

In deze uitgave:

- Scholieren bezoeken Kalorama
- De fietsclub
- Reünie op Kalorama
- Nieuws van de cliëntenraad
- Binnenkort
- en nog veel meer.....

Het nieuwe jaar 2019 is begonnen!

Tijdens de nieuwjaarsbijeenkomst hebben veel bewoners en collega's gezamenlijk het glas geheven op het nieuwe jaar.



Bij deze gelegenheid wens ik alle lezers graag nogmaals een heel fijn 2019 toe!

Heeft u wellicht ook de eerste voorbereidingen in Beek voor de bouw gezien? Aan de voorkant van het terrein zijn extra parkeerplaatsen gemaakt. Deze plaatsen zijn ervoor bedoeld om parkeergelegenheid te bieden tijdens het bouwrijp maken van het terrein en de hierop volgende bouwfase voor het nieuwe Centrum voor doofblinden. Dit gebouw zal immers gebouwd worden op het huidige parkeerterrein aan de achterkant van het terrein. Wanneer de bevindingen van het archeologisch bodemonderzoek bekend worden en de gemeente groen licht geeft, kan de bouw echt van start!

Vanaf dit jaar krijgen alle ouderenzorgorganisaties extra geld ter beschikking om meer collega's aan te trekken. Uiteraard zijn we hier erg blij mee. Hopelijk kunnen deze collega's ons helpen om onze visie waar te maken en nog meer tijd en aandacht aan onze bewoners te geven. Zo willen we bijvoorbeeld graag meer collega's gaan inzetten ter ondersteuning bij het eten en drinken op de groepen en bij activiteiten. Daarnaast vinden we het belangrijk de begeleiding van onze vrijwilligers uit te breiden. Hiervoor hebben we samen plannen gemaakt en deze zijn inmiddels goedgekeurd door het zorgkantoor. De leden van de cliëntenraad van Kalorama zijn hier ook bij betrokken.

Maar er staan dit jaar ook enkele andere belangrijke ontwikkelingen op de agenda. Zo komt er een nieuwe telefooncentrale en zal de zorgalarmering in Beek vervangen worden. Belangrijke uitgangspunten hierbij zijn veiligheid voor onze bewoners en gebruiksvriendelijkheid voor onze collega's. We hopen dat de nieuwe systemen ons ook helpen de administratieve lasten tot een minimum te beperken zodat er meer tijd voor onze bewoners ontstaat.

Samenvattend kunnen we zeggen dat we met veel goede voornemens en mooie plannen begonnen zijn. Dit alles vraagt veel van iedereen die hierbij betrokken is. We willen dan ook nog nadrukkelijker gaan inzetten op de ontwikkeling van en zorg voor onze medewerkers. Op deze manier hopen we dat 2019 ook echt voor iedereen een goed jaar wordt.

Veel leesplezier met deze editie en graag tot een volgende keer.

Hartelijke groet, Fieke van Deutekom

Wiederholt für den Erfolg: OktoberVeste!

Dinsdag 23 oktober 2018 was het weer tijd voor een heus oktoberfest in Veste Brakkenstein.



Alweer voor het derde jaar op rij en ook dit jaar was de "stimmung" weer fantastisch. Dankzij DJ Robert Pauwels die met zijn enthousiasme Duitse schlagers bracht en de vele bewoners, familieleden en vrijwilligers die spontaan mee zongen en dansten, kijken we terug op een superavond.

Vielen Dank an Sie alle und wir hoffen, wir sehen uns nächstes Jahr wieder!

Team AB Veste



Kerstbezoek door leerlingen Canisius College

We hadden wel een aanbod van 250 leerlingen die graag naar Kalorama wilden komen. We hebben voor



wat minder leerlingen gekozen; 60 leerlingen naar Kalorama en 30 naar de Veste.

De leerlingen en leraren kwamen door weer en wind aan gefietst met hun cadeaus.

Daar kwamen ze de aula binnen en gooiden ze hun tassen en jassen van zich af. Je ziet ze denken: even snel dit en dan vakantie vieren.

Bij terugkomst waren de leerlingen erg enthousiast, aan de vakantie dachten ze niet meer ze hadden alle tijd om de verhalen met elkaar te delen.



Ze hadden gezongen, hun naam geleerd in gebarentaal en leuke gesprekjes gehad met de bewoners. En zelfs met een jongere bewoner muziek van deze tijd gedeeld zoals artiest Boef.

De leerlingen hebben kennis gemaakt met Kalorama, en hopelijk zien we ze in de toekomst terug als collega's.

Heel fijn dat er afdelingen zijn die de leerlingen willen ontvangen en er tijd voor vrijmaken.

Bedankt allen, zonder jullie hulp was dit niet mogelijk. Graag tot volgend Jaar. Op vrijdag 20 december 2019 komen de leerlingen weer op bezoek bij Kalorama.

Jolanda Hubbers, Vossenbergh

De Kalorama Fietsclub

Tandemen is plezier voor 2, tandemen met de fietsclub van Kalorama is plezier voor 20!

