanneke die met welzijnscollega Angeli- que de mantelzorgbijeenkomst organiseerde voor de thuiszorg- en dagbestedingscliënten. „Zij helpen hun naaste(n) waar ze kunnen, met allerlei praktische zaken en dagelijkse ondersteuning. Dat maakt hen onmisbaar voor de cliënt en voor ons. We zijn benieuwd naar hoe het met hen gaat, waar ze tegenaan lopen en waarin wij ze kunnen helpen.”

### ‘Mooi dat je elkaars verhalen herkent’

De mantelzorgbijeenkomsten zijn goed bezocht. „Het is heel waardevol om ervaringen te kunnen uitwisselen en mensen te kunnen informeren over vraagstukken die bij hen leven.” Een van de aanwezigen: „Mijn echtgenoot gaat twee dagen in de week naar de dagbesteding bij Pieter Raat. Mijn dochter heeft me overgehaald om deze bijeenkomst te bezoeken. Achteraf ben

ik blij dat ik ben gegaan. Het was nuttig en ook gezellig. Het mooie is dat je elkaars verhalen en gevoelens herkent. Het verdriet, de machteloosheid en ook de humor. Heel fijn om ervaringen uit te wisselen en dat de wijkverpleegkundige met goede informatie duidelijkheid kan geven over bepaalde zaken.”

### Dagbesteding ter verlichting mantelzorger

Mevrouw vond naast herkenning tijdens de mantelzorgbijeenkomst ook erkenning bij de andere aanwezigen, de thuiszorgmedewerkers en de wijkverpleegkundigen. „Het is zo fijn dat mijn man naar de dagbesteding gaat. In het begin heb ik me daar wel eens schuldig over gevoeld. Maar dat zijn de momenten dat ik erop uit kan zonder op de klok te letten of me te moeten haasten omdat hij alleen thuis is. Ik doe iets voor mezelf en nog vaker doe ik helemaal niets. Dan kan ik echt even bijkomen, want eerlijk gezegd valt de zorg voor mijn man me soms best zwaar.” Wijkverpleegkundige Hanneke begrijpt het verhaal van mevrouw. „Het is zo herkenbaar. Mantelzorger zijn, is soms echt zwaar. Als de partner dan de dagbesteding bezoekt, is dat ook ter ondersteuning en verlichting van de mantelzorger. Zo houden mensen de zorg voor hun naaste beter vol.”

### Muziek en gourmet in Hugo-Waard

Ook in woonzorgcentrum Hugo-Waard nodigden de bewoners van de verschillende afdelingen hun mantelzorger uit. „De mantelzorgers zijn echt in het zonnetje gezet. Er was muziek van de Presenters, er is samen genoten van een gourmetmaaltijd en de mantelzorgers gingen naar huis met een blij gevoel en een kleine attentie”, aldus Hugo-Waard-welzijnscoördinator Carla Gleijsteen. „Het was heel positief om te zien hoe de samenwerking steeds meer tot stand komt. En dat is mooi, want zorgen voor onze senioren doen we samen.” Heeft u als mantelzorger idee-

„Ik doe iets voor mezelf en nog vaker doe ik helemaal niets. Dan kan ik echt even bijkomen, want eerlijk gezegd valt de zorg voor mijn man me soms best zwaar”

en of wensen? Of wilt u helpen? Meldt u zich bij team Welzijn van Hugo-Waard: u kunt mailen naar [hugowaard\\_ab@dprs.nl](mailto:hugowaard_ab@dprs.nl) of bel met 072 -202 02 60.

### Meer info voor mantelzorgers

Heeft u de mantelzorgbijeenkomsten gemist, maar heeft u

vragen of wilt u van gedachten wisselen? Neem dan contact op met onze wijkverpleegkundige(n), via tel. 072 -57 67 330 of stuur een e-mail naar [wijkverpleegkundige@dprs.nl](mailto:wijkverpleegkundige@dprs.nl)

[mantelzorgvrij.nl](http://mantelzorgvrij.nl)

## Respijtzorg: mantelzorger komt op adem

Tip: even een paar uur of dagen op adem komen als mantelzorger, is mogelijk via Mantelzorgvrij.nl. Op deze website kunt u als mantelzorger vrijetijd plannen. Hier komen vraag en aanbod van respijtzorg bij elkaar. Respijtzorg is een ander woord voor ‘op adem kunnen komen’: het is planbare zorg voor mantelzorgers. Dus bent u mantelzorger en wilt u graag een paar uur, een dag (of meer) vrij van de zorg voor uw naaste(n), bezoek dan [mantelzorgvrij.nl](http://mantelzorgvrij.nl). Deze site is een initiatief van het Mantelzorgcentrum, het onafhankelijke kenniscentrum voor mantelzorgers en (zorg)professionals.



