



## Voorwoord

# Hoe word ik 100?



**Gabriele Kasten,**  
bestuurder Pieter Raat

Onlangs zag ik de uitzending 'Hoe word ik 100?' van het televisieprogramma Focus op NPO Start. Nog los van de vraag of u deze ambitie heeft, gaf het programma interessante inzichten. Natuurlijk speelt de genetische aanleg van mensen een grote rol in hoe oud iemand uiteindelijk wordt. De Leiden Langleven Studie probeert juist de genetische en biologische mechanismen van gezond oud worden en langlevendheid te achterhalen. Een andere factor is - en ook dat zal u niet verrassen - de levensstijl van mensen. Goed bewegen, gezond eten en weinig alcohol drinken, helpen om een hogere leeftijd te bereiken.

### **Blue Zones**

Naast deze twee bekende invloeden op de leeftijd van mensen, keek het programma ook naar zogenaamde Blue Zones. Blue Zones zijn gebieden in de wereld waar relatief veel mensen in goede gezondheid honderd jaar en ouder worden. Nu is Sardinië daar een bekend voorbeeld van, met zijn aangename klimaat en zijn eeuwenoude tradities. Nog meer honderdjarigen leven echter op het platteland in Ierland. De aanname is dat onder meer het heldere licht en de zuivere lucht bijdragen aan een langer leven. Het allerbelangrijkste is volgens professor Rose Anne

Kenny het rijke sociale leven van veel Ieren. Een grote, veelal dorps- of kerkgemeenschap en goede familiebanden dragen volgens haar bij aan het bereiken van een hoge leeftijd.

### **Betekenisvolle relaties onmisbaar**

Toen ik deze uitzending zag, voelde ik mij gesteund in ons voornemen om bij de nieuwe zorgvilla's Ons Raathuis familie- en naastenzorg een nog prominentere rol te geven. Betekenisvolle relaties zijn zeer belangrijk, dan wel onmisbaar voor een lang en vervuld leven. Onlangs hadden wij twee informatiebijeenkomsten voor

belangstellenden van het in aanbouw zijnde Ons Raathuis. Ik was heel benieuwd hoe senioren en hun families tegen deze nieuwe aanpak zouden aankijken. De meesten zagen het wel zitten om als informele zorgverlener een grotere bijdrage te leveren. Sommigen werden ook heel blij van het idee. Een enkeling gaf aan er alleen voor te staan en geen tijd te hebben.

#### Zoeken & een nieuw ritme

Ik herinnerde mij het verblijf van mijn schoonmoeder in een verpleeghuis in Leiden. Zij leed aan vasculaire dementie en is 'slechts' 91 jaar oud geworden. Haar drie kinderen hadden afgesproken dat iedereen een keer per week bij haar langs zou gaan. In het begin was het even zoeken,

hoe wij vanuit ons oh zo drukke leven aan deze wens zouden kunnen voldoen. Maar binnen de kortste keren vonden wij met elkaar een nieuw ritme. Haar ene dochter ging op woensdag bij haar koken dan wel eten, haar andere dochter verrichtte op vrijdag huishoudelijke taken en wij namen het weekend voor onze rekening. Uiteindelijk hebben wij twee heel mooie jaren met elkaar doorgebracht, waarbij het verpleeghuis ook een heel belangrijke rol vervulde.

Inmiddels is mijn schoonmoeder al weer bijna twee jaar geleden overleden. En hoewel ik toen ze daar ging wonen me nog afvroeg hoe we de zorg voor haar zouden organiseren en inplannen, mis ik nog steeds de ontmoetingen

en wandelingen met haar in het weekend.

#### Familie- en naastenzorg

Gesteund door mijn eigen ervaringen en de twee bijeenkomsten van belangstellenden, kijk ik uit naar de familie- en naastenzorg in Ons Raathuis. In juni nemen de bewoners en de zorgteams hun intrek in hun nieuwe onderkomens. Ook omwonenden, vrijwilligers, jongeren en ouderen krijgen hier een grotere rol en worden actief betrokken bij de zorg van onze senioren. Nog veel meer hierover leest u op pagina 8. Op naar meer verbinding, meer en mooie betekenisvolle relaties en een Heerhugowaardse Blue Zone... Samen op naar de 100!



## Welzijnsactiviteiten tijdens verrassend voorjaar

**Het is voorjaar! We hebben zin om bezig te zijn en in beweging te komen!**

Dat komt mooi uit, want de welzijnsmedewerkers van Pieter Raat bieden een afwisselend activiteitenprogramma voor bewoners van woonzorgcentra De Raatstede en Hugo-Waard en

voor senioren, die zelfstandig wonen in de wijk. Alle Waardse senioren zijn van harte welkom om deel te nemen aan allerlei creatieve, muzikale, culinaire, sport- en spel activiteiten in De Raatstede, Hugo-Waard en in wijkcentrum het Arboretum.

## Activiteitenboekjes

Nieuwsgierig naar de welzijnsactiviteiten in woonzorgcentrum De Raatstede, Hugo-Waard of wijkcentrum het 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.

In beweging...

# Team Hugo-Waard het fitste tijdens Tour de Mile

**Bewegen is een prima medicijn en zorgt ervoor dat senioren fit blijven. Samen bewegen is leuk en bovendien verkleint de kans op ouderdomsziekten en aandoeningen. Zo werken we samen aan onze vitaliteit. Logisch dat bij Pieter Raat onze senioren en medewerkers worden gestimuleerd om in beweging te komen en te blijven. Zoals met de SilverFit-fietsen op onze locaties en tijdens de rollatorloop bij atletiekvereniging Hera.**

#### SilverFit Tour de Mile

Elk jaar organiseert SilverFit een Tour de Mile waarbij het de bedoeling is dat de senioren twee weken lang zoveel mogelijk minuten fietsen. Van 11 tot 22 maart hebben bewoners uit Nederland, België, Frankrijk, Duitsland en Engeland deelgenomen aan de Tour SilverFit Mile 2024. Er deden 130 locaties mee en er zijn in totaal 149.855 minuten gefietst!

„Na twee weken actief meedoen, viel team Hugo-Waard in de prij-

zen. Of beter gezegd viel één van onze deelnemende bewoners in de prijzen. De 102-jarige mevrouw Visser is namelijk uitgeroepen tot 'Tour de fitste', aldus een trotse welzijnscoördinator Carla Gleijsteen. „Vorig jaar werden we eerste in het eindklassement, nu winnen we dus deze titel. Mevrouw Visser was met haar 102 jaar, de oudste deelneemster. Ze was altijd enorm sportief en hield er echt van om met alles mee te doen. Vorig jaar fietste ze ook fanatiek mee met de Tour de

Mile. Helaas is ze onlangs overleden en heeft ze de medaille niet zelf in ontvangst kunnen nemen. De familie van mevrouw Visser reageerde blij verrast, want mevrouw had dit prachtig gevonden. Voor het deelnemende team met senioren is de medaille dan ook een eerbetoon aan onze oudste bewoner. En volgend jaar fietsen we natuurlijk weer mee met de Tour de Mile.”



## 'Zachte bandjes' tijdens Rollatorloop

**Fijn samen aan de rol... Op maandag 15 april namen senioren uit De Raatstede deel aan de rollatorloop van Dijk en Waard Sport bij atletiekbaan Hera.**

Deze loop wordt jaarlijks georganiseerd door Pieter Raat, Dijk en Waard Sport en studenten van de opleiding Sport en Bewegen van het Horizon College. „Mijn bandjes waren net iets te zacht om deze race tot een goed einde te brengen. Vandaar dus dat ik niet als eerste finishte”, grapte een deelnemende senior. „Ach, meedoen is belangrijker dan winnen”. De deelnemers konden rekenen op aanmoedigingen van enthousiaste supporters en gezellige muziek. Bij de stempelpost kregen de senioren fruit en bij de finish werden ze getraceerd op een dik verdiende medaille en koffie of thee met een koek.

# Bonte middag in De Raatstede

Hoe bont kun je het maken tijdens een bonte middag? Best een beetje bont, zo bleek donderdagmiddag 11 april in woonzorgcentrum De Raatstede. Bij Pieter Raat kennen senioren, medewerkers en vrijwilligers een lange traditie van gezamenlijke bonte avonden & middagen. Spetterende sketches, fantastische voordrachten, grappen en grollen en leuke muziekoptredens... Zo'n beetje alles wordt uit de kast gehaald om met elkaar iets moois neer te zetten.

Zo brachten meneer Wijnker en welzijnsmedewerker Angelique op de elektrisch aangedreven duofiets de klassieker In een rijtuigje, bracht mevrouw Heesbeen met een welzijnsmedewerker een liedje over mevrouw Jansen, droeg mevrouw De Vries een zelfgemaakt gedicht voor en vertelde mevrouw Schouten in een West-Fries kostuum in het West-Fries hoe ze 'om 'n koppie ging'. Meneer Strijkers had gelukkig de tekst van 'Een muis in de molen' op karton geschreven, zodat iedereen uit volle borst kon meezingen. En Adri de Boer bracht een ode aan de winkel van vroeger. Ook de medewerkers lieten zich niet onbe-

tuigd: zo waren er optredens van Luv en bracht het gastronomie-team een compilatie van liedjes van André van Duin (van het Piz-zalied en Paard in de gang tot iets met bloemkolen.) Diane zong tot grote hilariteit haar lijflied... Natuurlijk waren er heerlijke hapjes en drankjes.