Op 17 oktober sloten we een zeer geslaagd fietsseizoen met de tandemclub af. Vanaf april werd er van Beek naar Millingen gefietst met een groep van rond de 20 bewoners van het Centrum voor doofblinden, vrijwilligers en begeleiders.



Eigenlijk klopt het woord tandemclub niet; naast de elektrische tandems is er ook nog een fiets met een zitkuip en zijn er 2 duofietsen (waarvan er een gehuurd is van de gemeente). Aangezien de bewonersgroep ouder wordt, wordt de vraag om de duofiets steeds groter. Voor dit artikel heb ik gesproken met 2 trouwe leden van de fietsclub; Marion Florij en Trees Pieper. Beiden wonen op woongroep de Oorsprong. Marion vertelt dat ze ervan heeft genoten om te fietsen tijdens deze warme zomer. Marion fietst met een vrijwilliger of een begeleider op een tandem en vertelt dat ze tijdens het tandemen helemaal afgestemd is op degene voor haar.



Dat vertrouwen vindt ze normaal: 'de meeste ken ik wel'. Door de wind kan ze de ander niet verstaan, praten onderweg lukt dus niet.

Voordat Marion op Kalorama kwam, woonde ze in het Achterhoekse Aalten. In het verleden heeft ze daar wel eens getandemd met een begeleidster op een gehuurde tandem van de gemeente. Toen de begeleidster stopte, stopte het tandemen ook. Op Kalorama kreeg Marion de slag snel weer te pakken, de afstand naar Millingen ligt haar wel. Die is ongeveer hetzelfde als van Aalten naar Winterswijk. Marion is ook bekend met de duofiets, hierop gaat ze weleens fietsen met begeleider Kees.



Marion heeft geen voorkeur voor de tandem of de duofiets, alleen is het handig bij de duofiets dat de boodschappen achterop kunnen.

Wat betreft ons reisdoel, de Gelderse Poort in Millingen, vertelt Marion het daar 'gewoon gezellig'. Je kunt er heerlijk buiten zitten en er is altijd voldoende plaats voor de hele groep gereserveerd. Wie wil en kan neemt plaats in de lounge-hoek en wie liever hoog wil zitten kan op een hoge stoel aan tafel gaan zitten. Marion geniet daar van haar drankje en een shagje, maakt een praatje of zit soms gewoon rustig te luisteren. Ze kent het grootste deel van de bewoners die meefietsen van vroeger op Kalorama of van activiteiten van nu. Ook de vrijwilligers kent ze inmiddels; het zijn aardige mannen en als ze op maandag pauze heeft tijdens toeneel komt ze dezelfde mannen weer tegen in de moestuin. Er is altijd tijd voor een praatje of vriendelijke groet. Trees Pieper vindt de vrijwilligers ook erg aardig en is daarnaast zeer te spreken over Erica, de gastvrouw van de Gelderse Poort. Zij komt altijd even een praatje maken en hoewel zij geen gebaren kent; lukt het altijd om elkaar te begrijpen.

Daarnaast is er in de pauze in Millingen ook altijd tijd voor een drankje en een hapje. Trees vindt de friet hiervan het lekkerst.

Trees woont nog niet zo lang op Kalorama en heeft vanuit haar vorige woonplaats Hardenberg haar eigen elektrische tandem meegenomen. Ze vindt het leuk en gezond om te fietsen en kent al heel wat bewoners van andere groepen. In het verleden fietste Trees zelf, het was haar grote hobby. Toen het door haar oogafwijking niet meer verantwoord was is ze gaan tandem. Trees is erg trots op haar eigen tandem.

Een onderwerp dat bij iedere fietstocht ter sprake komt is zadelpijn. Een vervelende zaak, hoewel het ook al wel vele lachbuien heeft veroorzaakt.



Marion adviseert om tijdens de periodieke controle bij de fietsmaker de zadels wat rechter af te stellen. Ze neigt er nu vanaf te glijden; wat natuurlijk niet prettig is. Samen met vrijwilliger Wim heeft ze er al over gesproken en heeft hij er naar gekeken. Ook Trees benoemt de zadelpijn. De opdracht voor komende winter is dus om te kijken hoe we dit zoveel mogelijk kunnen verhelpen. Tips kunnen altijd gestuurd worden naar: welzijn.en.activering@kalorama.nl

Tot slot wil ik Marion en Trees bedanken voor hun medewerking aan dit artikel.

Daarnaast willen we namens het hele Welzijn& Activeringsteam de groep vrijwilligers van de fietsclub; Wim Derkse, Wim Dinnissen, Jo, Peter, Ton, Gerard en Robbie heel erg bedanken voor hun trouwe inzet door weer en wind voor onze bewoners. Zonder jullie inzet is deze club niet mogelijk. Daarnaast wensen we Jos veel beterschap en verwelkomen we Chris.

Omdat onze fietsclub groeit zijn er nieuwe vrijwilligers welkom. Bij belangstelling kunt u zich wenden tot Cily Remy, vrijwilligerscoördinator.

Karin Fleuren namens de Fietsclub van Kalorama

Smartlappenkoor op visite

Maandagavond 26 november kwam het smartlappenkoor "het mag geen naam hebben" optreden in de hal van Veste Brakkenstein.