## Mantelzorgcompliment & Pluim

Wist u dat u als mantelzorger in aanmerking komt voor een mantelzorgcompliment van € 200,-? Dit mantelzorgcompliment kunt u aanvragen bij de gemeente waar u woont. Jonge mantelzorgers tot en met 18 jaar, kunnen een pluim aanvragen. U kunt tot en met 31 december 2023 een aanvraag indienen bij de gemeente Dijk en Waard. De formulieren zijn te vinden op de site van de gemeente Dijk en Waard:

<https://www.dijkenwaard.nl/zorg-werk-en-jeugd/zorg-en-wmo/mantelzorg>



## Leven met een hersenaandoening Creatief echtpaar gelukkig in G'Oud-locatie

**Ze zijn 60 jaar getrouwd! Wim (86) en Anneluce (82) van Kasteel vierden dit jaar hun diamanten huwelijk. „Het begon allemaal met een dansavond van de kerk”, vertelt Anneluce lachend. „Hij zocht eigenlijk een ander, maar die wilde niet. Ik zag hem zeker wel zitten.” In 1963 gaven ze elkaar het jawoord. Na vele omzwervingen kwamen ze pas echt thuis in het Heerhugowaardse appartementencomplex het Koraalrif, een G'Oud-locatie voor senioren. „Dit is mijn Waardje. We wonen hier heel prettig, hebben fijne burens en het allerbelangrijkste: we zijn nog steeds gelukkig samen.”**

Na het huwelijk wilden ze graag een eigen woning. Wim, destijds werkzaam als constructeur in Rotterdam, spaarde voor een zeilboot. „Toen we in Bodegraven toch een woning konden kopen, hebben we dat spaargeld daarin geïnvesteerd.” „Het was de hemel op aarde”, blikt Anneluce lachend terug. Het gezin groeide met twee dochters en een zoon

en na meerdere verhuizingen, belanden ze uiteindelijk in Heerhugowaard. Wim werd leraar vaktekenen op de Alkmaarse Iets. „We hielden van avontuur, klussen en improviseren. Dat hebben we altijd gehad”, vertelt Anneluce. „Ik was blij dat ik dichterbij mijn ouders ging wonen. Bijna dagelijks ging ik even naar Huis ter Kimme en regelmatig deed ik

vrijwilligerswerk bij senioren.”

### ‘Het beste ervan maken’

Dertig jaar geleden stond hun actieve leven plots op zijn kop door een onbekende hersenziekte. Na een val van de fiets, bleek het serieus. Wim herinnert zich de boodschap van zijn artsen: „Over vijf jaar zit u in een rolstoel, over 10 jaar bent u dood.”

Nu, 30 jaar later, is hij er nog. „Dat hadden ze niet gedacht”, grinnikt hij. „Natuurlijk is het rot dat m'n gezondheid achteruitgaat. Praten gaat lastiger en ik zit inmiddels in een rolstoel. Maar ik ben er nog wel”, aldus Wim. „Met hulp van Anneluce en de thuiszorg red ik het.” „We proberen er het beste van te maken”, beaamt ook zijn vrouw.

### Creatief & schrijven

Creativiteit speelt een grote rol in het leven van Wim en Anneluce. Zo houdt Wim van schrijven, schilderen, knutselen en puzzels maken op de tablet. „In de afgelopen jaren heb ik meerdere boekjes geschreven en enkelen gepubliceerd. Dat was altijd een droom. Dus daar ben ik apetrots op.” Diamondpainting en haken, zijn de grote hobby's van z'n vrouw.

### Dagbestedingsactiviteiten in De Raatstede

Sinds kort bezoekt Wim de dagbestedingsgroep in woonzorgcentrum De Raatstede. „Dat is speciaal voor senioren die zelfstandig in de wijk wonen en beginnende of gevorderde dementie, Parkinson of iets anders hebben. Het is prettig om er drie dagen per week uit te zijn en anderen te ontmoeten. De activiteiten op onze kleine groep passen bij wat we kunnen en leuk vinden. We worden uitgedaagd, zonder dat we overprikkeld raken. Het fijne is dat we allemaal wel iets mankeren. Dat geeft herkenning en voelt ook veilig. Hier word ik gezien, gehoord en begrepen ze me. Ook als ik een mindere dag heb. Als ik hier ben, heeft mijn vrouw ook tijd voor zichzelf. En als ik thuiskom, hebben we allebei een prettige dag gehad.” Anneluce: „De welzijnsmedewerkers kennen 'm goed. Het is er gezellig

en gestructureerd. Als hij daar is, heb ik m'n handen vrij om iets voor mezelf te doen en erop uit te gaan. Even met m'n dochter of vriendin winkelen bijvoorbeeld. Ik kan met een gerust hart op pad, want ik weet dat hij ook een fijne dag heeft.”

### ‘Zorgen voor, maakt wel eens eenzaam’

De hersenaandoening van Wim, maakt dat de omgang tussen de twee en met anderen verandert, vertelt Anneluce. „Communiceren wordt natuurlijk anders. Onderling hebben we aan een half woord genoeg, hoor. We hebben het goed met elkaar en lachen ook nog veel. Toch gaat Wim langzaam achteruit en worden onze dagen grotendeels bepaald door hoe het met hem gaat. Dat zorgen voor, ja, dat maakt wel eens eenzaam”, aldus Anneluce.

### ‘Gek op de thuiszorgmedewerkers’

Het echtpaar prijst zich gelukkig met de thuiszorgmedewerkers en huishoudelijke hulp van Pieter Raat. „Ze zijn allemaal heel lief en hebben oprechte aandacht. In overleg is er veel mogelijk, zodat we zelf echt de regie houden. Weet je dat ik een van hen heb leren haken?” Anneluce heeft met een buurvrouw ook een handwerkclubje. „We maken samen troostdekens en sinds de bewonerscommissie actief is in het Koraalrif, is er op maandagmiddag ook een handwerkclub. Het is hier echt fijn. Hoe we de toekomst zien? Zonnig! Dankzij het volledige pakket thuis, kunnen we hier blijven wonen. Met z'n tweetjes! Misschien dat we later doorschuiven naar De Raatstede. Maar dat zien we dan wel weer.”

## Nieuwe dagbestedingsgroep van start

In woonzorgcentrum De Raatstede is onlangs een extra, kleine dagbestedingsgroep gestart en er is plek voor nieuwe deelnemers.

