



## In deze uitgave:

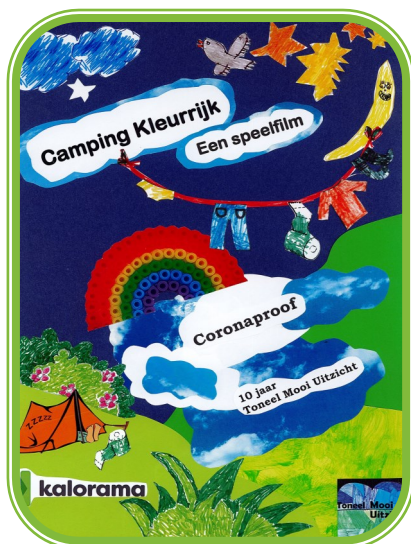
- Een uitgebreide terugblik op de jaarafsluiting op de diverse afdelingen
- Toneel Mooi Uitzicht viert feest!
- Hospice brengt eigen kookboek uit
- en nog veel meer.....



## Het eerste Kalorama Nieuws in het jaar 2021!

In deze editie zult u weer veel verhalen lezen die een beeld geven van hoe het is en gaat bij Kalorama. Ondanks de maatregelen rondom het coronavirus hebben al onze collega's zich maximaal ingezet en elkaar ondersteund om u tijdens de feestdagen zo goed mogelijk zorg te kunnen blijven bieden. Want uw welzijn staat voor alle collega's van Kalorama voorop. Ook, of misschien wel juist, in deze moeilijke tijd.

De acteurs en begeleiders van Toneel Mooi Uitzicht verdienen deze keer een speciale vermelding. Het afgelopen jaar was hun



10-jarig jubileum en dat wilden ze natuurlijk heel graag met hun publiek vieren. Maar omdat dat vanwege Corona helaas niet mogelijk was, hebben zij al hun creativiteit gebruikt en een prachtige film gemaakt. Wat een veerkracht en wat een schitterend resultaat, ik kan de film dan ook aan iedereen van harte aanbevelen!

Voor de bewoners van het Centrum voor doofblinden zal dit nieuwe jaar zeker een bijzonder jaar gaan worden. Zij gaan verhuizen naar hun "nieuwe huis". En dat is iets waar veel bewoners al heel erg lang naar uitkijken. Op dit moment wordt er hard gewerkt aan de laatste voorbereidingen van de oplevering van deze gebouwen. Natuurlijk wordt er ook al gesproken over de verhuizing en inrichting van de groepen en de kamers van de bewoners. Kortom, er is nog het nodige te doen, maar de eindstreep is in zicht.

Natuurlijk blijft het spannend op welk moment en op welke manier we dit jaar letterlijk en figuurlijk weer wat meer ruimte gaan krijgen. Hopelijk zal het vaccineren van onze collega's en de bewoners ons hierbij gaan helpen.

Ik wens iedereen heel veel sterkte toe in deze moeilijke tijd en kijk met u allemaal erg uit naar de tijd waarin al deze maatregelen niet meer nodig zullen zijn.

Vanaf hier wens ik u een fijn 2021 en weer veel leesplezier toe.

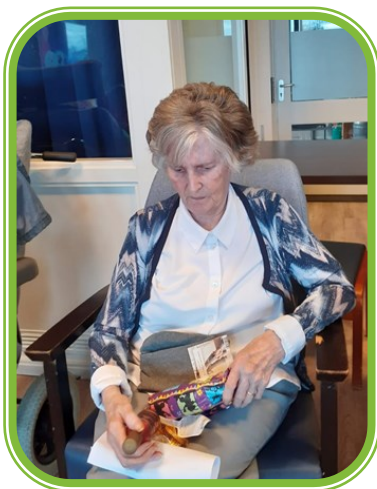
Hartelijke groet, Fieke van Deutekom



## Corona en de feestmaand december op afdeling Vossenbergh

Door het Corona virus hebben we als afdeling Vossenbergh bedacht wat kan er wel voor onze bewoners gedaan worden om er toch wat moois van te maken in de decembermaand.

Op 4 december heeft een vrijwilliger en een familielid van een bewoner gezorgd dat er een Sint met Piet kwam. Voor alle bewoners hadden ze een kadootje met een gedicht. Onder het genot van een beker warme chocolmelk met slagroom werden de kadootjes allemaal uitgepakt. De bewoners hebben hiervan genoten.



Bewoners hebben samen met de activiteitenbegeleiders kerststukjes gemaakt om de afdeling aan te kleden.



Omdat dit jaar de kerst ook anders verloopt dan de afgelopen jaren hebben we voor alle familieleden een kerstkaart gemaakt met de foto van de bewoner om ze fijne dagen te wensen. De reacties van de familie waren geweldig.



Op 24 december heeft pastora Daniella ervoor gezorgd dat we een kerstviering met gitarist hadden in de aula. Mooie kerstliedjes werden er gespeeld. Dit jaar was de familie er vanwege corona niet bij aanwezig. Desondanks hebben de bewoners er echt van genoten.