De presentatie was in handen van welzijnscoördinator Antoinette Bronkhorst, de kostuums zijn bekostigd door Gouden Dagen Heerhugowaard. Wat een succes en vrolijkheid... Dank aan een ieder die deze gezellige middag mede mogelijk heeft gemaakt.



## Nieuwe groep gestart Dagbestedingsactiviteiten voor senioren met dementie, Parkinson en/ of andere aandoeningen

Pieter Raat biedt ook activiteitenprogramma's op maat voor senioren, die zelfstandig wonen in de wijk met beginnende of gevorderde dementie, Parkinson en/ of andere aandoeningen. De dagbestedingsactiviteiten worden aangeboden in kleine groepjes en zijn volledig toegespitst op de behoeftes, wensen en mogelijkheden van de deelnemer. In De Raatstede is een extra kleine groep gestart en is plek voor nieuwe deelnemers. U en uw naaste zijn van harte welkom!

"Thuis zijn, is fijn, maar het is ook prettig om naar de dagbesteding van Pieter Raat te gaan", aldus een deelnemer. „Het geeft ritme aan m'n dagen, ik ontmoet andere mensen en oefen bepaalde vaardigheden. De welzijnsmedewerkers kennen mij en de anderen

van onze kleine groep goed. We hebben onze eigen rustige ruimte, waar activiteiten en rustmomenten worden afgewisseld. De activiteiten passen bij wat we kunnen en wat we leuk vinden. We worden uitgedaagd, maar op een goede manier. We hebben allemaal wel iets. Dat geeft herkenning en voelt ook veilig. Hier word ik gezien, gehoord en begripen ze me. Ook als ik een mindere dag hebben."

**Plek voor nieuwe deelnemers**  
In De Raatstede is een nieuwe, kleine dagbestedingsgroep gestart. Wilt u meer weten, kennismaken of sfeerproeven? Neem vrijblijvend contact met ons op of loop binnen bij een van onze locaties. Onze activiteitenboekjes en de brochure Dagbesteding bij dementie, vindt u op [www.dprs.nl](http://www.dprs.nl) en zijn in gedrukte versie bij ons verkrijgbaar.



Voor senioren met dementie en hun naasten

## Ontmoet-, kunst- en cultuurbijeenkomsten

**Heeft u of uw naaste beginnende dementie? Vanaf april 2024 kunt u samen elke woensdag deelnemen aan de ontmoet-, kunst- en cultuurmiddag in wijkcentrum het Arboretum aan het Tamarixplantsoen in Heerhugowaard. „U kunt met uw partner of naaste vrijblijvend meedoen en aanschuiven”, aldus Antoinette „U bent van harte welkom.”**

Van uitstapjes, wandelingen tot themagesprekken, samen bakken, pubquizen en muziekbingo's, creatief café en IVN-lezing over vogels... „Onder de noemer ontmoet-, kunst- en cultuurmiddag organiseert Pieter Raat activiteiten voor senioren met dementie die zelfstandig wonen in de wijk. Samen bezig zijn, prikkelt de zintuigen en brengt gesprekken op gang”, vertelt Henk Bel-

derok, ervaringsdeskundige en een van de initiatiefnemers van de projectgroep Dementie... En toch een fijne dag. „Dit initiatief en activiteiten zoals de ontmoet-, kunst- en cultuurmiddag helpen om elkaar te blijven ontmoeten en dat is voor mensen met dementie belangrijk, maar ook voor hun partner of mantelzorgers. Tijdens de activiteiten



hoef je niets uit te leggen. Je treft gelijkgestemden en lotgenoten. Partners wisselen ervaringen uit en bovenal hebben we plezier”, aldus Belderok, die nauw betrokken is bij het samenstellen van het activiteitenprogramma voor senioren met dementie uit de wijk.

De projectgroep Dementie... en toch een fijne dag bestaat uit ervaringsdeskundigen en professio-

nals van Geriant, De Pieter Raat Stichting, Alzheimer Nederland, Wonen Plus Welzijn en Cool. Een uitgebreid programma van de ontmoet-, kunst- en cultuurbijeenkomsten vindt u in het activiteitenboekje van wijkcentrum Arboretum. Deze kunt u inzien op onze website en is verkrijgbaar bij onze locaties. Aanmelden voor deze activiteiten via Henk Belderok, tel. 06 - 37 79 40 56 of [hjmag.belderok@quicknet.nl](mailto:hjmag.belderok@quicknet.nl).



## Wervingsevent groot succes

Een hartverwarmende middag met een knipoog... Dat hadden de organisatoren van het wervingsevent voor nieuwe medewerkers en vrijwilligers in de ouderenzorg bij Pieter Raat voor ogen. „En dat is gelukt op dinsdag 13 februari bij woonzorgcentrum Hugo-Waard”, aldus Francien Draijer, HR-manager bij Pieter Raat. Bezoekers maakten tijdens Love to work @ Pieter Raat kennis met senioren, medewerkers en vrijwilligers van Pieter Raat. Naast rondleidingen, stonden er diverse activiteiten op het programma. „Blikvanger was de originele Silverstream-caravan, bekend van het tv-programma 'All you need is love', die in de tuin langs de Van Veenweg stond geparkeerd. Een flink aantal senioren, medewerkers en buurtkinderen hebben daarin een videoboodschap opgenomen. Ze hadden de grootste lol en wilden graag meewerken aan een filmpje. Sommige boodschappen waren echt ontroerend mooi.”

De filmpjes weerspiegelen precies wat werken en leren in de ouderenzorg inhoudt: „Ons werk is mooi en uitdagend”, aldus een zorgmedewerker. „Er wordt met

heel veel liefde hard gewerkt, veel gelachen en soms ook een traantje weggepinkt. Goede gesprekken en humor maken ook deel uit van ons dagelijks werk. Het contact met onze senioren en hun naasten is warm. We zorgen samen voor onze senioren, bieden professionele, persoonsgerichte zorg, een mooie dag en een rustige nacht. En we krijgen allerlei kansen om opleidingen te volgen, zoals de Fieldlab-opleiding en dementietrainingen.” „Ik ben zo blij met de meiden die me in Hugo-Waard verzorgen. Ze zijn net m'n kinderen. Zo voelt



het echt”, vertelt een dame op leeftijd in een van de filmpjes.

### Filmpjes uit de Love is all you need-caravan

Nieuwsgierig naar de opgenomen videoboodschappen? De hartverwarmende, blij-makende en ontroerend mooie oproepjes en filmpjes van senioren, medewerkers, vrijwilligers en buurtkinderen staan op de site van Pieter Raat: [www.dprs.nl/ontdekdezorg](http://www.dprs.nl/ontdekdezorg) en staan op onze socials. Benieuwd naar onze vacatures? Kijk op [www.dprs.nl/vacatures](http://www.dprs.nl/vacatures)



▶ Ontroerende videoboodschap van Mieke (l) en Laura (r) (bekijk alle filmpjes op [www.dprs.nl/ontdekdezorg](http://www.dprs.nl/ontdekdezorg))

## In het zonnetje tijdens jaarlijks vrijwilligersfeest

Bij Pieter Raat zorgen we samen voor senioren. Met betaalde krachten, vrijwilligers, familieleden en naasten. Hoe fijn dat zij ons ondersteunen: ze zijn onze extra handen, ogen en oren, helpen onze cliënten en medewerkers waar ze kunnen. En sommige van hen doen dit al heel lang! Elk jaar zetten we onze vrijwilligers en de jubilarissen in het bijzonder in het zonnetje tijdens een vrijwilligersfeest. Op 10 april schoven 120 van hen aan voor een gezellige avond, met informatie, muziek en lekker eten.

Vrijwilligerscoördinator Gery Vermeer opende het feest en heette alle aanwezigen welkom. „Wist u dat er 148 dames en 69 mannen als vrijwilliger bij Pieter Raat actief zijn? Daarbij is de oudste vrijwilliger 92 jaar en de jongste 22, een verschil van 70 jaar! Twee vrijwilligers zijn al 35 jaar aan ons verbonden, een ander viert volgend jaar zelfs een 40-jarig jubileum. Dat is echt ongelooflijk lang”, aldus een enthousiaste Vermeer

### Betekenisvolle relaties

Vrijwilligers worden in de toekomst nog belangrijker, zo stelde bestuurder Gabriele Kasten. „It takes a village to raise a child and it takes a community to care for elderly”. Vrijvertaald, betekent dit dat een hele gemeenschap nodig is om kinderen op te voeden en senioren een mooie laatste levensfase te bezorgen. Vrijwilligers zijn daarbij onmisbaar.” Ook Paul Jeroen Verkade, kwartiermaker van de nieuwe locatie Ons Raathuis, benadrukte het belang van betekenisvolle relaties voor

ouderen. „Vrijwilligers zijn een belangrijke schakel. Een nieuwe locatie leent zich ervoor om zaken anders te doen. Wij willen het informele netwerk, waaronder familie, naasten, mantelzorgers en vrijwilligers nog actiever en structureler bij de dagelijkse werkzaamheden en activiteiten in Ons Raathuis betrekken.” Kasten voegt eraan toe: „Natuurlijk heeft dat enerzijds te maken met de krapte op de arbeidsmarkt. Anderzijds zien wij dat betekenisvol contact met anderen een van de basisbehoeften is van ouderen. Naasten en vrijwilligers zijn onmisbaar.”