**Meer info of een afspraak maken? Bel met Tel. 072 - 57 67 284, of mail naar [welzijn@dprs.nl](mailto:welzijn@dprs.nl).**

Wilt u meer weten, kennismaken of sfeerproeven? Neem vrijblijvend contact met ons op of loop binnen op onderstaande locaties. Onze brochure Dagbesteding bij dementie, vindt u op [www.dprs.nl](http://www.dprs.nl) en is in gedrukt versie bij ons verkrijgbaar.



# THUISZORG PIETER RAAT EN HUISHOUDELIJKE HULP

## Individuele begeleiding van Thuiszorg

Woont u zelfstandig in de wijk en kunt u wel wat hulp gebruiken? Onze medewerkers komen graag bij u thuis voor een kopje koffie of thee en individuele begeleiding. Tijdens een huisbezoek vinden persoonlijke gesprekken plaats, en/of wordt een binnen- of buitenactiviteit ondernomen met onze welzijnsmedewerker of vrijwilliger. Zo nemen we bijvoorbeeld rustig de tijd om samen gezellig boodschappen te doen. Met u wordt

afgestemd waar behoefte aan is en hoe de individuele begeleiding met u en uw naaste(n) wordt vormgegeven. We ondersteunen u in het zelfstandig blijven wonen en kijken wat u daarvoor nodig heeft. Deze vorm van begeleiding kan worden be-

kostigd vanuit Wlz, en vanuit de WMO.

### Meer weten?

Neem dan contact op met onze wijkverpleegkundigen via tel. 072 - 576 73 30 of wijkverpleegkundige@dprs.nl



## De thuiszorgkoffer: boordevol handige hulpmiddelen

Zo handig! De thuiszorgcollega's gaan sinds kort op pad met een koffer boordevol handige hulpmiddelen. „In de koffer zitten allerlei handigheidjes die het leven gewoon wat makkelijker maken”, aldus wijkverpleegkundige Amber Kossen. Voorbeelden? „Denk aan hulpmiddelen bij het wassen van de

rug of tenen of hulpmiddelen die we goed kunnen gebruiken bij het aankleden, zoals bij het aandoen van onder- en bovengoed en sokken en natuurlijk de doff en donner om steunkousen aan te trekken. Daarnaast zitten er in de koffer hulpmiddelen om de ogen te druppelen, een speciale knopenhaak om knopen te slui-

ten en te openen, een elastische schoenveter en nog veel meer. We laten de mensen zien hoe ze de middelen zelf kunnen gebruiken.” „Sommige hulpmiddelen maken het leven net even makkelijker”, aldus mevrouw.

## Thuiszorg tijdens de feestdagen

Ook tijdens de feestdagen doet Thuiszorg Pieter Raat zijn uiterste best om de zorg te verlenen die cliënten nodig hebben. „We hebben echter te maken met een krappe bezetting. Daarnaast willen onze medewerkers ook met hun families genieten van de feestdagen. Daarom hebben we met cliënten geïnventariseerd wanneer welke zorg nodig is. Ondanks onze inspanningen, kan het toch zo zijn dat het toch anders loopt dan cliënten van ons gewend zijn. Onze excuses hiervoor.



## Compaan: Thuiszorgmaatje via de tablet

Wist u dat u zorg kunt krijgen zonder dat u daarvoor thuis hoeft te blijven? Onze zorgmedewerkers bieden u beeldzorg via de

Compaan. Met deze speciale, bijzonder gebruiksvriendelijke tablet belt, hoort en ziet u elkaar direct en krijgt u geplande zorg

op afstand. Zo kunnen we u adviseren, helpen en begeleiden, bijvoorbeeld over wondzorg, de inname van medicijnen, het gebruik van hulpmiddelen etc. Cliënten waarbij de Compaan is ingezet, zijn hierover zeer tevreden!

Bent u nieuwsgierig naar beeldzorg via de Compaan? Bel of mail met de wijkverpleegkundigen van Pieter Raat via tel. 072 - 57 67 330, wijkverpleegkundige@dprs.nl. Wij komen graag bij u langs om u en uw naaste(n) vrijblijvend te laten kennismaken met beeldzorg en de Compaan.

## Gezocht: nieuwe leden voor de cliëntenraad

De cliëntenraad behartigt de gemeenschappelijke belangen van de cliënten van Pieter Raat en fungeert als klankbord en adviesorgaan van de Raad van bestuur. De medezeggenschap door cliënten is wettelijk geregeld via de Wet medezeggenschap cliënten zorginstellingen 2018. (Wcmz 2018)

De cliëntenraad adviseert de Raad van bestuur over zaken die van belang zijn voor de cliënten van de verschillende woonzorglocaties en van thuiszorg Pieter Raat. Daarbij komt een breed scala van onderwerpen aan de orde, zoals de kwaliteit van zorg en het algemeen huisvestingsbeleid.

De cliëntenraad is op zoek naar nieuwe leden. Als lid van de cliëntenraad is het belangrijk dat u directe ervaring heeft met of betrokken bent bij de zorg- en dienstverlening van Pieter Raat. De ervaring kan bijvoorbeeld zijn opgedaan als cliënt, familielid of mantelzorger van cliënten. U kunt goed samenwerken en bent sociaal en communicatief vaardig. Vertrouwelijk omgaan met informatie is voor u vanzelfsprekend.