Bij terugkomst was de afdeling versierd voor de kerst en, de tafels gedekt om samen met personeel de kerst in te luiden met een gezellige maaltijd met veel lekkers.



Waarbij de toetjes toch het lekkerst bleken te zijn. Zo hebben we er met elkaar voor gezorgd dat de bewoners een leuke en sfeervolle decembermaand hebben gehad ondanks de corona.



Afdeling Vossenbergh



Hoor wie klopt daar mensen,  
de Sint met al zijn wensen:  
“Een groots feest met elkaar”,  
de mooiste wens dan maar voor komend jaar  
Daarom dit jaar vooral klein,  
maar zo dat we toch samen konden zijn.  
Versieren van speculaaspoppen en Bingo's meerdere malen,  
op elke afdeling viel wat te halen.  
Hier en daar ook nog een gedicht,  
met kenmerkende eigenschappen van bewoners nader belicht.

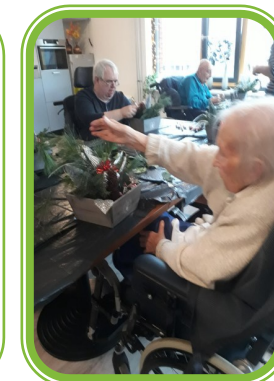
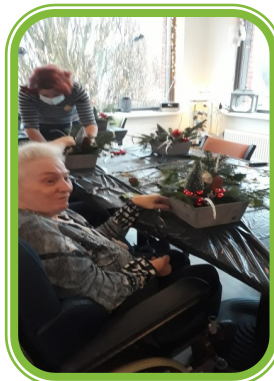


# Veste Brakkenstein

## Activiteiten rondom Kerst

Sfeerimpressie van activiteiten rondom  
Kerst op onze afdelingen

### Kerststukjes maken



### Kerstbingo



## Kerstconcerten op afdelingen m.m.v. pianist Daniël Schouten en gitarist

Ger Keijzers



Langs deze weg nogmaals onze dank aan **Daniël en Ger**. Ondanks de corona-maatregelen vonden er in de weken voor kerst in de huiskamers van onze afdelingen en in andere geschikte ruimtes mooie intieme concerten plaats. Vanwege deze maatregelen alleen instrumentaal, het zacht *coronaproof* meeneuriën van “stille nacht” maakte hierdoor wellicht nog meer indruk.

## Kerstdiner dagbehandeling

Het kerstdiner van onze afdeling de Dagbehandeling kreeg dit jaar ook een andere invulling; helaas mochten familieleden en/of contactpersonen niet uitgenodigd worden. Het diner bereidt door onze kookondersteuners was echter wel als vanouds, hopelijk volgend jaar ook de invulling weer als vanouds!





## Oud en Nieuw viering

Denkend in mogelijkheden organiseerde onze Oud en Nieuw commissie (AB en een contactpersoon van afdelingen) op de laatste dag van het jaar een viering voor onze bewoners, geheel coronaproof. In de hal van het café/restaurant was een soort van parcours uitgezet die bewoners konden volgen: muzikant Rogelio musiceerde achter het spatscherm van de receptie en in de verschillende hoeken van de hal waren tafels met bubbels en hapjes. Hapjes verzorgd door medewerkers van de centrale keuken. Elke afdeling kwam volgens een strak schema aan de beurt, met aan het einde (toegestaan) siervuurwerk en sterretjes op het binnenplein. Dit gebeuren buiten werd muzikaal omlijst door trompettist Hans Jansen (zoon van mw. Jansen woonachtig op afdeling de Goffert). Dank aan het organiserende team, muzikanten en medewerkers die deze dag aanwezig waren.

Happy New Year!







# Happy New Year!



## Decembermaand op de Wolfsberg



## Kerstmis 2020 op de Wolfsberg

Een bijzondere kerstviering dit jaar, mede bepaald uiteraard door de regelgeving rondom Corona. Maar toch beleefden de bewoners van de Wolfsberg een fijne en passende kerstviering met elkaar. Medewerkers en vrijwilliger waren al vroeg op de dag aan de slag met de voorbereiding. In de huiskamer werd met de leden (bewoners) van het kookteam al een start gemaakt met het bereiden van hapjes voor na afloop van de viering. Zo zijn er gevulde wraps gemaakt, een tonijncocktail en meer. Rond het middaguur kwam ook muzikant Roge Zwart om alvast in de kapel zijn repertoire aan kerstliederen te repeteren. Samen met geestelijk verzorgende Petra had Roge passende kerstliederen uitgezocht voor tijdens de viering. En het werd een bijzondere viering, met tweemaal een bijdrage van bewoners; een mooie tekst werd voorgedragen en een zelf gemaakt gedicht werd opgelezen. Ook de kwaliteitsverpleegkundige wenste namens het team De Wolfsberg de bewoners en elkaar een fijne kerst toe. Na deze viering met de kerstliederen bleek de stemming er goed in; de verse hapjes werden feestelijk naar de kapel gebracht, bubbels erbij en Roge bleef de hele middag om nog meer muziek te maken en te zingen.