### Jubilarissen

Een flink aantal vrijwilligers is tijdens het feest gehuldigd vanwege hun jarenlange inzet. Vrijwilligerscoördinator Gery Vermeer: „Twee vierden zelfs hun 35-jarig jubileum! Wat een mijlpaal! Natuurlijk waren er bloemen en kregen de jubilarissen een persoonlijk woordje van dank!” In de loop van de avond werd de stemming steeds uitgelatener. Na het heerlijke Indonesische buffet uit de keuken van Pieter Raat, gingen de voetjes van de vloer. Met zanger en gitarist René Bes, was er geen houden meer aan. „Meezingen, meedansen, het was het leukste vrijwilligersfeest ooit”, vertelde een enthousiaste dame.



## Vrijwilligers gezocht

Ook vrijwilligerswerk doen bij Pieter Raat? Voor een paar uurtjes per maand of per week? Graag! Wij bieden onze vrijwilligers een plezierige (werk)omgeving, oprechte waardering, heel veel mooie momenten, opleidingsmogelijkheden, een eindejaarsgeschenk, het jaarlijkse vrijwilligersfeest en meer!

Meer weten? Neem contact op met Gery Vermeer, vrijwilligerscoördinator, tel. 06 – 49 31 75 77, of mail naar [g.vermeer@dprs.nl](mailto:g.vermeer@dprs.nl) Vrijwilligers die nieuwe vrijwilligers aanbrengen, komen in aanmerking voor een cadeaubon van Bol.com.



# 11-06 Open dag nieuwe zorgvilla's Oplevering en verhuizing naar Ons Raathuis

**De opleverings- en verhuisdatum voor Ons Raathuis zijn geprikt! Aannemer Van Wijnen verwacht op 2 mei de nieuwe zorgvilla's aan het Rembrandt Erf op te leveren, de feestelijke open dag is dinsdag 11 juni en op donderdag 20 juni nemen bewoners van Meezorg 4 uit De Raatstede hun intrek in hun nagelnieuwe appartementen. „We zijn alles aan het voorbereiden en druk bezig met een gedetailleerd verhuisplan. We zijn van plan om in één dag over te gaan. Als alles van te voren goed is ingepakt en gelabeld, is dat haalbaar. De bewoners van Meezorg 4 maken op 20 juni samen een uitstapje. „, aldus een enthousiaste zorgmanager en kwartiermaker Paul Jeroen Verkade. „We kijken er enorm naar uit om onze intrek te nemen in Ons Raathuis.”**

## Nieuwe naam

Ons Raathuis is de naam voor onze nieuwe zorgvilla's aan het Rembrandt Erf. „Lang gebruiken we 'het nieuwe Hugo Oord' als werknaam voor onze nieuwe zorglocatie. Logisch, als je bedenkt dat het oude Hugo Oord zich hier sinds 1956 bevond. Aan de wieg van dat bejaardenhuis stonden negen Heerhugowaardse burgers. Hugo Oord is gebouwd met hulp van die burgers, de gemeente en mogelijk gemaakt met een lening van de bank. Vier Zusters van de orde Franciscanessen en elf zogenoemde lekenkrachten zorgden voor de ouderen. Bewoners en hun families werkten heel actief mee in Hugo Oord. Zo hielpen ze in de keuken, de huishouding, de linnendienst en bij het onderhoud van het gebouw. Vandaag de dag weten we dat de ouderenzorg van de toekomst een zorg is van ons allemaal: van naasten, familieleden, burens, vrijwilligers, betaalde krachten, van jong en ouder... Iedereen hoort er bij en doet mee. Ook senioren met dementie! Ook hun familieleden. Onze nieuwe zorgvilla's zijn de plek om dit in de praktijk te brengen en nog intensiever samen te werken met informele zorgverleners! In Ons Raathuis zorgen we dus samen voor senioren. Ons Raathuis is dus een combinatie van oud en nieuw. Van een verwijzing naar hoe het vroeger was, naar onze hedendaagse visie en hoe we samen vormgeven aan de

persoonlijke en professionele ouderenzorg van de toekomst.”

## Oplevering

Aannemer Van Wijnen levert Ons Raathuis naar alle waarschijnlijkheid op donderdag 2 mei op. De maand mei wordt vervolgens



benut voor het schoonmaken, installeren van zorgtechnologie, het ophangen van gordijnen, ontvangen van meubels voor de algemene ruimtes et cetera. „Begin juni start het team met training in de keuken en met bedrijfshulpverlening. Op 11 juni 2024 organiseren we een feestelijke opening. Daarna kunnen de bewoners van Meezorg 4 verhuizen naar de nieuwe locatie aan het Rem-

brandt Erf nummer 40.”

## Hulp

Enkele enthousiaste vertegenwoordigers van Meezorg 4-bewoners hebben aangegeven graag te willen helpen met de verhuizing. „Heel fijn dat verte-

genwoordigers zo betrokken zijn! We zijn heel blij met de geboden hulp en ondersteuning. Het is een goed begin van de familieparticipatie die we voor ogen hebben in Ons Raathuis.”

## Verhuizing

De verhuizing heeft natuurlijk best wat voeten in aarde, maar een goede voorbereiding is het halve werk. „We hebben met De

Graaf Verhuizingen de verhuisdatum vastgesteld: op donderdag 20 juni gaan we over. We verwachten in één dag de complete inboedel van de zorgstudio's van Meezorg 4 te verhuizen. Met de eerst verantwoordelijke verzorgenden Jolanda en Danique en andere teamleden van onder meer facilitair en het Client Service Bureau werken we aan een gedetailleerd verhuisplan. Zodra dat verhuisplan klaar is, leggen de EVV'ers contact met de vertegenwoordigers van de Meezorg 4-bewoners. Om afspraken te maken over de voorbereiding, de daadwerkelijke verhuizing en de nazorg.” De bewoners zelf gaan donderdag 20 juni een dagje op pad. „We zijn van plan om op de verhuisdag met alle bewoners een dagje uit te gaan. Onze welzijnscollega Annet Bakker heeft een leuk idee hiervoor. Meer info volgt binnenkort.”

In de aanloop van de verhuizing worden vertegenwoordigers nog uitgebreid geïnformeerd over administratieve zaken, die zij zelf regelen. „Denk daarbij aan het doorgeven van de nieuwe woonlocatie van de naaste bij de gemeente, aan het abonnement voor radio- en televisie- signaal,

het inleveren en ontvangen van sleutels. Uiteraard is het mogelijk om voor de verhuizing op 20 juni al in de nieuwe zorgvilla te komen bekijken. We laten de vertegenwoordigers op een later moment weten wanneer dit mogelijk is.”

## Formatie nieuw team

In de tweede zorgvilla, aan het Rembrandt Erf nummer 41, komen geïnteresseerden van de wachtlijst te wonen. Hiervoor wordt een nieuw team van medewerkers samengesteld. Verkade: „Dit gaat voorspoedig. Inmiddels zijn er voldoende verpleegkundigen, verzorgenden en helpenden aangetrokken om per 1 juni 2024 een nieuw team te laten starten. Voor beide zorgvilla's hebben we vooral nog ruimte voor nieuwe Fieldlab-leerlingen. Ook dienen we nog het rooster voor informele zorgverleners uit te werken.”

## Terugblik infobijeenkomsten

Op donderdag 14 maart vonden twee informatiebijeenkomsten plaats voor vertegenwoordigers van cliënten met een zogenoemde ZZP 5-indicatie, die op de wachtlijst staan bij Pieter Raat. Verkade hield een presentatie

over de gemaakte keuzes en de ontwikkeling van Ons Raathuis. „Tijdens de bijeenkomsten hebben we heel duidelijk uitgelegd dat we in de nieuwe zorgvilla intensief gaan samenwerken met informele zorgverleners. We willen echt afspraken maken met elkaar. Wat zijn de intenties en in hoeverre kunnen naasten aanwezig zijn bij en helpen tijdens activiteiten? Of participeren in de zorg? Wat kunnen andere informele zorgverleners? Daar werden vanuit het publiek natuurlijk vragen over gesteld. Ook was er begrip voor de wens om op deze manier te gaan werken. Andere aanwezigen gaven juist aan enorm behoefte te hebben aan en uit te kijken naar een dergelijke vorm van familieparticipatie. Cliënten en vertegenwoordigers konden na afloop kenbaar maken of zij gebeld wilden worden om op de wachtlijst voor Ons Raathuis te komen. Daar is goed gebruik van gemaakt.”