Heeft u interesse om deel te nemen aan de cliëntenraad? En wilt u meer informatie? Neem dan contact op met Will Molenaar, bestuurssecretaris, via tel. 072 – 57 67 200 of mail naar [w.molenaar@dprs.nl](mailto:w.molenaar@dprs.nl)



## Love is all around: André Rieu- concertregistratie in VUE

Was het het Vrijthof? Of toch gewoon het Coolplein? Op dinsdag 17 oktober genoten ruim 250 Waardse senioren van een Gouden Dagen-concertregistratie van André Rieu in bioscoop VUE in Heerhugowaard. „Alsof ik op het Vrijthof in Maastricht bij het concert aanwezig was. Zo voelde het”, aldus een enthousiaste dame op leeftijd.

„Het was fantastisch. Wat een prachtig orkest. Ze speelden zo gevarieerd: van doedelzak tot gospelzang... Ze spelen de

mooiste muziek en dragen van die prachtige kostuums. Heel sfeerful. Heel anders dan als je het bekijkt in je eigen huiskamer op de televisie. Ook in de zaal werd meegezongen en gedanst. Ik voelde het tot in mijn tenen: ik was echt geëmotioneerd. Het was heel mooi.” Tijdens de pauze werd koffie en thee geschonken. „Het was een fantastisch uitje. Met dank aan de vrijwilligers en de ondersteuning vanuit VUE. Love was all around.”

„Alsof ik op het Vrijthof  
in Maastricht bij het  
concert aanwezig was.  
Zo voelde het!”

## Bijzonder, interactief programma Geheugenvenster opent het raam naar de wereld

Woonzorgcentrum De Raatstede is een bijzonder, interactief programma rijker: het Geheugenvenster. Dit programma bestaat uit ruim 800 thema-activiteiten vol muziek en nostalgisch amusement. Van sport, spel en cultuur tot film en muziek. Het biedt (digitale) dagbesteding en heel veel al voorbereide welzijns- en huiskamer-activiteiten. Ook voor mensen met dementie. Het Geheugenvenster, dat door Gouden Dagen Heerhugowaard is geschonken aan De Raatstede is woensdag 18 oktober feestelijk in gebruik genomen door bewoners, omwonenden en welzijnsmedewerkers. „Zie het Geheugenvenster als een raam: zet het venster open en je ziet de wereld”, aldus Gouden Dagen-voorzitter Frits Weel.

### ‘MTV voor senioren’

Met het Geheugenvenster is het mogelijk om de doelgroep 24 uur per dag een programma aan te bieden dat past bij de stemming, interesses en mogelijkheden van de cliënt. Variërend van muziek en beeldende kunst tot beweging op maat en nog veel meer. Namens Geheugenvenster kwam Ingrid van der Horst het apparaat demonstreren. Zij vertelde dat het geen zin heeft om mensen met dementie ‘zo maar’ voor de televisie te zetten, omdat ze overprikkeld raken van schreeuwende reclames en drukke praatprogramma's. „Nostalgische beelden van ouderwetse tafereel werken veel beter, net als het ‘zien’ van muziek. ‘MTV voor senioren’ dus. Dit digitale dagbestedingsaanbod bestaat uit herkenbaar, prikkelarm, slow en plezierig vermaak en muziek, aangepast beeldmateriaal en heerlijk positief tv-amusement bevat. Het veelzijdige muziek- en beeldprogramma ondersteunt dagstructuur, activiteiten en gezondheid.”

### ‘Luchtdirigeren’

Ter illustratie toonde Ingrid enkele mogelijkheden van het apparaat. De aanwezigen kregen



twee breinaalden in de handen, waarna er gezellig kon worden ‘luchtgedirigeerd’ met oude Nederlandstalige liedjes. „Het leuke van muziek is dat het herinneringen oproept, en dat het ook een heel mooi middel is om met contact met elkaar te hebben”, aldus Ingrid. „Met het geheugenvenster kunt u ook vanuit uw stoel dat ene museum nog een keertje bezoeken, een tochtje varen over de Friese meren, herinneringen

ophalen met nostalgische foto's. Het biedt volop aanknopingspunten voor gesprekken.”

Welzijnsmedewerker en Gouden Dagen-coördinator Antoinette Bronkhorst is blij met het Geheugenvenster en onder de indruk van de vele mogelijkheden die het apparaat biedt. „Wij zullen bij diverse activiteiten zeker gebruik gaan maken van het Geheugenvenster.”

Terug in de tijd met muziek, petticoats en vetkuiven...

## Gouden Dagen-Danspaleis voor senioren

En de voetjes gingen van de vloer... Woensdag 6 december was het Cool- café omgetoverd in een Danspaleis voor senioren met en zonder dementie en hun naasten. Gouden Dagen Heerhugowaard en Pieter Raat organiseerden met de initiatiefgroep Dementie en toch een fijne dag dit dansfestijn. „En fijn was het”, aldus een dame, die er met haar man lustig op los danste. „Zo heerlijk, net als vroeger.” „Ik heb lang in het ziekenhuis gelegen, maar deze middag is het beste medicijn. Wat heb ik genoten”, aldus een andere dame met tranen in haar ogen.

„Muziek heeft de kracht om verhalen van toen op te roepen en biedt houvast voor senioren in het nu”, weet ook Antoinette Bronkhorst, Pieter Raat-welzijnscoördinator voor senioren die zelfstandig wonen in de wijk en lid van de stuurgroep Gouden Dagen Heerhugowaard. „Muziek verbindt en zorgt voor herbeleving van gouden tijden. Prachtig om te zien hoeveel plezier senioren met elkaar en hun naasten hier vandaag beleven.”