Een zeer geslaagde kerstviering anno 2020. De bewoners gaven aan er erg van genoten te hebben.



## En Oud & Nieuw met verse olie-bollen door de gebroeders Aalbers

Op oudjaarsdag kwamen vrijwilliger Martien en zijn broer al om negen uur afdeling Wolfsberg op, behoorlijk bepakt met alle benodigde ingrediënten om verse olieballen en appelbeignets te bakken. Daarbij uiteraard voorzien van hulp door de bewoners. De ene bewoner sneed de appel, de andere hielp met bakken en unaniem allemaal hielpen ze mee met proeven.

Het was een geslaagde activiteit die tot ongeveer 17 uur duurde. Een behoorlijke voorraad verse olieballen achterlatend voor bewoners en personeel. Tijdens een laatste avondronde over de afdeling, omstreeks 22 uur, kwamen er nog vragen van bewoners die prinsheerlijk in bed lagen en graag bij de TV nog een verse oliebol wilden.



## Toneel Mooi Uitzicht presenteert speelfilm "Camping Kleurrijk"



## Een alternatieve voorstellingsweek ondanks corona toch een succes!

Maandag 7, dinsdag 8, donderdag 10 en zaterdag 12 december 2020 hadden we een zeer divers programma in onze jaarlijkse Toneelweek. Helaas konden we door de maatregelen rondom Corona geen publiek ontvangen en is onze première een half jaar uitgesteld. Maar we hebben erg genoten! We hebben dit jaar, zoals u wellicht al had vernomen, een prachtige speelfilm gemaakt met de titel: "CAMPING KLEURRIJK".

Normaal is een toneelweek spannend en daardoor best nog wel stressen. Dit jaar was het zeer onspannen, omdat de film al af was. De prestatie was immers al geleverd. Wij hebben zmet alle spelers in drie kleinere groepen het volgende gedaan:

- ◆ Met z'n allen heerlijke Jubileumtaart gegeten, met het logo van onze toneelgroep en poster van onze voorstelling, met koffie en thee.
- ◆ Elke speler, lid van onze band en de begeleiders hebben een bedankcadeautje een mooi regenboogspeldje met daarop een zéér persoonlijke boodschap ontvangen.

Normaal noemen we dat de toi-toi-toi-tjes; een aanmoedigingscadeau, dit jaar noemen we het dus een bedankcadeautje.

- ◆ Elke speler heeft een eigen en creatief Toneel Mooi Uitzicht Jubileum T-shirt gemaakt. Iedereen heeft ervan genoten maar vooral Paul, Colinda en Eefje waren echt niet meer te stoppen!



- ◆ Er zijn portretfoto's van de spelers gemaakt.
- ◆ Met z'n allen een lief bedankfilmpje gemaakt voor onze band en Marion die heeft de dames van de PR mooi en persoonlijk toesproken in dit filmpje.
- ◆ We hebben met de leden van de band op zaterdagmiddag een mooie filmpremière gehad waarbij Marie-José namens alle spelers onze leden van het combo even extra in het zonnetje heeft gezet.
- ◆ Iedereen kreeg tijdens de activiteit: "Film kijken", een verrassingstasje met daarin appelsap, cola, chips, popcorn, een regenboogarmbandje en de spelers kregen ook nog een kleurrijke boa die we gebruikt hebben tijdens de opnames van onze film.
- ◆ We hebben natúúrlijk samen naar de speelfilm Camping Kleurrijk gekeken.

- ◆ Een heerlijk Turks toetje gegeten om de toneelweek mee af te sluiten. Speciaal gemaakt door Serpil, want zij maakt al jaren eten bij het diner voor ons allen op de laatste avond.  
Deze smakelijke traditie wilden we graag in ere houden! En dat is gelukt met een meer dan aantrekkelijk toetje met echte kleurrijke rozenblaadjes!
- ◆ We hebben gelachen, gezongen en gedanst.
- ◆ Ook hebben we als echte filmsterren met (alcoholvrije) bubbels geproost op de zeer goede afloop van dit enerverende theaterproject in Coronatijd.

Kortom een week waarin we ons 10-jarig jubileum toch meer dan goed hebben kunnen vieren! Namens alle spelers Grote Dank voor alle mensen die deze speelfilm mogelijk hebben gemaakt! En extra dank voor Steffie Hendriks en Michaël Sperber die voor de totstandkoming van dit project CAMPING KLEURRIJK echt onmisbaar waren! Helaas konden Lenie en Marie-José niet bij alle onderdelen aanwezig zijn ivm preventieve Coronamaatregelen, maar uiteindelijk hebben zij gelukkig ook kunnen genieten van onze filmpremière!