Meer weten over Ons Raathuis, familieparticipatie, of de verhuizing? Neem contact op met: Paul Jeroen Verkade, [p.verkade@dprs.nl](mailto:p.verkade@dprs.nl)

## Uitnodiging opening Ons Raathuis op 11 juni

Voordat onze senioren hun intrek nemen in Ons Raathuis aan het Rembrandt Erf 40 en 41 organiseert Pieter Raat op dinsdag 11 juni een open middag en officiële opening voor senioren, naasten, vrijwilligers, omwonenden, betrokken partijen en relaties. Inloop vanaf 14.00 uur, het officiële programma start om 14.30 uur. Na een aantal korte toespraken verrichten enkele kinderen en senioren een bijzondere handeling en daarmee de feestelijke opening van Ons Raathuis. Aansluitend vinden er doorlopend rondleidingen plaats door de nieuwe zorgvilla's, zodat u kunt sfeerproeven. Uiteraard heffen we heel graag met u en de andere aanwezigen het glas! U bent van harte welkom!

Cadeau-idee: cadeaubon voor / financiële bijdrage aan de tuin.



# ‘Tortelduifjes samen in de keuken’

## Hans en Annelies koken met liefde

**De liefde van de man gaat door de maag, zo luidt een bekend spreekwoord. Maar wat nu als die grote liefde zelf kok is en je samen in het gastronomieteam bij een ouderenzorgorganisatie werkt? Bij Pieter Raat werkt een heus liefdeskoppel: gastronomiemedewerker Annelies Duijn (53) en dieetkok Hans Danenberg (65), door collega's ook wel de 'tortelduifjes' uit de keuken genoemd. „Ja, we hebben elkaar inderdaad bij Pieter Raat leren kennen. Dat is nu al zo'n 21 jaar geleden en we zijn nog steeds heel blij met elkaar. Ook de liefde van de vrouw gaat door de maag”, weten deze twee.**

Hans en Annelies werken vanaf 2002 bij Pieter Raat. Hij kwam in maart in dienst in de keuken van De Raatstede, zij ging in mei van dat jaar aan de slag in de keuken van het voormalige Hugo Oord. „Toen ik daar begon, kwam ik net uit een scheiding. M'n kinderen, toentertijd 2, 4 en 6 jaar oud, waren om het weekend bij hun vader, dus ik was heel blij met m'n baan als weekendhulp. Hans viel me direct op. Met de Pieter Raat- bus ging ik vanuit Hugo Oord eten halen in De Raatstede. Vervolgens reed ik Tafeltje Dekje- maaltijden en ging ik naar Hugo Oord. Later in de middag kwam ik terug naar De Raatstede en zag ik Hans weer.”

### Briefje via een collega

Hans vond Annelies direct leuk. „Ja, ik had al snel een 'klein oogje' op haar. Na een personeelsuitje in Uitgeest bij Bob's, heb ik haar thuisgebracht. Toch was ik terughoudend, want ik wist dat ze net een scheiding achter de rug had.” Dat veranderde toen hij een uitnodiging kreeg van Annelies. „In de spoelkeuken kreeg ik een briefje van Annelies met de vraag of ik mee wilde naar een toneelvoorstelling in het Kruis. Ze was te verlegen om het direct te vragen. Ik hou niet zo van toneel, maar we

gingen en nu zijn we ruim 21 jaar verder”, stelt Hans lachend. In het begin hielden ze hun relatie stil. „Toch merkten de collega's het wel, hoor. Ik kwam steeds vroeger naar De Raatstede, zodat ik met Hans een kopje koffie kon drinken. We waren echt verliefd en na het personeelsuitje ging het snel.” „Wat er zo leuk is aan Annelies? Ze is heel lief.” Zij over hem: „Hij is heel zorgzaam, staat altijd klaar.”

### ‘We lieten er geen gras over groeien’

De twee kochten samen een huis. „We waren geen 18 meer, dus dan laat je er geen gras over groeien. Annelies had al drie kinderen. Dat is best pittig. We hebben heel duidelijk afspraken gemaakt. En verder ging het eigenlijk vanzelf.” Annelies: „Het scheelt natuurlijk dat de kinderen heel jong waren. Hans ging mee naar voetbal en haalde ze op van school. En je zei ook altijd: jouw kinderen zijn mijn kinderen. Zo voelde dat ook echt.” Tot ze gingen puberen, lacht Hans. „Dan proberen ze wel eens wat uit, he?! En dat mag ook, dat hoort bij de leeftijd.” Inmiddels zijn de drie kinderen volwassen en woont er nog maar eentje thuis. Samen onregelmatige diensten bij dezelfde werkgever. Hoe is dat? „Het was

juist in het begin handig dat we om het weekend werkten, zodat er altijd wel een van ons thuis was voor de kinderen. Later zeiden de kinderen dat er thuis veel over werk werd gepraat. Dat klopt wel. Het is fijn om je verhaal bij elkaar kwijt te kunnen. We kennen allebei de organisatie, de collega's en de bewoners.”

### Twee locaties

Annelies werkt vooral in Hugo-Waard, Hans vooral in De Raatstede. „Het is weliswaar één organisatie, maar we werkten de afgelopen jaren vooral op twee verschillende locaties. Dat is prettig. Dan hou je het een beetje gescheiden. Bewoners en collega's reageerden eigenlijk vanaf het begin heel positief op onze relatie. Bij Personeelszaken vonden ze het geen punt dat we een relatie hadden. Dat is toch fijn. Het scheelt dat we samen heel nuchter en niet klef zijn. Hans is voor mij net zo streng als voor de andere gastronomiecollega's.”

Hugo-Waard is net even kleinschaliger dan De Raatstede. „Ik ken daar alle bewoners”, stelt Annelies. Het is fijn dat we daar een open



keuken hebben. Bewoners vragen of ze kunnen helpen met koken en hoe het met Hans is. Dat persoonlijke contact maakt het extra leuk”, vertelt Annelies. Hans zou ook graag een open keuken willen in De Raatstede. „Dan heb je nog meer contact met bewoners en bezoekers. Er zijn al langer plannen voor de verbouwing van de keuken en het restaurant van De Raatstede. Over twee jaar ga ik met pensioen, dus ik hoop dat de verbouwing voor die tijd klaar is. Het zou fantastisch zijn, als ik dat nog kan meemaken.”

### ‘Ouderen hebben wel degelijk een goede smaak’

Van kok, ontwikkelde Hans zich in de afgelopen jaren tot gespecialiseerde dieetkok. „Koken voor veel verschillende mensen is een kunst. Steeds meer mensen eten zoutloos of zoutarm, gluten-, lactose- of suikervrij, ze volgen een medisch dieet of hebben allergieën... Het is voor het gastronomieteam de uitdaging om lekker, gezond en gevarieerd te koken voor iedereen. Ook als mensen een dieet of speciale wensen hebben. Als dieetkok adviseer ik de mensen. Binnen bepaalde kaders heb ik de vrije hand en kan ik me creatief uitleven. Duurzamer, plantaardiger, meer biologisch en uit de streek... Koken is nooit saai en

eten verbindt. Er wordt wel gezegd dat ouderen niet zo veel proeven, maar ze hebben wel degelijk een goede smaak. Daarom proef ik de maaltijden altijd vooraf. Want het moet gewoon goed.” Volgens Annelies is werken met ouderen heel dankbaar werk. „Als het goed is, hoor je het. En andersom ook.”

De liefde van Hans en Annelies gaat door de maag. „Wie er thuis kookt? Hans, natuurlijk! Ik doe de inkopen, Hans kookt.” Uit eten gaan, doen de twee eigenlijk zelden. „Voor ons heeft buiten de deur eten weinig meerwaarde. Dan maken we het liever thuis gezellig. We houden allebei van zalm met spinazie en van Hollandse pot. Daar genieten we enorm van.”

### Pensioen

Nog twee jaar, dan gaat dieetkok Hans met pensioen. „Ja, we zijn al plannen aan het maken. Annet blijft nog lekker werken en ik ga waarschijnlijk vrijwilligerswerk doen. We hebben genoeg gezamenlijke hobby's, zoals fietsen, koken en weekendjes weg. Daarnaast hou ik van tennis en ben ik graag onder de mensen. In een gat vallen, doe ik zeker niet na mijn pensioen. Dat komt wel goed, hoor. Maar voorlopig koken en serveren we met veel plezier maaltijden voor onze senioren.”

## Samen zorgen wij voor senioren

Dit gesprek is het derde in een reeks van gesprekken met medewerkers en/of vrijwilligers die als familie- of gezinsleden samen bij Pieter Raat werken. Eerder interviewden we flexwerker en kleindochter Esmee en haar oma en kookvrijwilliger Nel en gastronomiemedewerker/ moeder Elly en verpleegkundige/ dochter Mariska Nolten.