### Feest van herkenning

Het was een groot muzikaal feest van herkenning, aldus Gouden Dagen- voorzitter Frits Weel. „Met heel veel herkenbare en meeziingmuziek uit de jaren vijftig, zestig en zeventig. Het is gek hoe dat werkt: door de muziek ga je in gedachten terug naar de tijd dat je nog jong bent. De tijd van



je eerste vriendje of vriendinnetje. Gaandeweg zag je de mensen bij wijze van spreken steeds jonger worden”, aldus Frits die namens Gouden Dagen Heerhugowaard een openings- en dankwoord sprak. „Het Danspaleis heeft werkelijk alles uit de kast gehaald om de middag tot een succes te maken. En daar zijn ze heel goed in geslaagd: zowel het podium waarop de dj de muziek aankondigde als de aankleding van het Cool-café was helemaal afgestemd op het jaren vijftig, zestig en zeventig-thema.” Er werd gedanst en

polonaise gelopen. „Heel bijzonder om te zien hoe enthousiast de aanwezigen meededen. Zelfs mensen in een rolstoel dansten na aanmoediging van de mensen van het Danspaleis mee. En dan zie je hun stralende gezichten. Het was echt meer dan hartverwarmend. Wat een geweldige sfeer.”

### ‘Het beste medicijn’

Een dame, wonend in De Raatstede, sprak Frits Weel van het mede-organiserende Danspaleis enthousiast aan. „Ik heb lang in het ziekenhuis gelegen, maar

deze middag is het beste medicijn. Wat heb ik genoten”, sprak zij met tranen in haar ogen. „Eerlijk is eerlijk, toen ze begonnen, zag ik het niet zo zitten”, vertelt een meneer. „Ik was van plan om mijn jas weer aan te trekken. Gelukkig ben ik gebleven: vervolgens heb ik de hele middag op de dansvloer gestaan. Ik ben nu wel bekaf, maar wat heb ik genoten. Als er weer zo’n dansmiddag komt, geef ik me direct op. De muziek en de aankleding brachten me weer helemaal terug naar mijn jeugd met petticoats en vetkuiven. Die laatste heb ik vanmiddag overigens wel gemist, maar dat zit er op onze leeftijd niet meer in”, zo lachte hij. Ook de medewerkers van het Danspaleis zelf waren in hun nopjes: „We gaan het hele land door met het Danspaleis, maar we hebben nog niet eerder zo’n enthousiaste groep senioren gehad.”

### Ook naar het Danspaleis?

Een volgende editie van het Gouden Dagen- Danspaleis staat op 7 februari gepland van 14.00 tot 16.00 uur in Cool kunst en cultuur. Kaartjes à € 5,- per stuk zijn verkrijgbaar via [www.cool.nl](http://www.cool.nl) of via tel. 072- 57 60 955. Senioren die wonen in woonzorgcentra De Raatstede of Hugo-Waard kunnen voor kaarten terecht bij team Welzijn op die locaties.

### Meer voor mensen met dementie

Het fantastische dansfeest voor ouderen met en zonder dementie en hun naasten, wordt mede mogelijk gemaakt door Gouden Dagen Heerhugowaard in samenwerking met de projectgroep Dementie en toch een fijne dag. Geriant, De Pieter Raat Stichting, Alzheimer Nederland,



afdeling Noord- Kennemerland, Wonen Plus Welzijn Dijk en Waard en Cool. Genoemde initiatiefgroep biedt nog veel meer bijzondere bijeenkomsten en activiteiten, zoals de Meezingkring en onder meer teken- en schilderworkshops. Nieuwsgierig? Neem vrijblijvend contact op met Antoinette Bronkhorst van De Pieter Raat Stichting, team Welzijn, tel. 072 -57 67 284 of mail naar [welzijn@dprs.nl](mailto:welzijn@dprs.nl)

### Kleine dagbestedingsgroep

Meer weten over dagbestedingsactiviteiten voor mensen met dementie die zelfstandig wonen in de wijk? Onlangs is in De Raatstede een nieuwe dagbestedingsgroep gestart. „Het is een kleine, extra groep, met een dagbestedingsprogramma dat volledig is toegespitst op de behoeften, wensen en mogelijkheden van deze senioren. Er is nog plek voor nieuwe deelnemers.” Nieuwsgierig? Neem vrijblijvend contact op met team Welzijn van De Pieter Raat Stichting, tel. 072 -57 67 284 of stuur een mail naar [welzijn@dprs.nl](mailto:welzijn@dprs.nl)



## Hmmmm.... Oliebollen!



Het is een soort traditie: in december verspreidt Gouden Dagen Heerhugowaard in samenwerking met handels- en exploitatiemaatschappij CAS en Pieter Raat oliebollevouchers onder kwetsbare senioren in Heerhugowaard. Deze vouchers zijn tot en met 23 december te verzilveren bij verschillende oliebollekramen in Heerhugowaard. „Heel fijn om senioren daar weer blij mee te mogen maken”, aldus Gouden Dagen voorzitter Frits Weel. Thuiszorg- en dagbestedingscliënten, bewoners van De Raatstede, Hugo-Waard, aanleunwoningen en andere woonzorgcentra: eet smakelijk!



## Oproep: dien een wens in!

Kent u of bent u een senior, wondend in een van onze woonzorgcentra of zelfstandig in de wijk, met een grote of kleine wens? Schrijf de wens op een Gouden Dagen-wenskaart (verkrijgbaar bij de receptie/ team welzijn) en hang 'm in de Gouden Dagen-wensboom op een van onze locaties. Of mail naar Antoinette Bronkhorst (a.bronkhorst@dprs.nl) of Cynthia de Wilde (c.dewilde@dprs.nl). Veras ons met wensen!