Een flinke club van wel zo'n 40 dames hadden er zin in om de bewoners, familieleden en mantelzorgers een gezellige avond te bezorgen. Het koor werd begeleidt door een fantastisch spelende accordeonist en op keyboard de super enthousiaste dirigente Mariëlle Poelen. De sfeer zat er vanaf het eerste lied al goed in. Zo werd er mee gezongen en gedanst : kortom een geslaagde avond!!



Kerst in Bethlehem

Kerst is altijd al een bijzondere tijd, maar zeker in het hospice. Daar begint de kersttijd traditiegetrouw met de kerstviering voor alle medewerkers en vrijwilligers. Dit jaar stond de viering in het teken van Senang: welbehagen.

Een Indonesisch tintje dus en dat was te zien aan de outfit van de organisatie en de mensen van de keukens van Kalorama, die een heerlijk Indonesisch buffet hadden klaargemaakt.



De viering in de kapel was ook dit jaar weer zeer druk bezocht en bijzonder sfeervol: er was zoals altijd het gezamenlijk zingen van de bekende kerstliedjes, en

verder o.a. de overwegingen van Saskia de Jong, coördinator vrijwilligers, en Gerard van Ommeren, verpleegkundige. Saskia gaf aan dat om je senang te voelen, je je veilig moet kunnen voelen. En dat is wat we met z'n allen onze gasten willen bieden: een plek om veilig te kunnen sterven. Daarop moeten we ons blijven richten, ook in tijden waarin de organisatie in beweging is. Gerard, in geel hesje (!), kwam met de uitdagende uitspraak: "De Heer is mijn herder, en bekijk het maar verder". Al snel werd echter duidelijk dat dat niet was wat hij wilde in het hospice. Belangrijk is volgens hem om elkaar, ook de medewerkers en vrijwilligers onderling, liefdevolle zorg te geven en aandacht voor elkaar te blijven houden, zodat het wordt: 'De Heer is mijn herder en samen gaan we verder'.

En dan was daar de verrassing van de avond: we bleken een geweldige zangeres in ons midden te hebben: Saskia haalde Sylvia Cox, interim procesbegeleider, naar het podium, waar zij een prachtige versie van het lied "Hallelujah" van Leonard Cohen ten gehore bracht. Kippenvel, en hier en daar moest er zelfs een zakdoek

aan te pas komen. Helaas was dit tevens haar laatste optreden binnen het hospice: haar klus zit erop. Maar helemaal weg zal ze niet zijn, want ze laat een mooi schilderij voor het hospice achter.

Na de viering genoten we nog even na met een kop koffie of thee en natuurlijk Indonesische spekkoek om tenslotte met ons kerstpakket naar huis te gaan.

Een fijne viering, een echt 'samenzijn'.

Op 24 december was er de viering voor de gasten en hun naasten, altijd weer een heel bijzondere bijeenkomst.

Er was zang van het gelegenheidskoor Kersttet, werd een mooi Kerstverhaal voorgelezen en het gedicht 'Een herder' van Michel van

der Plas werd voorgedragen. Tevens werd het licht van Kerst aan elkaar doorgegeven, waarbij men in de gelegenheid gesteld werd een wens of

intentie uit te spreken of gewoon even in stilte te zijn. Dit alles werd omlijst door stemmige Kerstliederen van het koor.

De viering werd afgesloten met een heerlijk kerstbuffet.

Het was een mooie en intieme bijeenkomst waar de deelnemers met een goed gevoel op terugkijken.

Lekker gegeten werd er ook op de beide kerstdagen:

1^e kerstdag had een van de vrijwilligers, met hulp van haar man, een heerlijk diner klaargemaakt

voor de gasten en hun naasten.

2^e kerstdag kwam, net als vorig jaar, restaurant Odessa het diner verzorgen, een cadeautje van henzelf en de Vrienden van het hospice. En ook op Nieuwjaarsdag was er weer een vrijwilliger die een feestmaal bereidde.

Het waren al met al intense, emotionele maar vooral ook mooie feestdagen.



Vrijwilligersraad Bethlehem

In het voorjaar was er een themabijeenkomst: 'Terug naar de bedoeling': hoe geven we met elkaar vorm aan wat het doel is binnen ons werk in het hospice. Wat lukt al, wat kan anders? Naar aanleiding hiervan ontstond het idee om een Vrijwilligersraad op te richten. De meer dan 100 vrijwilligers zijn van levensbelang voor het hospice, maar hebben geen formele inbreng in de organisatie. Een Vrijwilligersraad kan zorgen voor verbetering daarin en kan verder bijdragen aan een betere communicatie op diverse niveaus, betere afstemming en beter gebruik van de deskundigheid van al die vrijwilligers. Dit zal uiteindelijk ten goede komen aan de verzorging en begeleiding van de gasten in het hospice, en daar draait het uiteindelijk om. Dat is het doel, zowel van de medewerkers als de vrijwilligers. Op een oproep meldden zich zeven vrijwilligers. In oktober zijn zij van start gegaan als Vrijwilligersraad in oprichting.