Onze fans en bezoekers van de toneelvoorstellingen kunnen de film thuis kijken als ze hem bij ons bestellen. Inmiddels zijn er al meer dan 100 exemplaren opgestuurd! U kunt de film bestellen tot uiterlijk eind februari. U krijgt dan van ons een link van Wettransfer waarmee u de film kunt downloaden op uw computer. De film kost € 5,00. Bestellen kan door een mail te sturen naar [toneelmooiuitzicht@gmail.com](mailto:toneelmooiuitzicht@gmail.com)

Als u de film gezien heeft zouden wij het erg leuk vinden om reacties te ontvangen die we aan de spelers kunnen laten zien/horen. Mail ze naar [toneelmooiuitzicht@gmail.com](mailto:toneelmooiuitzicht@gmail.com). Whatsapp je bericht en/of reactiefilmpje naar 06-29548513 of een kaartje naar Kalorama t.a.v. Toneel Mooi Uitzicht, Nieuwe Holleweg 12, 6573 DX Beek-Berg en Dal

### Toneel Mooi Uitzicht

*SPELERS:* Odet van Benthem - Bert Broeils - Harriët de Bruin - Riet Brusselaars - Michel Cantineaux— Piet Christen - Marion Florij - Wim Gartsen - Paul Geers - Geertje van Grieken—Eefje de Groot Heupner - Anna Houdijk - Lenie Huisman - Ruud Kreeuseler - Benno Molhoek - Joke Maas - Peter Modderman - Peter Rock Moddermann - Marie-José Mulder - René Reinders - Ineke Schuijffel - Guusje Smit - Tineke Smits - Johan Stap Huibert van der Vlist—Colinda Vermeulen—Jos Weijs

*TOLKEN/BEGELEIDERS:* Vincent van Baarsel—Annet Frazer—Sarah Geerlings - Steffie Hendriks-Buurman—Thijmen Joosten - Floor Lemmers— Laura de Jong - Niek Siebers - Jorien Smit - Judith Snieders - Anneloes Veldwachter.

*BAND:* Bas: Michael Sperber

Elektrische gitaar: Walter Dekkers

Toetsen: Jur den Breejen,

Drums: Wim Veldkamp Saxofoon: Harry Brons

Zang: Stephanie Brons en Sanne Seutter

PR: Wilma Heijmink, Suzanne Boonen, Wendy van Nes en Casper Schimmel

*BEGELEIDERS KALORAMA:* Rinke Blanksma, Liesbeth Cornelissen, Ineke Hendriks-Olsthoorn en Casper Schimmel

## 't Hofke, activiteiten rondom kerst



Kerstbingo met de bewoners



Oliebollen bakken door de dochter van een bewoner op 31 december in de huiskamer



Samen kerstliedjes zingen



We kappen onze bewoners zelf



Pingpongen in de huiskamer

## Restaurant Duivelsberg bakt verse pannenkoeken voor bewoners Kalorama

In de huidige Corona tijden verdienen bijzondere acties aandacht; zo ook deze. Medewerkers van Restaurant De Duivelsberg hebben de bewoners van afdeling Vossenberg en afdeling Wolfsberg in het zonnetje gezet, door met alle toeters en bellen hen 'uit eten te laten gaan in eigen huis', tegen een zeer gereduceerd tarief.

Op twee verschillende dagen bracht De Duivelsberg een bezoek aan Kalorama, bewoners hebben enorm genoten van de hele entourage en de smakelijke pannenkoeken.

Hartverwarmend en met terechte aandacht voor een tweetal zeer actuele acties: 'Hart voor de zorg' en 'Red de horeca'.



# Cliëntenraden Kalorama

Denkt u mee met ons beleid?



## Cliëntenraden Kalorama zoeken nieuwe leden

**Denkt u mee met ons beleid?**

**Vanzelfsprekend staan de belangen van onze bewoners en cliënten op de eerste plaats. Daarom nodigen wij u graag uit om mee te denken over ons beleid en de uitvoering ervan. Dat meedoen en meedenken is mogelijk via de cliëntenraad. Iedere locatie heeft een cliëntenraad en de voorzitters daarvan vormen de Centrale Cliëntenraad van Kalorama. Op dit moment zoeken de cliëntenraden van Kalorama Veste Brakkenstein en van het Centrum voor doofblinden nieuwe leden.**

**Rol van de cliëntenraden**

De leden van de cliëntenraden zijn bewoners, familieleden of vaste contactpersonen. Zij nemen deel aan projectgroepen bijvoorbeeld over verbouwingen of grote veranderingen in de zorg of over maaltijden. Op deze manier zijn de cliëntenraden direct bij de ontwikkeling van nieuwe plannen actief. Daarnaast hebben de cliëntenraden adviesrecht op de gebieden van kwaliteit van wonen, welzijn en zorg. De cliëntenraden komen op voor de rechten van de bewoners en cliënten.