## Donateur worden?

Draagt u onze senioren en Gouden Dagen Heerhugowaard een warm hart toe? Word dan donateur! Kijk op [www.goudendagen.nl/gouden-donatie](http://www.goudendagen.nl/gouden-donatie). Of vraag een machtigingsformulier aan via 072 - 57 67 200 of via [goudendagen@dprs.nl](mailto:goudendagen@dprs.nl). Alvast heel hartelijk dank!

## Vervoer met Hugo Hopper

**Met ingang van 1 januari 2024 wordt het cliëntenvervoer van en naar onze dagbestedingslocaties De Raatstede en wijkcentrum het Arboretum verzorgd door lokale partner Hugo Hopper. Tot 31 december maken cliënten nog gebruik van Connexion.**

Vanaf 1 januari worden cliënten

duis thuis opgehaald en thuisgebracht door de vrijwilligers van Hugo Hopper. De cliënten zijn inmiddels via een brief hierover geïnformeerd. „Heel fijn dat een Heerhugowaardse partner dit voor ons gaat verzorgen. We hebben er alle vertrouwen in dat de vrijwilligers van Hugo Hopper onze cliënten veilig en plezierig

van en naar de bestemming brengen.”

Meer weten? Vraag team welzijn van het Arboretum, tel. 06 -83 25 14 17, mail naar [a\\_welzijn@dprs.nl](mailto:a_welzijn@dprs.nl) of team welzijn van De Raatstede, te. 072 - 57 67 200, [welzijn@dprs.nl](mailto:welzijn@dprs.nl)

## 'Plantestafette groot succes'

# Groen Tamarixplantsoen door inzet van jong en ouder

De 'make-over' van het Tamarixplantsoen in Heerhugowaard is donderdag 9 november voltooid tijdens een zogenoemde plantestafette. „Leerlingen van groep 8 van de Pater Jan Smitschool hebben met hulp van senioren uit wijkcentrum het Arboretum en van Groei en bloei-vrijwilligers struiken en planten aangeplant bij de nieuwe jeu de boules-baan bij het Tamarixplantsoen”, aldus welzijnscoördinator Diane Voorthuysen. Het terrein is daarmee veranderd in een kleurrijk parkje omringd door bomen, sierlijke struiken én vaste planten. In het midden van het plantsoen komen elk voorjaar duizenden bollen en vele soorten kruiden tot bloei. En dat is weer voeding voor insecten zoals bijen en vlinders.

Wethouder biodiversiteit en klimaatadaptatie Annette Groot heette iedereen welkom. „Het is de vierde keer dat Dijk en Waard meedoet aan de plantestafette”, vertelt ze. „Logisch, want wij mensen hebben de natuur nodig. Daarom zetten wij flink in op vergroening van onze gemeente. Ook op deze plek hebben tegels plaatsgemaakt voor meer en afwisselend groen.” Dorien Kotterman van De Groene Reiger, initiatiefnemer van de Plant-estafettes, legde aansluitend de samenhang in de natuur uit: „Bomen zorgen voor zuurstof in de lucht en diertjes op en in de grond. Bladeren van bomen voeden wormen, wormen geven voeding aan de wortels, bomen geven bloesem, bloesem voedt de bijen en bijen bestuiven de bloesem, waardoor er vruchten groeien, vruchten geven weer voeding aan egels, vogels en mensen, enzovoort. Dit alles tezamen vormt een leefgemeenschap. Heel letterlijk hangt ons leven af van de zuurstof die planten en bomen produceren.”

### Startschop

Na deze toelichting, was het tijd voor actie. Wethouder Groot gaf buiten 'de startschop' met het



planten van de eerste struik. Zij kreeg hulp van cliënten van wijkcentrum het Arboretum, de leerlingen en andere vrijwilligers. Na een uur waren al heel veel planten en struiken in de grond gezet. Alle deelnemers kregen een zakje biologische bolletjes mee naar huis als bedankje. Wethouder Groot had nog een verrassing, zij bood welzijnscoördinator Diane Voorthuysen van het Arboretum een set jeu de boules-ballen en een hark aan: „Als dank voor jullie steun en hulp bij het mogelijk maken van deze plantestafette. En hiermee zorgen we ervoor dat de jeu des boules-baan goed gebruikt kan worden. Zo genieten nog meer mensen uit de

buurt samen van dit mooie stukje groen.” Diane nam de cadeaus blij verrast in ontvangst. „Samen zorgen we voor senioren en voor de wereld van morgen.”

### Een heerlijke plek

Aanwezige senioren genoten van de klus en de interactie met de kinderen: „Fantastisch om dit samen te doen. Zo ontstaat meer biodiversiteit en een fijne woon- en leefomgeving. Komend voorjaar is dit een groenere plek en kunnen we gebruikmaken van de baan en in de toekomst van de schaduw van de bomen. Bijkomend voordeel is dat we de geparkeerde auto's minder zien.”

## Praat vandaag over de ouderenzorg van morgen

# 'Kijk wat mogelijk is!'

**'Kijk wat mogelijk is', dat is het levensmotto van Nederlands eerste vrouwelijke journalist Eugènie Herlaar. Pieter Raat-bestuurder Gabriele Kasten spreekt op het 'Over morgen'-bankje met Heerhugowaardse Eugènie Herlaar over ouder worden en ouder zijn.**

Eugènie Herlaar is 84 jaar geleden geboren op Curaçao. Op haar achtste verhuisde ze naar Nederland. Haar eerste werkervaring deed zij bij Shell en Phillips op. „Het werk bij deze organisaties heeft de basis gelegd voor mijn verdere carrière”, vertelt Eugènie. „Ook al lijkt iets op het eerste gezicht niet echt te passen, het is belangrijk om altijd naar de mogelijkheden te kijken.”