Tijdens de eerste bijeenkomst hebben de leden nader kennis met elkaar gemaakt, gekeken naar de mogelijkheden die er voor een Vrijwilligersraad zijn, en hun wensen in deze. Gekozen wordt voor de rol van adviesorgaan voor de bestuurder: gevraagd én ongevraagd advies in zaken die de vrijwilligers betreffen. Verder dient de raad zoveel mogelijk een afspiegeling te zijn van de diverse geledingen binnen de vrijwilligers.

Een en ander zal zich echter in de toekomst verder moeten uitkristalliseren.

Inmiddels is er een tweede bijeenkomst geweest. Tijdens deze bijeenkomst is er vooral van gedachten gewisseld over de opzet van het huishoudelijk reglement, waarbij het reglement van de VPTZ (Vrijwilligers Palliatieve Terminale Zorg) als uitgangspunt is genomen. Daarin worden zaken geregeld als doelstelling, samenstelling, rechten, taken enz.

Het streven is om in het najaar van 2019 de Vrijwilligersraad goed op poten te hebben. Er zullen dan verkiezingen worden gehouden voor een definitieve Vrijwilligersraad.

Namens de Vrijwilligersraad,

Mieke Bronkhorst

Reünie op Kalorama

Op woensdag 19 september is er een groepje van 5 reünisten op visite geweest die in 1970 – 1972 de opleiding ziekenverzorgenden hebben gevolgd. Laura van opleiding heeft hen vertelt hoe de opleiding er heden ten dage uitziet en heeft hen rondgeleid door de gebouwen. Na afloop is er heerlijk nagepraat op het terras van ons restaurant.

Adriaan, Frido, Marian, Piet, Wim

Leuk dat jullie er waren!



Kerstbrunch afdeling Wolfsberg 2018

Op donderdag 20 december was er traditiegetrouw een kerstbrunch georganiseerd voor de bewoners van afdeling Wolfsberg. Wederom is dit feestelijke maal bereid door vrijwilligers en medewerkers. Dit jaar werd een mooi kerstverhaal voorgelezen door onze bestuurder Fieke van Deutekom. Tijdens deze brunch namen we ook afscheid van een trouwe gediende: Ria van Beckhoven, reeds over de 80. Zij gaat ons als vrijwilliger verlaten en zij is terecht in het zonnetje gezet en overladen met geschenken. Voor de versiering van de tafels heeft Tuinwereld een bijdrage geleverd en supermarkt Plus Nico de Witt heeft het dessert gesponsord. De foto's geven een kleine impressie.

Afdeling Wolfsberg



Kerstbomen versieren

Donderdag 13 december hebben bewoners in samenwerking met de actie Kerstengel van de ABN AMRO bank, kerstbomen versierd.

Deze Kerstengel actie van ABN AMRO was prima voorbereid, er waren 40 bigshoppers gevuld met een kerstboom van ongeveer 90 cm hoog, lampjes, kerstversiering en wat lekkers. Er kwamen 13 medewerkers van de bank mee naar de Veste om de bewoners te helpen. De bewoners waren erg enthousiast en konden niet wachten om te starten met versieren en dit deed iedereen ook met veel plezier. Het was een gezellige, sfeervolle middag en met een trotse glimlach op ieders gezicht vertrokken de bewoners naar hun eigen kamer om de kerstboom een mooi plekje te geven en de lampjes te laten branden.

ABN-AMRO, hartstikke bedankt!

Activiteitenbegeleiding Veste Brakkenstein



Vertrek cliëntvertrouwenspersoon

Mies van Driel

Na bijna 9,5 jaar neem ik afscheid van Kalorama. Op het moment dat u dit bericht leest in het Kalorama Nieuws ben ik al vertrokken.

Ik heb besloten om nog één keer in mijn werkzame leven een nieuwe uitdaging aan te gaan.

Ik ga werken als wijkverpleegkundig indicatiesteller. Ik ga bij mensen met een zorgvraag op huisbezoek en probeer met hen helder te krijgen wat de zorgvraag is en stel daarvoor een indicatie op. Een nieuwe stap waar ik veel zin in heb. Maar toch ook met spijt in mijn hart, want ik ga Kalorama en zeker de bewoners en cliënten van Kalorama missen. Ik heb het altijd een enorm voorrecht gevonden om bijzondere, mooie en soms moeilijke gesprekken met u en uw naasten te mogen voeren. Om zo te proberen u een beetje tot steun te kunnen zijn.

Ook als ondersteuner van de cliëntenraden probeerde ik de belangen van u als bewoners te behartigen door de raden te informeren waar nodig en hen te helpen met hun belangrijke werk.

Ik heb genoten van de grote activiteiten zoals de mantelzorgbijeenkomsten. Het was ieder jaar weer een uitdaging om een activiteit te bedenken die zo goed mogelijk in de smaak viel.

Ik ga met heel veel mooie herinneringen aan mijn nieuwe baan beginnen en ik wil u daarvoor hartelijk bedanken.

Ik wens u alle goeds toe!