## Cliëntenraad Kalorama Veste Brakkenstein

Helaas telt de cliëntenraad van Kalorama Veste Brakkenstein momenteel nog maar twee leden: Moniek Steggerda en Ellen Theunissen. En dat is te weinig. Een cliëntenraad kan een goede en verbindende rol spelen. Daarom is het ook voor Kalorama Veste Brakkenstein belangrijk om een sterke cliëntenraad te hebben.

We zijn met name op zoek naar mensen die een link hebben met de Frasselt, de Duffelt en/of de Biesselt, dit kunnen bewoners of naasten zijn. Ook cliënten die gebruik maken van de dagbesteding en dagbehandeling zijn zeer welkom om in de cliëntenraad mee te denken. De tijdsbesteding wordt geschat op 4 uur per maand, maar is altijd afhankelijk van uw mogelijkheden. Wilt u op een positieve kritische manier meedenken over het reilen en zeilen binnen Kalorama Veste Brakkenstein vanuit bewonersperspectief? En heeft u ook wat tijd beschikbaar? Dan zijn we op zoek naar u. Ook als u geen lid wilt worden van de cliëntenraad maar wel incidenteel en op onderdelen mee wilt denken dan horen we dat graag van u.

**Meer informatie**

Mocht u prijs stellen op een vrijblijvend gesprek zodat u meer inzicht kunt krijgen in de werkzaamheden van de cliëntenraad? Neem dan gerust contact met ons op. We horen graag van u!

Moniek Steggerda e-mail:

[m.steggerda@live.nl](mailto:m.steggerda@live.nl)

Ellen Theunissen e-mail:

[ellen.theunissen@gmail.com](mailto:ellen.theunissen@gmail.com)

Voor meer informatie kunt u ook contact opnemen met de ondersteuner van de cliëntenraad:

Karin Kalthoff e-mail: [k.kalthoff@kalorama.nl](mailto:k.kalthoff@kalorama.nl) of u belt naar: 088 9294038



## Cliëntenraad Centrum voor doofblinden

Deze cliëntenraad heeft op een goede, positief kritische wijze contact met de medewerkers van de locatie. Een cliëntenraad kan een goede en verbindende rol spelen. Daarom is het ook voor het Centrum voor doofblinden belangrijk om een sterke cliëntenraad te hebben.

De afgelopen tijd heeft de cliëntenraad zich met tal van onderwerpen bezig gehouden, zoals de nieuwbouw, afschaffing betalen met contant geld in het restaurant, wijziging wasprocedure, ontwikkeling naar zelforganisatie in de woongroepen, koken in de woongroepen en toepassen hygiëne maatregelen daarbij.

De tijdsbesteding wordt geschat op 4 uur per maand, maar is altijd afhankelijk van uw mogelijkheden. Wilt u op een positieve kritische manier meedenken over het reilen en zeilen binnen het Centrum voor doofblinden vanuit bewonersperspectief, en heeft u ook wat tijd beschikbaar? Dan zijn we op zoek naar u! Vanwege het belang van een goede vertegenwoordiging vanuit alle woongroepen nodigen we met name bewoners/naasten uit vanuit de woongroepen 1a, 2a/b, 2c. d'Oorsprong en Boszicht.

### Meer informatie

Stelt u prijs op een vrijblijvend gesprek zodat u meer inzicht kunt krijgen in de werkzaamheden van de cliëntenraad? Neemt u dan gerust per mail contact met ons op.

Irene Zantman, e-mail: [jaspirene@gmail.com](mailto:jaspirene@gmail.com)

Moniek Steggerda, e-mail: [m.steggerda@live.nl](mailto:m.steggerda@live.nl)

Mea Verbunt, e-mail: [meaverbunt@hotmail.com](mailto:meaverbunt@hotmail.com)

Wilt u meer informatie over de cliëntenraden van Kalorama kijk dan eens op onze website:

<https://www.kalorama.nl/cliëntenraad>

U kunt het ook allemaal nog eens rustig nalezen in de brochure van de cliëntenraden. Stuur u een e-mail naar [secretariaat@kalorama.nl](mailto:secretariaat@kalorama.nl) dan ontvangt u de brochure per post thuis of op de afdeling.