### **Eerste vrouwelijke journaliste**

Haar doorzettingsvermogen en wilskracht kwamen haar op meerdere momenten in haar leven van pas. In 1965 solliciteerde Eugènie bij het NTS (het latere NOS) journalist als verslaggever en nieuwslezer. „Ik ergerde me eraan dat mannen altijd het nieuws lezen, zelfs als het ging over de laatste haarmode en actuele damesbeurzen. Ik besloot als nieuwslezer te solliciteren. Bij mijn eerste gesprek vertelde de toenmalige hoofdredacteur dat er een groot risico was dat de toeschouwers een vrouwelijk stem niet zouden accepteren. Dat vond ik toen best grappig.”

Eugènie kreeg de baan en werd, zonder dat het haar intentie was, een boegbeeld voor vrouwelijke emancipatie.

„Toen ik trouwde, moest ik uit vaste dienst gaan. Dat was de regel, maar ik werd thuis heel erg ziek en besloot weer naar de mogelijkheden te kijken.” In de loop der jaren volgt een impo-

„Ik ergerde me eraan dat mannen altijd het nieuws lezen, zelfs als het ging over de laatste haarmode en actuele damesbeurzen.”

sante lijst met betrekkingen en activiteiten. Haar eigen website (<https://www.eugenieherlaar.nl>) geeft hier een goed beeld van.

### **Maatschappelijk betrokken**

Naast haar beroepsmatige loopbaan verbindt Eugenie zich met diverse culturele organisaties. Zo werd zij in haar woonplaats Heerhugowaard onder meer voorzitter van de gemeentelijke Culturele Raad. Voor deze betrokkenheid is zij in 1998 be-

noemd tot 'Lid in de Orde van Oranje-Nassau'. Vanwege haar onvermoeibaar doorzettingsvermogen en haar bijdrage aan steeds nieuwe activiteiten werd zij in 2008 bevorderd tot 'Ridder in de Orde van Oranje-Nassau'. „Ik was toen enorm verrast, maar inmiddels is voor mij de tijd van afscheid nemen gekomen”, bekent Eugènie. „Dat doe ik niet met een traan: ik blijf actief naar mogelijkheden zoeken. Wat kan ik wel?”

### **'Accepteren en omdenken'**

Dat ouderdom met gebreken komt, ervaart de 84-jarige Eugènie inmiddels aan den lijve. „Door

mijn slechthorendheid kan ik niet meer van muziek en theater genieten. Eerst gingen de CD's de deur uit, later volgde de piano. Het is een kwestie van accepteren en niet zeuren. Ik ging vervolgens schilderlessen volgen, dat kon nog wel! Vroeger verzorgde ik culturele reizen op bijvoorbeeld Curaçao, nu organiseer ik lezingen bij mij thuis en vertel ik gasten alles over allerlei landen. Het is een inderdaad omdenken en kijken wat



wel mogelijk is.”

### **Oudere dame**

Hoe het is om ouder te zijn? „Mijn huisarts vertelde me onlangs dat ik niet moet vergeten dat ik een 'oudere dame' ben. Daar moest ik hartelijk om lachen, want dat klopt natuurlijk wel. Ik wil nog zoveel. Tegelijk realiseer ik me dat terdege: want ik heb ondertussen een rollator, een traplift en een levenstestament. En mijn buurt is heel belangrijk voor mij, ik ben daarom nooit verhuisd. Ik probeer wel actief te blijven. Dat zou ik iedereen willen meegeven: zoek naar de mogelijkheden en niet naar de onmogelijkheden. Ik ben nog steeds lid van Schrijverswaard, opgericht door Siem de Waard en mij. Volgend jaar bestaat deze organisatie 25 jaar, ik kijk er nu al naar uit.”

## 'Over morgen'-bankje

Het 'Over morgen'-bankje staat bij woonzorgcentrum De Raatste van Pieter Raat en is onderdeel van een publiekscampagne van branchevereniging Actiz.

„Hoe zie jij de weg naar ouder worden? Is het motto van die campagne. Een ieder die wil meepraten en meedenken over de ouderenzorg van de toekomst is van harte uitgenodigd om plaats te nemen”, aldus Kasten. „De zorg voor senioren is namelijk een zorg van ons allemaal.” Dit gesprek is het achtste in een reeks gesprekken. Eerder sprak Kasten onder meer met wethouder Annette Groot, huisarts Ellie Mens, voorzitter Rolstoelbus Thijs Theo Kaarsemaker, Gouden Dagen-stuurgroepleden Frits Weel en Nel Nooter en emeritus hoogleraar ouderengeneeskunde Joris Slaets. Nieuwsgierig naar hun verhalen? Kijk op <https://www.dprs.nl>.

Ook meepraten over de ouderenzorg van morgen? Bel of mail voor een afspraak met Pieter Raat, tel. 072 -576 72 00 of [info@dprs.nl](mailto:info@dprs.nl).