Mies van Driel

Tot
ziens
& veel
succes

Vanuit de cliëntenraden

De cliëntenraden hebben aan het eind 2018 afscheid genomen een aantal leden:

Mw. Rongen, lid van de cliëntenraad van Bethlehem heeft haar termijnen erop zitten en zo ook dhr. Van Swelm, voorzitter van de cliëntenraad van Bethlehem en voorzitter van de Centrale Cliëntenraad van Kalorama. Dhr. Van den Tillaart heeft afscheid genomen als voorzitter van de cliëntenraad van Veste Brakkenstein. Hun inzet de afgelopen jaren voor de cliëntenraden wordt zeer gewaardeerd. Zij hebben het belang van de bewoners van Kalorama altijd voorop gezet.

De cliëntenraden hebben zich het laatste kwartaal van 2018 bezig gehouden met de nieuwe visie op Eten, Drinken en Gastvrijheid. Hierover zijn diverse gesprekken met de bestuurder, manager en hoofd keuken geweest. Op dit moment is dit in een afrondende fase. Ook zijn de raden betrokken bij de nieuwbouw van het Centrum voor doofblinden en voor Kalorama. Diverse leden nemen deel in bouwwerkgroepen. Zij proberen de belangen van de bewoners hierbij zo goed mogelijk te vertegenwoordigen.

De cliëntenraden gaan zich komend jaar, ondersteund door de LOC (Landelijke Organisatie Cliëntenraden) beraden hoe zij haar werkzaamheden verder vorm moeten geven nu Kalorama steeds meer een zelforganiserende organisatie wordt. De cliëntenraden trekken hierin samen op met de bestuurder.

Mies van Driel

“Beleef je eigen leven”, ervaringen

Foto's van haar leven; voor een bewoner op De Terp hebben we via Bonny van de activiteitenbegeleiding het programma “Beleef je eigen leven” op de TV.

“Beleef je eigen leven” is een soort app op de TV waar de foto's van het leven dat iemand heeft gehad op staan. Betreffende bewoner is vaak erg onrustig. Het is moeilijk om met mevrouw iets te ondernemen waar ze echt rust in vindt. Nu we dit programma hebben nemen we mevrouw regelmatig bij de hand en kijken we samen naar de foto's. Het zijn foto's van familie, vrienden en bijzondere momenten uit haar leven. Wanneer we hier samen naar kijken zien we een glimlach op haar gezicht. Ze probeert te vertellen over de momenten en soms lukt het haar echt om haar verhaal aan ons duidelijk te maken. Iets wat vaak moeilijk is voor haar. We zijn blij met het handvat wat ons gegeven is met dit programma. We hopen dat nog veel meer bewoners hier gebruik van kunnen maken in de toekomst. Heeft u hierover vragen; spreek onze activiteitenbegeleiders gerust even aan.

Beleef je eigen leven; dat dit project een positieve bijdrage levert aan het welzijn van de bewoners van Kalorama moge duidelijk zijn. Ondergetekende vertoef vaak op de donderdagochtend op de Veste ter ondersteuning van de fysiotherapeuten. Het fietsen aldaar geschiedt veelvuldig met ondersteuning van de films die inmiddels ter beschikking staan.

Een van die films is getiteld “Van de Groene Heuvels naar Beek”. De concentratie op de filmbeelden door gebruikers is wisselend, maar hoe diep ze in de film kunnen zitten mocht ik recentelijk meemaken.

Een nieuwe bewoonster van de Veste fietste voor de eerste keer terwijl de hierboven genoemde film werd vertoond. Ze moest er duidelijk aan wennen, ze vond het maar vreemd. Toch bleef ze “haar weg” vervolgen.

Op een gegeven moment komen we in Weurt waar de weg omhoog loopt naar de brug over de sluis van het Maas en Waalkanaal. Hier wilde ze nagenoeg gelijk bij het begin van het zien van de verhoging stoppen! Op de vraag “waarom” gaf ze als antwoord dat het daar gevaarlijk was. Het gevaar bleek te schuilen in het gegeven dat de weg omhoog liep waardoor de berm steeds meer op een afgrond begon te lijken. Wij zouden zeggen: “Hoe kun je het bedenken?”



Tijdens het geruststellen bleef de film doordraaien en passeerden we de sluis. We kwamen inmiddels weer fietsend over het brede rode fietspad ter hoogte van een lange bocht naar rechts. Mevrouw ging helemaal schuin naar rechts hangen om de bocht maar goed te kunnen nemen. Maar ver kwamen we niet, de bocht was te scherp vond ze en ze was bang te vallen. Daarom maar helemaal gestopt met de film en het fietsen. Er zal nader bekeken worden of fietsen toch iets voor haar kan zijn. Maar dat iemand zo gebiologeerd bezig is met de beelden, had ik nog niet eerder meegemaakt.

Hoe belevend was deze film wel niet voor deze mevrouw!!

Hans Engelaar, vrijwilliger.

Voor iedereen die geboren is vóór 1945!

Over bewustwording gesproken... Wij zijn de overlevers!

Kijk eens naar de veranderingen die we hebben meege-
maakt: wij werden geboren vóór de televisie, penicilli-
ne, polioprikken, diepvriesvoedsel, kopieerapparaten,
plastic, contactlenzen en de pil.