Gouden Dagen-voorzitter Frits Weel speelt de rol van Pieter Raat. ◀

Voor en door cliënten,  
medewerkers en  
vrijwilligers

## Exclusieve theater- voorstelling Pieter leeft!

Met trots presenteren wij... theatervoorstelling Pieter leeft! Op zaterdag 6 en zondag 7 juli brengen medewerkers, cliënten, naasten en vrijwilligers samen deze mooie, ontroerende en soms ook hilarische voorstelling over ouder worden op de planken in eventcenter 'Heer Hugo' in Heerhugowaard. „Het is een bijzondere coproductie waar al maandenlang wekelijks heel hard aan wordt gewerkt. Deze voorstelling is door en voor medewerkers, vrijwilligers, cliënten en naasten. Gebaseerd ook op waargebeurde

belevissen van medewerkers en cliënten in de ouderenzorg. We kijken er enorm naar uit om Pieter leeft! in juli op te voeren”, aldus enthousiaste welzijnscoördinatoren Carla Gleijsteen en Antoinette Bronkhorst.

### De verhaallijn

Pieter Raat (1775 – 1853) komt terug uit Zuid-Holland. Voldaan, maar vermoeid, kijkt hij terug op zijn leven. Zijn dochter is van mening dat hij niet meer zelfstandig kan wonen en stelt voor om te verhuizen. Met een tijdsprong

komt Pieter Raat terecht in verpleeghuis De Raatstede. De 80-jarige Siemen Rood neemt, gestimuleerd door zijn dochter, zijn intrek in een appartement in De Raatstede. Siemen verzet zich tegen alles, tot hij de weduwe Tiny Langedijk ontmoet...

### Rijke traditie

Het verhaal voor de theatervoorstelling Pieter leeft! zat al heel lang in de pen, zo vertellen Carla en Antoinette. „In het voormalig woonzorgcentrum Hugo Oord hadden wij een rijke traditie van

bonte avonden. Tijdens deze avonden voerden medewerkers kleine toneelstukjes op voor bewoners en familieleden. Ook werden er liedjes gecomponeerd en gezongen. De teksten hiervan zijn al die jaren bewaard gebleven. Deze dienden als basis voor het theaterstuk Pieter leeft!”

### Repetities & voorbereidingen

De afgelopen maanden is er wekelijks op maandagavond door verschillende groepen gerepeteerd in wijkcentrum het Arboretum. Ook de decors en kostuums zijn zo veel mogelijk van eigen hand. „Om de verhalen van de bonte avonden tot een script met tekst en liedjes aan te vullen, is een groot aantal bewoners en medewerkers geïnterviewd over hun ervaringen bij Pieter Raat. Tijdens deze bijeenkomsten zijn veel persoonlijke herinneringen opgehaald en gedeeld, van grappige anekdotes bij de kapper tot ontroerende momenten tijdens de coronapandemie en de hulp die we kregen van defensiemedewerkers. De historische vereniging van Heerhugowaard heeft vervolgens geholpen om de herinneringen in een historische context te plaatsen. Deze schat aan hartverwarmende, komische en aangrijpende verhalen is daarna door een schrijversclub samengevoegd tot de theater- en muziekvoorstelling Pieter leeft!”

### Regie & muziek

„Welzijnsactiviteiten organiseren, gaat ons heel goed af, maar een toneelstuk regisseren is andere koek”, zo realiseerden de enthousiaste Antoinette en Carla zich al snel. „Zeker als er ook nog zang bij komt. Gelukkig hebben wij Ben Bruin bereid gevonden, om de regie op zich te nemen. Ben heeft ervaring als regisseur bij een toneelvereniging in Obdam,” vertelt bestuurder Gabriele Kasten. „Hij creëert met zijn empathie en passie voor theater een

omgeving waarin iedereen zich gehoord, gezien en gewaardeerd voelt.” Yvonne Leek neemt de muzikale leiding voor haar rekening. „Toen Yvonne voor het eerst met het koor van Pieter Raat repeteerde, kreeg ik meteen kippenvel. Met veel enthousiasme pakten de koorleden de liedjes op. Het klonk meteen fantastisch!” Samen zorgen Ben en Yvonne ervoor dat iedereen, zowel voor als achter de schermen, hun stem kan laten horen. „Wij zijn amateurtheater gewend, maar deze productie is wel heel bijzonder. Tijdens de repetities van de acteurs en zangers spat het enthousiasme ervan af. De betrokkenheid van de acteurs, zangers, podiumbouwers, rekvisietenverzamelaars en al die anderen, die hun steentje bijdragen, leidt tot een geweldige sfeer en voorstelling!”

### Kaartverkoop Pieter leeft! start 3 juni

De kaartverkoop voor theatervoorstelling Pieter leeft! vindt plaats op maandag 3 juni van 14.30 uur tot 16.00 uur in woonzorgcentrum De Raatstede en op dinsdag 4 juni van 10.30 tot 12.00 uur bij woonzorgcentrum Hugo-Waard, G. Douplantsoen 72. Kaartjes kosten € 4,- per stuk, uitsluitend betaling met pin. N.B. voor de voorstellingen is een beperkt aantal rolstoelkaarten beschikbaar. Na deze voorverkoopdata, zijn de kaarten verkrijgbaar via onze website en tijdens kantooruren bij de receptie van De Raatstede. De voorstelling is mogelijk gemaakt door een subsidie van Fonds Sluyterman van Loo & Lang Leve Kunst Fonds.

### Voorstellingen

**Zaterdag 6 juli** 14.00 uur & 18.30 uur

**Zondag 7 juli** 11.00 uur & 15.00 uur

Locatie:

Heer Hugo, Gildestraat 2, Heerhugowaard



## Beeldzorg via de Compaan Thuiszorgmaatje op 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!

### Beeldbellen met zorg & familie

Met de Compaan kunt u ook contact houden en beeldbel-

len met familie en vrienden en spelletjes doen. „Er zijn nog veel meer mogelijkheden waarvoor de Compaan kan worden ingezet”, vertelt wijkverpleegkundige Mariëlle.

### De kletsknop

„Zo is er elke vrijdag van 11.00 tot 11.30 uur een 'kletsmoment'. Met een druk op de zogenoemde 'kletsknop', wordt een beeldverbinding tot stand gebracht met een andere Compaangebruiker en kan er gezellig worden gekletst. Aangezien de thuiszorgcollega's ook wel van een kletspraatje houden, doen wij gezellig mee vanaf kantoor. Zo krijgen de mensen een gevoel

van verbinding en ervaren ze minder eenzaamheid.”

### Meer weten?

De Compaan is dus meer dan beeldzorg op afstand, maar geeft ook een aanvulling op het dagelijks leven. Hierdoor kunnen cliënten meer en makkelijker contact krijgen met familieleden, zorgprofessionals en/of andere Compaan-gebruikers.



„Wat een uitvinding die Compaan! Het fijne van beeldzorg is dat je direct een-op-een contact hebt en de thuiszorgmedewerkers ziet, zonder dat ze bij je over de vloer komen. Het maakt niet uit of ik bij m'n kinderen op bezoek ben of elders. Hiermee kan ik zelfs op vakantie hulp krijgen van m'n eigen thuiszorg. Want de Compaan neem je gewoon mee. Heel handig!”, aldus mevrouw Bras.

## Samenwerking

De Compaan en beeldzorg worden aangeboden door Thuiszorg Pieter Raat in samenwerking met Magentazorg. Laatstgenoemde beschikt over het servicecentrum. De opvolging en zorg wor-

den geleverd door een speciaal beeldzorgteam.

### Bent u nieuwsgierig naar beeldzorg via de Compaan?

Bel of mail met de wijkverpleeg-

kundigen 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.

Thuiszorg Pieter Raat

## 'We zijn zo dankbaar voor het Volledig Pakket Thuis'

**Zo lang mogelijk zelfstandig blijven wonen en zelf de regie houden... Dat is wat veel senioren willen. Toch kunt u te maken krijgen met veranderingen in uw gezondheid, waardoor u ondersteuning en anderen nodig heeft. Soms zelfs meer dan de hulp die familieleden, vrienden en burens kunnen bieden. Bij Pieter Raat kijken onze wijkverpleegkundigen tijdens een adviesgesprek met u en uw naaste(n) wat u zelf kunt doen, wat familieleden, vrienden en burens voor u betekenen, en wat de welzijns- en zorgmedewerkers van Pieter Raat voor u en uw netwerk kunnen betekenen.**

Naast advies, huishoudelijke hulp, (gespecialiseerde) thuiszorg, individuele begeleiding, dagbesteding, personenalarmering en maaltijdservice aan huis biedt thuiszorg Pieter Raat ook een zogenoemd Volledig Pakket Thuis (VPT) en een Modulair Pakket Thuis (MPT). Met een VPT krijgt u dezelfde zorg als in een van onze woonzorgcentra, maar dan bij u thuis. Met VPT is 24 uur per dag, ondersteuning en zorg beschikbaar, op vaste momenten en op afroep. Ook zijn de mogelijkheden voor individuele begeleiding groter, bijvoorbeeld voor een uitstapje of een bezoek aan de dokter. In samenwerking met uw netwerk zorgen we ervoor dat ook uw naasten zich gesteund voelen in de hulp en zorg die zij u bieden.