*Als je gelukkig wilt zijn voor een uur  
Doe dan een dutje*

*Als je gelukkig wilt zijn voor een dag  
Ga dan vissen*

*Als je gelukkig wilt zijn voor een maand  
Ga dan trouwen*

*Als je gelukkig wilt zijn voor een jaar  
Erf dan een fortuin*

*En als je gelukkig wilt zijn voor een heel  
leven*

*Help dan een ander!*

*Een bewoner*

## De handen van mijn moeder



Ik heb ze vaak gezien tijdens de bezoeken. Er zijn periodes geweest dat grote delen van onze gesprekken over die handen gingen. Over de pijn die ze doen, over wat ze er allemaal niet meer mee kan. Over hoe ze haar belemmeren bij alledaagse activiteiten. Over dat ze daar aan nu goed merkt dat ze nu toch echt achteruitgaat. Ze strekte dan haar armen, stak haar handen naar voren uit, om haar verhalen kracht bij te zetten. Ik zag dan de aderen dik op die handen liggen, haar hoge leeftijd was ervan af te lezen. Soms viel mijn oog op de nagellak. Als ik er iets over zei, was het altijd het meisje dat dit graag wilde doen. Het meisje vond het leuk haar te verzorgen, haar er nog goed te laten uitzien. Maar dat rood had ze eigenlijk niet moeten doen, zei ze wel eens. De week daarop fonkelden er dan goudkleurige sterretjes van haar nagels af. Ja het meisje was weer geweest, lachte ze dan.

Ik denk niet dat dit de handen van het meisje zijn. Hoewel, het zou kunnen: een foto van het meisje dat beoordeelt of ze tevreden is met het resultaat van haar lakwerk.

Ik denk eerder dat het intieme gebaar dat hier te zien is, het gevolg is van een gespreksmoment van een verzorgster met mijn moeder.

Misschien op het moment dat het haar teveel wordt, dat ze met de afstand even niet meer leven kan. Waarop ze de vermoeide handen in de schoot legt in de hoop op betere tijden. Wanneer aanraking weer gewoon is, zonder plastic handschoenen.

De foto geeft een aangrijpend kijkje in de keuken van Kalorama. Als het bezoek weg is..... Het ontbrekend gezicht doet recht aan de privacy van mijn moeder. Haar handen spreken boekdelen. De uitgestoken handen van de ander stralen 'een gewilde ontmoeting' uit in een tijd dat op aanraken een taboe rust.

De doorleefde aderen verraden onherroepelijk de ouderdom. De gelakte nagels tonen de wens iets moois te willen maken van de tijd die rest. Net zoals ze met de tweewekelijks bezoeken aan de kapper zichzelf en haar haren in model wil houden. Nee, ma heeft de moed nog niet opgegeven. Ze kiest ook in deze Coronatijd voor door blijven gaan met vieren van het leven.

Een beetje ijdelheid is mijn moeder nooit vreemd geweest.

## Kerst 2020 in het Hospice

Geen kerstviering in een sfeervolle kapel, met mooie overdenkingen, zang, oude kerstliederen, en na afloop bijpraten met collega's onder het genot van heerlijk eten en een drankje. Zelfs geen Walking diner in de tuinen van het hospice, wat we nog even hoopten.

Geen foto's van Simon om na te genieten.

Geen kerstviering ook voor de gasten en hun naasten op kerstavond in de huiskamer, zoals andere jaren, met aansluitend een uitgebreid kerstbuffet.

Maar wel... kerstcadeaus van Kalorama én van het hospice (de chocolaatjes waren al snel op!).

Een prachtige Glossy met mooie verhalen, gedachten, anekdotes, tips, recepten; bovendien heel mooi verpakt, met dank aan de afdeling doofblinden van Kalorama.

Veel oliebollen, appelflappen en gebak, van Kalorama, maar ook van de gasten, als pleister op de coronawond.

Voor de gasten en hun naasten toch een kerstbuffet, maar dan een mini-versie, op de kamers geserveerd en erg werd gewaardeerd: "Julie maken er toch nog wat van, ook al zijn er weinig mogelijkheden."



Heerlijke kerst- en nieuwjaarsdinners, gekookt door de keukenmedewerkers en een aantal weekendkookvrijwilligers, waarvan de gasten, hun bezoek en ook de dienstdoende medewerkers en vrijwilligers genoten hebben.



Alle mooie kerststallen die ook dit jaar weer op hun plek stonden, en overal was er prachtige kerstversiering: bij de ingang, in de hal, de refter, de huiskamer en op nog veel meer plekken. Zelfs de muur bij de trap naar de kelder was versierd! Het hospice straalde zowel van binnen als van buiten.

En zo was het toch nog Kerst in het hospice.



## Zo erg nog niet

Laatst las ik in de krant dat de Universiteit Twente een app heeft ontwikkeld met de naam 'Zo Erg Nog Niet (ZENN)'. De UT wil met deze app mensen helpen die last hebben van verminderd welbevinden door de coronacrisis. De app stimuleert deelnemers om zes weken lang dagelijks stil te staan bij positieve dingen, dingen om dankbaar voor te zijn.

Dankbaarheid als tegengif voor negatieve gevoelens, voor eenzaamheid, angst, neerslachtigheid. Wat een goed idee. Ik denk dat het helpt.