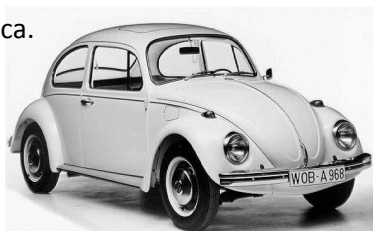
Vóór: radar, credit cards, atoomsplitsing, laserstralen,
ballpoints, panty's, afwasmachines, droogmachines,
elektrische dekens, airconditioning en voordat de
mens op de maan liep.

Wij trouwden eerst en woonden dan samen.

Wij werden geboren vóór.....er huismannen waren,
computerspelletjes en tweelingbanen.

Vóór kinderdagverblijven, groepstherapie en verpleeg-
huizen.

In onze jeugd waren kevers insecten en geen Volkswa-
gens en een ontsteking had niets te maken met elek-
tronica.



Wij hadden nooit gehoord van: TV, CD, FM radio, vi-
deo, tapedeck, magnetrons, elektrische schrijfmachi-
nes, faxen, kunstharten, tekstverwerkers, printers,
draadloze telefoons, Biogarde, emulgatoren, booreilan-
den en jongens met oorringen, hippies, yuppen en
bommoeders.

Wij waren er vóór: de AOW, WAO, WW of VUT.

In die tijd was roken van een sigaret chique en interes-
sant. Een pot was om in te koken.

Aids was een Engels woord voor helpers.

Een relatie had met zakendoen te maken en niet met
een bed.

LAT- en LAST-relaties kenden we niet. We wisten niet
wat eten uit de muur was of flappen tappen. De kleur
roze had met baby's te maken en homo betekende
mens.

We waren er niet vóórdat het onderscheid tussen de
seksen werd ontdekt, maar wel voor het kunnen veran-
deren van de sekse.

Wij moesten het doen met wat we hadden of waren.

Wij waren de laatste generatie die nog dacht dat je een
man moest hebben om een baby te krijgen.

Geen wonder dat we wel eens in de war zijn en dat er
een generatiekloof is.

Maar we hebben het overleefd. En dat is een reden om
te vieren.

Ingezonden door een bewoner AS



BINNENKORT.....

de Kalorama Kanjerroutes

Bewegen en buiten zijn in de natuur is gezond voor iedereen! Kalorama ligt midden in die natuur in een prachtige omgeving. Daar willen we meer mee doen. In samenwerking met de Stichting Kalorama Wandeltocht gaan we een aantal Kalorama Kanjerroutes uitzetten. Dit zijn rollator- en rolstoelvriendelijke wandelroutes in en óm ons eigen Kalorama.

Wandelt u mee?

Er komen drie wandelingen: twee buiten en er is ook een route binnen. Alle routes hebben een Kalorama



kleur gekregen. De routes buiten vragen om minder of meer inspanning. Er is een lichte route en een iets zwaardere route. Binnen komt er een route met onderweg verschillende beweegoefeningen. De routes worden duidelijk aangegeven en starten allemaal bij de receptie en eindigen in het café van Kalorama.

U bent een Kanjer als u beweegt!

Bewegen is goed voor uw gezondheid, zowel lichamelijk als mentaal. U voelt u sterker en fitter. Buiten zijn is gezond. Niet alleen omdat u via het zonlicht vitamine D aanmaakt maar u slaapt er ook beter van.

Wandel samen met familie of vrienden en voer mooie gesprekken en neem even tijd voor elkaar. Onderweg komt u regelmatig een bankje tegen om uit te rusten of om bij te kletsen.

Gratis Kanjerkoek als beloning!



Zodra de routes gereed zijn en de flyer ligt op de balie van de receptie dan kunt u aan de wandel!

Wij wensen u alvast veel plezier bij het lopen van de Kalorama Kanjerroute!

Goud

Als de feestdagen weer voorbij zijn en de uitbundige gouden en glitterversiering weer in de opbergdozen op zolder is verdwenen zie je niet meer zoveel goud blinken. Of toch wel?

Misschien valt het iets minder op maar als je goed kijkt is er nog veel goud te zien op Kalorama. Wij als geestelijk verzorgers komen het in ieder geval vaak tegen. Bijvoorbeeld in de persoon van de mannen van de technische dienst, die altijd klaar staan om te helpen en mee te denken en voor wie geen moeite teveel is.

In de persoon van de medewerkers op de verpleegafdelingen die veel moeite doen om de bewoners die graag naar de kerkdienst willen, op tijd te verzorgen.

In de persoon van de verzorgenden die met eindeloos geduld mensen begeleiden die rusteloos van de ene naar de andere plek lopen en het niet kunnen vinden. En die zoveel warmte geven aan mensen die verdrietig zijn.

In de persoon van de keukenmedewerkers die heerlijke buffetten hebben verzorgd voor medewerkers en vrijwilligers in de maand december.

In de persoon van zoveel vrijwilligers die vanuit hun hart bewoners begeleiden en activiteiten en aandacht aanbieden.

In de persoon van onze bewoners, die soms op het juiste moment een glimlach op hun gezicht toveren of zomaar een spontane grappige opmerking maken en daarmee ieders dag goed maken.