### Modulair Pakket Thuis (MPT)

Bij een MPT zijn er ook meer mogelijkheden voor zorg, dagactiviteiten en begeleiding. „Alarmering, maaltijden etc. regelt u of uw netwerk echter zelf. Ook de mogelijkheden voor incidentele, ongeplande inzet, uitstapjes en begeleiding naar bijvoorbeeld de dokter zijn kleiner dan bij een VPT.

	MPT	VPT
Verzorging	✓	✓
Verpleging	✓	✓
Huishouding	✓	✓
Begeleiding (gepland)	✓	✓
Begeleiding (incidenteel)	✗	✓
Dagbesteding/ dagactiviteiten	✓	✓
Alarmering	✗	✓
Broodmaaltijden	✗	✓
Warme maaltijd	✗	✓
Wasverzorging	✗	✓
Activiteiten	✗	✓
Vervoer	✗	✓

## 'Als ik nu op bezoek kom, zijn we weer echt moeder en dochter'

Mevrouw Tinie de Vries (bijna 85) woont zelfstandig in de directe omgeving van De Raatstede en maakt gebruik van het Volledig Pakket Thuis (VPT). Haar dochter Carina vertelt: „Mam wist zich altijd prima te redden. Wel merkten we dat ze vergeetachtiger en somberder werd. Ondanks regelmatige bezoeken van mij en andere familieleden, vereenzaamde ze. Op sommige dagen hoor ik m'n eigen stem niet eens, zei ze dan. Nadat ze vorig jaar april was gevallen, kwamen we via Geriant in contact met een wijkverpleegkundige van Pieter Raat. We hebben samen gekeken wat mogelijk was om mam zo lang mogelijk zelfstandig te laten thuis wonen. Dat is gelukt! Nu krijgt ze huishoudelijke hulp en zodra ze dat nodig heeft, alle dagen thuiszorg. Ze wordt 's ochtends en 's avonds gebeld via De Compaan, ze neemt drie dagen per week deel aan de dagbestedingsactiviteiten in De Raatstede, ze heeft alarmering en Tafeltje Dekje. Zorgassistent Carola komt op vrijdag, houdt haar gezelschap en kijkt wat er nodig is aan boodschappen. Laatst ging ze zelfs mee naar de huisarts. We zijn echt dankbaar voor dit alles. Het geeft ons als familie lucht en het belangrijkste: mam staat positiever in het leven. Als ik nu op bezoek kom, zijn we weer moeder en dochter en is er ook tijd voor leuke dingen. Dat is echt heel fijn.”





# Persoonsgerichte zorg in de praktijk

**Bij Pieter Raat zetten we de komende jaren nog nadrukkelijker in op persoonsgerichte en persoonlijke zorg. Dat doen we samen, door het bieden van een mooie dag, een rustige nacht, een goed gesprek en door de (kracht)bronnen van de cliënt en onze medewerkers te benutten. Dat klinkt mooi... maar hoe gaat dat in de dagelijkse praktijk?**

In de zorg voor ouderen verschuift het accent steeds meer van veiligheid en medische behandeling naar welzijn en zingeving en uiteindelijk waardig sterven. Deze verschuiving is het gevolg van maatschappelijke veranderingen én veranderende inzichten over ouder worden. Zo vergrijzen Nederland en Europa, worden senioren steeds ouder, blijken sociale contacten een belangrijke bron van zingeving, moeten we "moeite" doen om ons brein vitaal te houden, eiwitrijk eten om onze spieren te behouden en spierkracht en balans trainen om valrisico te verminderen.

## **Denktank: kijken vanuit meerdere gezichtspunten**

„Ook Pieter Raat beweegt mee met deze veranderingen, waarbij wij oog hebben voor wensen, behoeften, zelfredzaamheid en betekenisvol-

le relaties van onze cliënten en bewoners”, zo vertelt Mariëlle de Ridder, zorgmanager bij Pieter Raat. „Daarvoor is begin 2023 de "Denktank Persoonsgerichte zorg" opgericht met afvaardiging uit de gehele organisatie. De opdracht van deze denktank is om visie te ontwikkelen en uit te werken die helpt om blijvend passend zorg te bieden voor de toekomst. Dit doen we door te kijken naar wat belangrijk is vanuit het gezichtspunt van senioren, hun naasten en netwerk als ook vanuit vrijwilligers en zorgmedewerkers.” Kort samengevat is de persoonsgerichte visie van Pieter Raat terug te zien in het realiseren van: een mooie dag, een rustige nacht, een goed gesprek, eigen kracht en samen sterk. „Wij vinden het belangrijk om onze cliënten en diens netwerk goed te leren kennen, daar steeds bij aan te sluiten en de eigen regie over het leven helpen te vergroten of te behouden.”

## **'Samen op reis'**

De Ridder legt graag uit wat persoonsgerichte zorg bij Pieter Raat inhoudt. „Wij zien onze betrokkenheid in het leven van onze senioren als samen op reis gaan. In deze cliëntreis ontmoeten wij elkaar, spreken we (tussentijdse) bestemmingen met elkaar af en verdelen we de taken. Belangrijk is dat wij samen duidelijk hebben waar we heen gaan, wie wat doet, zodat we elkaar goed begrijpen en tijdig kunnen bijsturen. De senior blijft te allen tijde zelf aan het stuur met Pieter Raat als reisbegeleider, zodat hij of zij steeds met vertrouwen een volgende bestemming tegemoet kan zien.”

## **Verhuizen naar een woonzorglocatie**

Een belangrijk station in de cliëntreis is het moment dat een senior gaat verhuizen naar één van onze woonlocaties. „Om dit goed te laten verlopen, hebben we de route opnieuw uitgestippeld en een huisbezoek toegevoegd. Door thuis kennis te maken met de nieuwe bewoner en diens eerste contactpersoon, ontstaat de gelegenheid de huidige leefomgeving te zien, vragen te beantwoorden, vooruit te kijken naar de verhuizing en zo een warm welkom te realiseren met bekende gezichten op de nieuwe bestemming. Het is de bedoeling dat deze huisbe-

zoeken gaan plaatsvinden in de week voorafgaand aan de daadwerkelijke inhuizing. We zijn nog volop lerende, maar de eerste ervaringen zijn positief!”

## **Op huisbezoek**

Recent hebben Manon, één van onze Eerst Verantwoordelijke Verzorgenden (Evv-er) en verpleegkundige Linda van de afdeling Basiszorg een toekomstige bewoner van De Raatstede thuis bezocht. Hieronder leest u hoe zij hun eerste huisbezoek hebben ervaren.

## **Meer weten?**

Vraag naar de folder Persoonsgerichte zorg of neem con-

tact op met Mariëlle de Ridder, [m.deridder@dprs.nl](mailto:m.deridder@dprs.nl), telefoon 072- 57 67 200.



## Voor het eerst op huisbezoek

„Het was voor ons de eerste keer dat we voorafgaand aan een inhuizing bij een toekomstige bewoner op huisbezoek zijn geweest. Het idee hierachter is dat we de nieuwe cliënt in de thuissituatie ontmoeten en warm welkom heten. We hebben van te voren contact gehad met ons Cliënt Service Bureau om af te stemmen welke informatie al bekend was. Als gespreksleidraad hadden wij de handvaten van de cliëntreis (uit de Denktank red.) meegenomen: de zogenoemde schijf van 5 en enkele basisvragen. Denk bijvoorbeeld aan: Wat is voor u een mooie dag? Wat zijn uw da-

gelijke gewoontes/ behoeftes? Wat wilt u vanuit huis voortzetten in De Raatstede? Enzo voorts. Daarnaast was het heel fijn om kennis te maken met de mantelzorger en eerste contactpersoon van mevrouw. Tegelijkertijd konden we ook hun vragen direct beantwoorden en alvast een en ander afstemmen over de verhuizing”, aldus Manon. Collega Linda vult aan: „Mevrouw vond het fijn om voor de verhuizing al kennis met ons te maken. Ze keek er dan ook naar uit om ons in De Raatstede opnieuw te ontmoeten. Dat maakte de verhuizing minder spannend.”

Ook Manon en Linda vonden het een leuk en waardevol bezoek. „Het is fijn en nuttig om de leef- en woonomgeving van de cliënt vooraf te zien. Dat geeft veel informatie over de persoonlijke sfeer van de cliënt en kan aanleiding geven en handvaten bieden voor het goede gesprek. Het is ook goed om wederzijdse verwachtingen voor inhuizing te kunnen bespreken met zowel cliënt als mantelzorger. De komende tijd zal uitwijzen wat deze nieuwe werkwijze van de cliëntreis de cliënt en ons gaat brengen. Wij zijn in elk geval positief!”