Afgelopen oktober was ook ik geveld door het gevreesde virus. Gelukkig was ik niet heel erg ziek, maar alles bij elkaar duurden de klachten wel lang. Ik had vooral last van verkoudheidsklachten en vermoeidheidsklachten. Omdat ik het in het begin enorm gebagatelliseerd had ("nee hoor, ik voel me helemaal niet ziek, het is al bijna weer over, maar een beetje verkouden.....etc"), dacht mijn omgeving (gek genoeg) dat het niet nodig was om mij veel aandacht te geven. Ik redde me wel. Maar toen het na een week of 6 nog steeds niet over was, en ik nog steeds binnen in quarantaine zat, begon ik mezelf toch wel een beetje zielig te vinden. Ik zit hier maar en niemand kijkt naar me om. Je kent het wel: zelfmedelijden! Op een ochtend werd ik, vol zelfmedelijden wakker: waarom krijg ik zo weinig aandacht en waarom komt er eigenlijk niemand op het idee om mij een bos bloemen te sturen? Ik pakte mijn telefoon en scrolde door mijn contacten. Ach, hoe zou het eigenlijk met mijn tante zijn? Die zit al de hele coronaperiode in haar eentje. En hoe is het met die vriendin, die zoveel zorgen heeft? En met die? En die? Ik stuurde wat berichtjes rond.

Al snel kwamen de berichtjes terug. Allemaal lieve reacties. Allemaal blij dat ik aan ze dacht. Mijn zelfmedelijden verdween als sneeuw voor de zon. Zo erg was het nou ook weer niet met mij.

Ik ging weer opgewekt aan het thuiswerken en besloot er maar van te genieten dat ik gezellig bij mijn vriendin en onze kat thuis was. Eigenlijk best fijn om nog even niet te hoeven.

De volgende dag ging de bel. Er stond een mijnheer met een grote bos bloemen voor de deur. Ik keek op het kaartje: Beterschap! Afzender: de collega's van het hospice. Dank jullie wel nog daarvoor!

Ik denk dat we allemaal in ons leven zulke momenten wel kennen. En als we niet oppassen staren we ons blind op al die dingen die niet goed gaan of die we niet mogen. Maar, kijk om je heen en zie wat er wel is. Wat dacht je bijvoorbeeld van een prachtig hospice, met een geweldig enthousiast team van medewerkers en fantastische vrijwilligers? Allemaal mensen die op hun manier van betekenis zijn voor anderen. Of al die leuke initiatieven van mensen die proberen om er ondanks de coronamaatregelen toch nog wat van te maken? Of wat denken jullie van dat geweldige vaccin, dat ons straks weer veel meer vrijheid gaat geven? Dat alles geeft veel reden tot dankbaarheid.

Hanneke van Beusichem

## Receptenboek

Wat is het mooi geworden, ons receptenboek! We hebben al veel enthousiaste reacties gehad, over de inhoud, maar vooral ook over de vormgeving, en terecht.

Het was eigenlijk de bedoeling dat het receptenboek voor de feestdagen uit zou komen, maar dat lukte niet meer. En misschien is het achteraf juist wel mooi dat het erna kwam. Vóór de feestdagen was er immers al de Glossy en de kerstcadeaus van Kalorama en het hospice, en hadden we het druk met alle voorbereidingen voor kerst en oud en nieuw. Nu was alles achter de rug en kon het de aandacht krijgen die het verdient.

Dat dit receptenboek er nu is, is vooral te danken aan Bart van den Oever, een van de weekendkookvrijwilligers. Toen ik hem vroeg hoe hij op dat idee was gekomen, vertelde hij dat het eigenlijk door corona kwam. In het begin van de eerste lockdown besloot hij een soezentaart te maken om al die hardwerkende mensen in het hospice een beetje te verwennen. Die taart viel zo goed in de smaak dat diverse mensen hem om het recept vroegen. Dat kon, maar dan wel in ruil voor een ander recept, vond Bart. En dat bracht hem toen op het idee om die recepten te bundelen en er een soort kookboek voor het hospice van te maken. Hij vroeg collega Wilma wat zij van dat idee vond en dat kunnen we wel raden, Wilma kennende! Helemaal enthousiast.

Vervolgens kwamen ze bij mij, met de vraag of ik wilde helpen met mailtjes naar de medewerkers en vrijwilligers en dat soort zaken.

Dit doe ik dat wel vaker doe voor Antoinet en Wilma. Natuurlijk kon ik geen nee zeggen!



Hanneke van Beusichem, onze locatiemanager, zorgde ervoor dat er ondersteuning door Kalorama kwam. Ze heeft overigens zelf ook een heerlijk recept aangeleverd.

Dus aan de slag, zou ik zeggen, en veel kookplezier!



Bart v.d. Oever, de initiatiefnemer van het receptenboek, die 'officieel' een exemplaar krijgt overhandigd van zijn broer Ted. Samen koken zij regelmatig in het weekend in het hospice.