Er zijn zoveel mensen, teveel om op te noemen, die allemaal op hun eigen manier betrokken zijn bij een fijne woonomgeving voor de bewoners, zoveel mensen die een bijdrage leveren aan het welbevinden, zoveel mensen die mooie momenten creëren, die aandacht en warmte geven en op deze manier goud waard zijn.

Dat we niet vergeten dit met elkaar te zien en verder te vertellen.

Een goed voornemen voor 2019?!

Complimenten geven en ontvangen. Het maakt dat werken en zorgen een gouden randje krijgen!

Daniella Martina en Berber Overdijk

Impressie deelname zorgmarkt

Kalorama Veste Brakkenstein.

Een kijkje in de keuken

Donderdagmiddag 24 januari werden de deelnemers in de hal door leden van het organisatie-comité warm ontvangen met een door de koks vers geprepareerd vruchtendrankje naar keuze. Na een kort woord van welkom werden de deelnemers in kleine groepen rondgeleid langs diverse afdelingen. In ruim 1,5 uur werden dagbehandeling/dagbesteding, de Goffert, de Frasselt en de Duffelt bezocht en stonden enthousiaste medewerkers klaar om tekst en uitleg te geven over de afdelingen/(sub)teams en vragen te beantwoorden. Overal wilde men graag hun verhaal doen en werd er een kijkje in de keuken gegeven.

De kleine groepen maakten een echte dialoog mogelijk. Bij sommige vragen werd er spontaan een passerende collega, al dan niet in gezelschap van een bewoner, aangesproken om zijn of haar antwoord hierop te geven. De zorg aan de bewoner werd met zijn/haar instemming tijdelijk soepel overgedragen aan een andere collega.



De gesprekken maakte mij duidelijk dat er door de betreffende teams op diverse manieren invulling wordt gegeven aan zelforganisatie. Het splitsen van teams in sub-teams bleek op meerdere plekken aan de orde te zijn. "Groen, oranje, ring of vleugel" het kreeg voor mij ineens meer betekenis.

Vooraf beoogde voordelen, zoals het beter kennen van de kleinere groep bewoners van het opgesplitste team, worden in de praktijk min of meer gerealiseerd. Het rond krijgen van roosters blijkt vanwege het aantal openstaande vacatures en de ervaren werkdruk veelal weerbarstig zodat medewerkers toch ook ingezet

moeten worden in andere (sub)teams waarvan men de bewoners minder goed kent.

Op één van de afdelingen maakten we aan tafel nader kennis met een aantal bewoners die in de dialoog werden betrokken. De sfeer was spontaan en de bewoners hadden naar mijn inschatting echt lol in het contact



met de zorgmarkt-bezoekers. Mij viel de positieve bejegening van de bewoners op diverse afdelingen op.

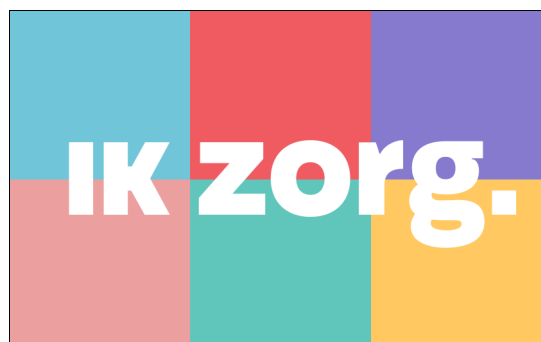
Ook aan de afrondende nazit in de hal vergezeld van een smakelijk hapje en een drankje deden een aantal bewoners vrolijk mee.

Eén constatering werd achteraf breed gedeeld: de zorgmarkt was een mooi initiatief en er valt elkaar veel te vertellen.

De beschikbare tijd was daarvoor aan de korte kant dus het is voor herhaling vatbaar! Nog iets meer kruisbestuiving over de locaties heen is voor een volgende gelegenheid wellicht een goed idee.



Henk Jeukens, voorzitter Raad van Toezicht



Activiteitenprogramma Kalorama

Samen door Amsterdam
in de aula

Liedjesprogramma door
Harald Veenstra

Woensdag 6 februari



vanaf 14.00 uur

Muziekmiddag met Duo Draadloos in de aula

Maandag 11 februari

vanaf 14.00 uur



Bingo in de aula

Dinsdag 19 februari

vanaf 14.00 uur

Gezelligheidskoor "Dukenburgs Glorie" in de aula

Donderdag 21 februari

vanaf 14.00 uur

Carnavalsmiddag met Tom Meuwese in de aula
Iedereen in polomaise.....

Donderdag 28 februari

vanaf 14.00 uur



Naast deze extra activiteiten hebben we onze
wekelijkse vaste activiteiten.

Kijk voor meer informatie op de prikborden of op de
website www.kalorama.nl/kalorama-locatie

U bent van harte Welkom!

Activiteitenprogramma Kulturhus

Ieder dagdeel komt de werkgroep samen
(behalve op de woensdagmiddag).

Wisselend door de hele week is de hobby- en kook-
groep actief.