## Nieuws van Gouden Dagen

### Heeft u een wens?

Heeft u een wens? Of kent u een senior met een wens? Schrijf deze wens met toelichting op een Gouden Dagen wenskaart (verkrijgbaar bij de welzijnsmedewerkers van onze locaties) en hang 'm op in de Gouden-wensbomen. U vindt de wensbomen in het Atrium in De Raatstede, in wijkcentrum het Arboretum en bij woonzorgcentrum Hugo-Waard. Wie weet gaat uw wens binnenkort in vervulling!

### Over Gouden Dagen

Gouden Dagen Heerhugowaard heeft zichzelf ten doel gesteld eenzaamheid bij senioren tegen te gaan en hen 'gouden momenten' te bezorgen. Dat doet Gouden Dagen door het verwezenlijken

van individuele en groepswensen van kwetsbare ouderen en door het organiseren van activiteiten.

### Donateur worden? Graag!

Gouden Dagen is afhankelijk van de giften van donateurs en van sponsoring. U kunt doneeren via [www.goudendagen.nl/doneer-voor-gd-heerhugowaard](http://www.goudendagen.nl/doneer-voor-gd-heerhugowaard) of kijk op [www.dprs.nl](http://www.dprs.nl) voor een machtigingsformulier. Deze formulieren zijn ook verkrijgbaar bij de receptie van woonzorgcentrum De Raatstede (Dolomiet 2 in Heerhugowaard).

Meer info op:  
[www.dprs.nl/goudendagen](http://www.dprs.nl/goudendagen)



## OM NAAR UIT TE KIJKEN

**25-04:**  
Uniek lente-uitje naar de Keukenhof

**25-06 t/m 04-07:**  
Oranjecamping bij Hugo-Waard



## Danspaleis: terug in de tijd

Dans je de hele nacht met mij? In navolging van een zeer succesvolle eerste editie in december 2023, gingen woensdag 7 februari opnieuw de voetjes van de vloer tijdens het Gouden Dagen-Danspaleis in Cool kunst en cultuur.

„Het was wederom een groot muzikaal feest van herkenning. Met muziek en kleding uit de jaren vijftig, zestig en zeventig. Muziek verbindt en zorgt voor herbeleving van gouden tijden. Prachtig om te zien hoeveel plezier senioren en hun naasten hier met elkaar vandaag beleefden”, aldus Antoinette Bronkhorst, welzijnscoördinator van Pieter Raat en Gouden Dagen-stuurgroep lid.

## Concert met het Volendams Operakoor

Zondag 3 maart verzorgden het Volendams Opera Koor, sopraan Judith Weusten en Blaaskwintet Hi-Five onder leiding van dirigent Jan Laan een prachtig Gouden Dagen-concert in Cool kunst en cultuur. Zo'n 350 senioren schoven aan en genoten zichtbaar van het concert. „Wat een mooie, muzikale middag! Ik heb hier zo lang naar uitgekeken”, aldus een van hen.

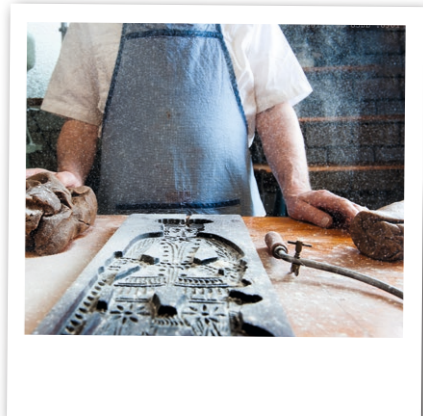


## Wensvervulling: orgeldagen

De orgeldagen in Winkel zijn een begrip bij orgelliefhebbers! Op een zonnige zaterdag in januari toog een aantal senioren met Gouden Dagen-comitélid Jasper Zwemmer, Klaas Braak, Gerrit van der Meer en Margret naar Winkel. „Bijzondere orgels uit alle windstreken lieten hun geluid horen. De dames hebben genoten en er werd zelfs gedanst.” Kijk, dat klinkt als muziek in de oren! Wat een gouden-uitje! Enorme dank aan de organisatoren!

## Wensvervulling: bezoek aan het Bakkerijmuseum

Op 28 maart bezochten senioren vanuit wijkcentrum het Arboretum het Bakkerijmuseum in Medemblik. „Het was een supersucces”, aldus een enthousiaste deelnemer. „Bij binnenkomst in de oude bakkerij klinkt zo'n ouderwetse, klingelende deurbel en daarna waan je je gewoon in vroegere tijden. Naast de bedrijvige bakkerij waren er ook demonstratieruimtes en konden we zien hoe koek en bonbons worden gemaakt. Het was echt een lekker dagje weg.”



# Senioren wonen prettiger en langer zelfstandig

## Update project G'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, manager Extramuraal zorg en welzijn bij Pieter Raat. „Als naasten en burens meer naar elkaar omkijken, helpt dat enorm. Een fijne woning, een veilige omgeving en je prettig voelen, horen daar ook bij. Daarom zijn we blij dat we met het project G'oud gezamenlijk optrekken met bewoners, woningcorporaties en zorg- en welzijnsorganisaties en anderen.**

In onze nieuwsbrieven is al een aantal keer bericht over het project G'oud. Dit project voert Pieter Raat uit in samenwerking met Wonen Plus Welzijn, MET en de woningbouwcorporaties Woonzorg Nederland en Woonwaard. „Met deze samenwerking ondersteunen we bewoners van het Koraalrif en het Palet in de zelf- en samenredzaamheid, en met het tot stand brengen van een levendige en bloeiende gemeenschap. We krijgen enthousiaste reacties van de bewoners, die zich gesteund voelen in hun behoefte meer samen te doen en het fijn vinden dat er vertrouwde gezichten aanwezig zijn waar ze hun vragen over welzijn, ondersteuning en zorg kwijt kunnen.”

### Lapis Lazuli

De afgelopen maanden kwamen bewoners van andere wooncomplexen met de vraag om ook bij hen een dergelijk project en activiteiten op te starten. Inmiddels zijn soortgelijke initiatieven gestart met bewoners van Lapis Lazuli, 't Rond, Parelhof en Dolomiet. „Zo zijn we op 9 april bijvoorbeeld uitgenodigd voor een bijeenkomst met bewoners van

Lapis Lazuli. Pieter Raat, Wonen Plus Welzijn en MET hebben zich aan de bewoners voorgesteld, en informatie gegeven over hoe wij bewoners kunnen ondersteunen. Bewoners hebben met elkaar besproken over wat zij nu al goed vinden gaan in contacten met elkaar, en waar zij nog mogelijke verbeteringen zien. Er gaat al heel veel goed, maar er zijn ook ideeën over activiteiten waarbij wij kunnen ondersteunen. Verder zal hier binnenkort gestart worden met de wekelijkse aanwezigheid van een welzijnsmedewerker en/of wijkverpleegkundige van Pieter Raat. Hier kunnen bewoners terecht met alle vragen over welzijn, ondersteuning en zorg.”

### Parelhof

Ook hebben de bewoners van het Parelhof kennisgemaakt met het project G'oud. „We hebben ons voorgesteld en de aanwezigen verteld over het project. Ook daar gaan we starten met de aanwezigheid van een welzijnsmedewerker en/of wijkverpleegkundige. Bewoners van 't Rond gaan mogelijk aansluiten bij de activiteiten van de Parelhof-bewo-

ners. Deze bewoners missen ook een gemeenschappelijke ruimte om elkaar te ontmoeten en samen activiteiten te organiseren. De bewoners van het Koraalrif hebben hun ontmoetingsruimte tegen een kleine vergoeding voor hen ter beschikking gesteld aan hen.”

### Koffieochtenden voor Dolomiet-bewoners

Met de bewoners van het appartementencomplex aan de Dolomiet, worden al regelmatig koffieochtenden gehouden in De Raatstede. „Tijdens die koffieochtenden zijn verschillende thema's aan de orde gekomen. Zo is er op verzoek van de bewoners onlangs een bijeenkomst geweest waarbij de brandweer en Woonwaard aanwezig waren en is stilgestaan bij de brandveiligheid.”

### Bent u geïnteresseerd of nieuwsgierig naar project G'oud?

Neem dan contact op met Rita Jobben, manager zorg bij Pieter Raat, via [r.jobben@dprs.nl](mailto:r.jobben@dprs.nl) of bel met 072 -57 67 200.



# We zorgen samen voor senioren

## Mantelzorgers op vakantie

**Mantelzorgers helpen hun naaste(n) waar ze maar kunnen met allerlei praktische zaken en dagelijkse ondersteuning. „Dat maakt hen onmisbaar voor de cliënt, voor ons als zorgprofessionals en voor vrijwilligers. We kijken wat een ieder vanuit z'n eigen kracht kan bijdragen en zorgen samen voor senioren. Mantelzorg bieden, is mooi en dankbaar en soms best pittig, zo zien en horen we in de praktijk. Respijtzorg kan soelaas bieden”, aldus wijkverpleegkundige Hanneke Limmen.**

Respijtzorg betekent letterlijk 'onderbreking van de zorg'. Die onderbreking kan een dag(deel) zijn, maar ook een heel weekend of langer. Iemand anders neemt dan de mantelzorgtaken over. Dat kan bij de mantelzorg thuis of elders. Er zijn veel vormen van respijtzorg mogelijk.