'Pilot groot succes'

## 2024: Afval scheiden op alle Pieter Raat-locaties en afdelingen

**Met hetzelfde gemak, gooi je het in de juiste afvalbak... Afval scheiden is voor velen van ons de gewoonste zaak van de wereld. Op de kantoren en in de verschillende keukens van Pieter Raat, worden alle afvalstromen keurig gescheiden. „Vanaf 2024 gaan we op alle locaties en alle afdelingen glas, papier, GFT, vet en restafval scheiden. Dit past bij de duurzame ambities van Pieter Raat. Het is belangrijk dat we een bijdrage leveren aan het milieu en dat we onze verantwoordelijkheid nemen voor toekomstige generaties”, aldus Rienk IJpma, manager Wonen en vastgoed.**

In 2023 is een pilot gestart op de afdeling Basiszorg 2 in De Raatstede. „Daar scheiden we nu voor personeel het afval op basis van de stromen (PMD) plastic en drinkkartons (geen blik), restafval, glas, papier en GFT. Deze pilot verloopt bijzonder positief. Zowel de medewerkers als sommige cliënten scheiden het afval consequent. Nu willen we doorpakken en gebruikmaken van het enthousiasme dat voortvloeit uit de pilot. De komende maanden kiezen we de juiste

afvalbakken en bepalen we hoe we de 'afvalstraten' gaan inrichten. In 2024 gaan we met medewerkers en cliënten verder met het scheiden van afval en het verder verduurzamen van Pieter Raat. Samen zorgen voor de wereld van morgen.”

**Meer weten over duurzaamheid bij Pieter Raat? Kijk voor het jaarverslag duurzaamheid en andere publicaties op: [www.dprs.nl/publicaties](http://www.dprs.nl/publicaties)**



## Over verzekeringen...

**Het einde van het jaar is voor veel mensen het moment om de zorgverzekeringen eens onder de loep te nemen. Misschien niet het leukste klusje, maar het voorkomt wel dat u op een later moment wellicht voor vervelende financiële verrassingen komt te staan. Tip: kijk even hoe het zit met uw (aanvullende) zorgverzekeringen. Want hoe zit dat nu eigenlijk als u of uw naaste in een van de woonzorglocaties van Pieter Raat woont. Is een aanvullende zorgverzekering dan wel of niet nodig?**

### **Advies: zorgverzekering inclusief aanvulling**

„Ons advies is om een aanvullende verzekering te behouden, ook als u in De Raatstede of Hugo-Waard woont”, aldus een woordvoerder van Pieter Raat. Binnen de zorg zijn namelijk twee financieringsstromen: de Wet langdurige zorg (Wlz) en de ziektekostenverzekering. Pieter Raat levert in de woonzorglocaties Wlz- zorg zonder behandeling. „De huisarts is hoofdbehandelaar en wordt vanuit de ziektekostenverze-

kering betaald. Wondmaterialen, incontinentiematerialen en de inzet van de fysiotherapeut worden vanuit de aanvullende verzekering van de ziektekostenverzekering betaald. Het is daarom belangrijk dat cliënten die bij ons wonen hun zorgverzekering aanhouden, inclusief een aanvullende verzekering. Zonder aanvullende verzekering betalen ze anders op een later moment zelf deze kosten, als zij deze aanvullende medische zorg nodig hebben.”

## Nieuwe tarieven diensten en producten per 1 januari 2024

Pieter Raat heeft voor het nieuwe jaar (2024) de prijzen opnieuw geïndexeerd. Dit houdt in dat de prijzen van een aantal diensten en producten van de organisatie worden aangepast aan de gewijzigde inkooprijzen van diverse

leveranciers (binnen de CBS-indexcijfers) en de salariskosten van de medewerkers. Zo worden onder meer de tarieven van gastronomie (hapjes/ drankjes in het restaurant) voor 2024 aangepast. De prijswijzigingen zijn in

november met de cliëntenraad besproken en door hen geaccordeerd. De nieuwe tarieven gelden vanaf 1 januari 2024. U vindt de nieuwe prijslijst op: [www.dprs.nl/over-ons/publicaties](http://www.dprs.nl/over-ons/publicaties)



## Dijk en Waard voor Elkaar verwent senioren met kerstpakketten

**Wat zijn de dagbestedingscliënten van Pieter Raat en bewoners van De Raatstede afgelopen week verwend! Donderdag 14 december bracht De Stichting Dijk en Waard voor Elkaar voor alle cliënten in woonzorgcentrum De Raatstede én voor de dagbestedingscliënten een echt kerstpakket met handgeschreven kaart. „Hartverwarmend**

**dit”, aldus een bewoner. „Dit stellen we echt enorm op prijs. Ik ben al blij als ik een kerstkaartje krijg. En dan nu een pakket? Geweldig! Heel hartelijk dank. Dit is goed voor elkaar!”**

„Is dat voor mij? Wat leuk!”, aldus een verraste dame die deelneemt aan de activiteiten. In woonzorgcentrum De Raatstede

zijn de pakketten in ontvangst genomen door v.l.n.r. manager extramurale zorg en welzijn Rita Jobben, een cliënt van de dagbesteding, welzijnsmedewerker Bettina en Sylvia de Wilde van Dijk en waard voor Elkaar. „Wat een mooi gebaar. Namens onze cliënten heel hartelijk dank!”, aldus Rita Jobben.





Samen zorgen wij voor senioren

**De Raatstede**

Dolomiet 2  
1703 DX Heerhugowaard  
T 072 - 576 72 00

**Hugo-Waard**

Gerard Douplantsoen 72  
1701 JT Heerhugowaard  
T 072 - 202 02 60

**Wijkcentrum Het Arboretum**

Tamarixplantsoen 1  
1702 JA Heerhugowaard  
T 06 - 83 25 14 17

**Thuiszorg Pieter Raat**

Dolomiet 2  
1703 DX Heerhugowaard  
T 072 - 576 72 00

[www.dprs.nl](http://www.dprs.nl)  
[info@dprs.nl](mailto:info@dprs.nl)



wonen · zorg · welzijn