Voor meer informatie over de activiteiten bij het
Kulturhus kunt u contact opnemen met een van
onze medewerkers, bereikbaar op
Telefoonnummer 024 – 684 72 13
of per email: ACKulturhus@kalorama.nl



Meer informatie op de website:

www.kalorama.nl/kalorama-t-kulturhus

 **kalorama**
't kulturhus
dagbehandeling doofblinden
inloop & ontmoeting

Activiteitenprogramma

Centrum voor Doofblinden

Sporten in de fysioruimte

Iedere maandag

**Bewegen?
Gewoon doen!**

09:00 uur

Zintuiglijke en individuele activiteiten

Iedere maandag

13:00 uur

Toneel

Iedere maandag

13:30 uur

en om 18.30 uur

Koortje in de thuishamer

Iedere dinsdag

09:30 uur

Zintuiglijke en individuele activiteiten

Iedere dinsdag

09:30 uur

Kaarsen en hobby

Iedere dinsdag

09:30 uur



Toneel

Iedere dinsdag

10:00 uur

Kaarsen maken

Iedere dinsdag

13:30 uur

Krant voorlezen in de thuishamer

Iedere woensdag

09:30 uur



Koken in de thuishamer

Iedere woensdag

13:30 uur



Zintuiglijke en individuele activiteiten

Iedere woensdag

13:30 uur



Volksdansen in de aula

Iedere woensdag

18:30 uur

Hobby

Iedere donderdag

09:30 uur

Zintuiglijke en individuele activiteiten

Iedere donderdag

09:30 uur



Trommelen

Iedere donderdag

13:30 uur

Zintuiglijke en individuele activiteiten

Iedere vrijdag

09.30 uur

Klankschalen

Iedere vrijdag

10:00 uur



Trommelen in de thuishamer

Iedere vrijdag

13:30 uur

Weet je nog wel; terug naar vroeger

Iedere vrijdag

14.00 uur



Kijk voor meer informatie op de website

www.kalorama.nl/kalorama-centrum-voor-doofblinden

Activiteitenprogramma 't Höfke



Handwerken in de huiskamer

Iedere maandag 10:30 uur

Koffie drinken in de huiskamer

Iedere donderdag 10:30 uur

Schilderen in de huiskamer

Iedere maandag 14:30 uur



Handenarbeid in de huiskamer

Iedere vrijdag 10:30 uur

Koor in de kapel

Iedere maandag 16:00 uur

Bingo in de zaal

Iedere vrijdag 14:30 uur



Voorlezen in de huiskamer

Iedere dinsdag 10:30 uur

Viering

Iedere zaterdag 18:30 uur

Kaarten/sjoelen/rummikub in de zaal/serre

Iedere dinsdag 14:30 uur



Bakken in de huiskamer

Iedere woensdag 10:30 uur



Gym in de kapel

Iedere woensdag 14:00 uur



Kijk voor meer informatie op de prikborden of op de website

www.kalorama.nl/kalorama-t-hofke

Koersbal in de zaal

Iedere woensdag 14:30 uur

Cafémiddag in de serre

Iedere woensdag 14:30 uur



U bent van harte Welkom!

Activiteitenprogramma

Veste Brakkenstein

Open atelier

Iedere maandag t/m donderdag 09:30 uur

Djembégroep

Kookgroep voor afdeling

De Biesselt

Iedere maandag



14.15 uur

14.00 uur

Klassieke muziek

10.30 uur

Wandelgroep voor afdeling De Goffert 10.30 uur

Jeu de Boules 14.00 uur

Dans/beweggroep 15.30 uur

Iedere dinsdag



Kaartgroep 10.30 uur

Individuele activiteiten afdeling De Frasselt

Iedere woensdag

Koor (zangochtend) 10.30 uur

Individuele activiteiten op div afdelingen

Beweggroep voor afdeling De Duffelt 14.00 uur

Iedere donderdag

Individuele activiteiten op div afdelingen

Activiteit voor afdeling De Duffelt 14.00 uur

Individuele of groepsactiviteit voor afdeling Goffert

Iedere vrijdag



Extra activiteiten

Culturele middag Afghanistan met muziek en hapje in de hal

Zaterdag 2 februari

14.00 uur



Bingo in de hal

Donderdag 14 februari

14.00 uur

Pronkzitting/carnavalsavond in de hal



Woensdag 20 februari

19.00 - 21.15 uur

Bingo in de hal

Maandag 11 maart

14.00 uur

Lente buffet in de hal

Donderdag 21 maart

12.30 uur

Optreden van zanggroep "de Kels" in de hal

Donderdag 4 april

14.00 uur

Bingo in de hal

Donderdag 11 april

14.00 uur

Jonckers schoenverkoop in de hal

Vrijdag 19 april

Jonker
s c h o e n e n

Kijk voor meer informatie op de prikborden of op de website:

www.kalorama.nl/kalorama-veste-brakkenstein

U bent van harte Welkom!

Het Kalorama nieuws komt een aantal keren per jaar uit en informeert bewoners en hun familie, bezoek en belangstellenden over de ontwikkelingen binnen alle locaties van Kalorama.

Uw bijdrage is welkom via info@kalorama.nl of per post:

Kalorama

T.a.v. Redactie Kalorama nieuws
Nieuwe Holleweg 12
6573 DX Beek - Berg en Dal

Redactie:

Ellen Nieuwenhuis