### Respijtzorg; mantelzorg komt op adem

Op de website [mantelzorgvrij.nl](http://mantelzorgvrij.nl) komen vraag en aanbod van respijtzorg samen. De website biedt een compleet overzicht van respijtzorgvoorzieningen in Noord-Holland Noord. „Onze ervaring is dat wanneer mantelzorgers even vrij kunnen nemen van het zorgen voor hun naaste, zij het zorgen ook langer volhouden”, aldus een medewerker van Mantelzorgvrij. „Iedereen kijkt uit naar het weekend of een vakantie. Dat geldt

net zo goed voor mantelzorgers. Daarna heb je simpelweg meer energie. Mantelzorgers houden het zorgen langer vol wanneer zij weten dat ze af en toe vrij kunnen nemen en dit ook daadwerkelijk doen. Dat ze even los zijn van alles. Gaat de zorgvrager naar een respijtllocatie? Dan ervaart die ook een beetje een vakantiegevoel, zo is onze ervaring.”

### 'Wereld vergroten en energie krijgen'

Een mantelzorg over het 'opnemen' van respijtzorg: „Nadat mijn partner een paar dagen had gebruikgemaakt van de respijtzorg, had ik weer energie en 'zin' in het mantelzorgen! We hadden allebei fijne dagen gehad. Ik kon echt even bijkomen. Ook bleek dat mijn partner het contact met anderen eigenlijk best wel mist. Omdat ze zelf niet zo makkelijk

de deur uit komt, heeft ze vooral nog contact met ons als mantelzorgers en met de thuiszorgmedewerkers. Daardoor was haar wereldje kleiner geworden. Na een adviesgesprek met de wijkverpleegkundige, gaat ze nu enkele keren per week deelnemen aan dagbestedingsactiviteiten buiten de deur. Dat is voor ons allebei fijn.”

### Meer info voor mantelzorgers

Wilt u meer weten over mantelzorg of respijtzorg? Neem contact op met het Mantelzorgcentrum. Wilt u meer weten over de mogelijkheden tot deelname aan dagbestedingsactiviteiten? Neem contact op met de wijkverpleegkundigen via 072 - 57 67 330 of stuur een mail naar [wijkverpleegkundige@dprs.nl](mailto:wijkverpleegkundige@dprs.nl)

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

## Mantelzorgcentrum

Het Mantelzorgcentrum heeft sinds kort een nieuw telefoonnummer: 085 - 018 38 90. Meer weten over mantelzorg? Kijk op [www.mantelzorgcentrum.nl](http://www.mantelzorgcentrum.nl) of stuur een e-mail aan [info@mantelzorgcentrum.nl](mailto:info@mantelzorgcentrum.nl)



## Praat vandaag over de ouderenzorg van morgen **'Mijn droom? Oud worden in een community en samen blijven leren'**

**„Eigenlijk ben ik alleen maar blij dat ik ouder word”, vertelt practor en onderwijskundig ontwerper Anne van de Graaf. „Ik sta steviger in het leven en kan steeds meer vertrouwen op mijn intuïtie. Dan zie ik zomaar kansen en oplossingen voor me die niet eens complex zijn.” Anne van de Graaf spreekt met Pieter Raat- bestuurder Gabriele Kasten op het 'Over morgen'- bankje over ouder worden, ouder zijn en over de nieuwe zorgvilla's van Ons Raathuis, waar informele zorgverleners, familieleden, vrijwilligers en betaalde krachten samen zorgen voor senioren met dementie.**

„Mijn wens is om hier aan het Markermeer oud te worden. Samen met mijn schoonmoeder wonen mijn man en ik op een soort boerenhof. Ik droom ervan om hier langzaam maar zeker een community op te richten en ook op hogere leeftijd hier te blijven wonen. Het liefst met onze twee zonen. Zij zijn uitgevlogen, wat we heel mooi vinden, maar diep in mijn hart hoop ik dat ze ooit terugkeren naar hun roots.”, vertelt Van de Graaf. „Maar ik kan me ook voorstellen om later met gelijkgestemden te wonen. Mensen met wie we een klik hebben, vanuit dezelfde waarden leven, met wie we kunnen pionieren en leren”, vertelt ze met een lach op haar gezicht.

### **'Hoe 'leerlijk' is het hier?'**

Anne van de Graaf is sinds 15 februari de kersverse practor aan het nieuwe practoraat Gezondheidszorg, Welzijn & Sport 2030 van Horizon College en Regio College. „Wat is eigenlijk een practor?”, wil Kasten weten. „Ik omschrijf mijzelf als het boegbeeld en de inspirator van het practoraat. Als practor ben ik verantwoordelijk voor de ontwikkeling, toepassing en verspreiding van nieuwe kennis en ervaringen op het gebied van praktijkleren. Denk bijvoorbeeld aan de leerafdelingen van Pieter Raat. Van oorsprong ben ik onderwijskundig ontwerper van

leerwerkomgevingen. Ik kijk dus altijd naar omgevingen door een 'leerbril'. Hoe leerrijk is het hier?”.

### **Ons Raathuis heeft potentie**

„In onze nieuwe zorgvilla's Ons Raathuis stimuleren wij informele zorg. Wij vragen families en vrijwilligers expliciet om bij te dragen aan een mooie dag voor hun naasten en onze bewoners. Wat zou vanuit jouw onderwijskundige ervaring hier voor nodig zijn?”, vraagt Kasten. „Ons Raathuis heeft de potentie om een innovatieve en ook leerrijke omgeving te worden!”, reageert de onderwijskundige. „Daarmee bedoel ik dat in Ons Raathuis jong en oud, families en professionals vrij natuurlijk bij elkaar komen. In theorie biedt dat voor iedereen een ideale omgeving om lerend gedrag te tonen. Maar in de praktijk kunnen mensen met elkaar botsen als zij niet nieuwsgierig naar elkaar zijn, niet echt met elkaar in gesprek gaan en niet goed naar elkaar luisteren. Als onderwijskundig ontwerper probeer ik een setting te creëren, waar informele en formele zorgverleners met elkaar in contact komen en open staan voor elkaar. Het goede aan Ons Raathuis is dat het voor iedereen nieuw is”, vervolgt Van de Graaf. „Mijn ervaring is dat een nieuwe omgeving het makkelijker maakt om oude

verwachtingen en patronen los te laten en het eigen gedrag te veranderen. Maar dat gaat zeker niet van zelf.”

### **Herenboerderij**

Anne van de Graaf is ook kar-

trekker van een zogenoemde coöperatieve Herenboerderij. „We zetten ons in om een Herenboerderij in West-Friesland op te zetten. Het idee is dat een deel van de coöperatieleden, de 'herenboeren', op het land meehelpten. Hier lijkt altijd veel animo voor te zijn, maar als het puntje bij paaltje komt, valt het soms tegen, hoorden we. We hebben hiervan geleerd dat het belangrijk is om wederzijdse verwachtingen goed uit te spreken, structuur in de samenwerking te brengen en de gezamenlijke momenten aantrekkelijk te maken. Op veel herenboerderijen worden bijvoorbeeld workshops georganiseerd en wordt er samen geluncht. Iedereen brengt dan iets in.”

### **Team van naasten, vrijwilligers en medewerkers**

Afsluitend vraagt Kasten wat nodig is om Ons Raathuis als leeromgeving succesvol te laten worden. „Ik ben ervan overtuigd -en dat blijkt ook uit onderzoek- dat wij allen dezelfde natuurlijke basisbehoeften hebben, namelijk verbondenheid, competentie en autonomie. Om Ons Raathuis succesvol te laten zijn, is het naar mijn mening belangrijk dat naasten, vrijwilligers en professionals het gevoel hebben een team te zijn, dat het team elkaar versterkt om op gelijkwaardige basis senioren een mooie dag te bezorgen. Daarbij hoort ook het bewustzijn dat er door de dag heen gezamenlijke

leermomenten zijn waar je bij stil kan staan.” En voegt Van de Graaf ten slotte toe: „Ik hoor dat de eerste bewoners binnenkort in Ons Raathuis gaan wonen. Ik ben heel benieuwd en kijk er ontzettend naar uit om een bijdrage te leveren!”



## **'Over morgen'-bankje**

**Het 'Over morgen'-bankje staat bij woonzorgcentrum De Raatstede 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 negende 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, emeritus hoogleraar ouderengeneeskunde Joris Slaets en nieuwslezeres Eugenie Herlaar. 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).**



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

**Ons Raathuis**

Rembrandt Erf 40 - 41  
1701 JW Heerhugowaard  
T 072 - 790 00 00 (nr. 40)  
T 072 - 790 00 05 (nr. 41)

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



wonen · zorg · welzijn