## Hoop op betere tijden...

We staan aan het begin van een nieuw jaar nadat we een turbulent jaar hebben afgesloten. Wat zal 2021 ons brengen? Na het absurde jaar 2020 is alles mogelijk, ook wat we niet zouden hebben kunnen denken. Hoe gaan we verder in de periode die voor ons ligt? Met scepsis, vertrouwen, onvrede, verdriet, gelatenheid of hoopvol? Dat zal zeer afhangen van onze ervaringen in 2020. Vele mensen hebben verdriet en eenzaamheid ervaren of onmacht en wanhoop. In hun persoonlijke leven of in hun werksituatie. Er was zoveel wat ons overkwam en daar gaan we allemaal verschillend mee om. Soms komt dat bovenop andere nare ervaringen en is het meer dan we verdragen kunnen. We hebben aan den lijve ervaren hoe kwetsbaar we zijn. Ook hebben we gemerkt hoe belangrijk aanwezigheid en nabijheid zijn en hoezeer we het missen als dat niet mogelijk is.

En nog steeds is lichamelijke nabijheid niet wenselijk als we het coronavirus willen uitbannen. Hoelang gaat dit nog duren?

Soms kunnen ongeduld en wanhoop toeslaan. Hoelang blijven wij, blijft de wereld in de greep van deze pandemie? Wanneer gaan we weer terug naar hoe het was en komt dat ooit nog? Allemaal vragen waar niemand een antwoord op heeft maar die wel door ons hoofd kunnen spelen.

2021 ligt voor ons, als een onbeschreven blad. Net als vorig jaar weten we niet wat dit jaar ons zal brengen. Na vorig jaar weten we dat alles kan, in negatieve zin maar misschien ook wel in positieve zin. Er is veel mogelijk, misschien wel meer dan waar we op durven hopen. Maar laten we in ieder geval hopen op betere tijden, vertrouwen dat er ook goede dingen mogelijk zijn, geloven dat we het samen kunnen rooien, dat saamhorigheid en verbondenheid mogelijk zijn en blijven!



Dienst geestelijke verzorging: Daniella, Rachelle en Berber

## 2021 het jaar van de vrijwilliger

Het jaar 2021 is door NOV (Nationale Organisatie Vrijwillige inzet) uitgeroepen als “Het jaar van de vrijwilliger”. Door diverse activiteiten te organiseren door het land en bij organisaties, levert dat een bijdrage aan het bereiken van meer en nieuwe mensen bij vrijwillige inzet.

In het kader daarvan willen wij het vrijwilligerswerk extra in de schijnwerpers zetten binnen Kalorama.

We willen regelmatig via intranet informatie, feitjes en ervaringen m.b.t. vrijwilligerswerk op intranet delen, te beginnen met vandaag!!

Door Corona kiezen veel vrijwilligers van Kalorama er voor om niet te komen. Dat betekent niet dat ze niet gemist worden. Een aantal komt wel en wordt warm ontvangen. In goed overleg met collega's wordt per keer afgestemd hoe verantwoord samengewerkt kan worden.

Er zijn ongeveer 400 vrijwilligers aan Kalorama verbonden, verdeeld over de verschillende locaties.

Vrijwilligers zijn belangrijk en leveren een waardevolle bijdrage aan onze dienstverlening en de kwaliteit van leven van onze bewoners.

Enkele voorbeelden van samenwerking met vrijwilligers: de waakvrijwilligers voor alle locaties, café vrijwilligers bij Kalorama, fiets vrijwilligers bij het centrum voor doofblinden, jeu de boules vrijwilligers bij de Veste, de zorgvrijwilligers bij het Hospice, enkele vrijwilligers bij de T.D., de vrijwillige-chauffeurs, de 'maatjes' op alle locaties.... Zo kunnen we nog wel even door gaan.

In het kader van “Het jaar van de vrijwilliger” zijn we op zoek naar ideeën om Het jaar van de vrijwilligers op Kalorama concreter te maken.

Hierbij willen wij iedereen die verbonden is aan Kalorama uitnodigen om mee te denken of doen of hierover met een van ons in gesprek te gaan.



Wat? Dat kan van alles zijn; van concrete plannen tot bijzondere ideeën. Een voorwaarde is dat het betrekking heeft op het vrijwilligerswerk of vrijwilligers.

Voorbeelden zijn: hoe kunnen medewerkers ambassadeurs zijn om vrijwilligers te werven, hoe kunnen we de vrijwilligers nog meer in het zonnetje zetten of misschien deel je een mooie ervaring van waardevolle samenwerking met een vrijwilliger of loop je al langer met een idee en wil je er gewoon eens over praten?

Hoe: over je ideeën/vragen kun je met een van ons in gesprek op jouw afdeling/locatie of door een mailtje te sturen naar [informelezorg@kalorama.nl](mailto:informelezorg@kalorama.nl) dan nemen we met jou contact op.

Ben je enthousiast geworden? Laat van je horen!!

Namens het team Informele zorg,

Sandra Sennef, Bonny Schrijen,  
Monique van Bentum, Marianne van Dijk  
en Cily Remy

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](mailto: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