

kalorama nieuws

In deze uitgave:

- Nieuws van de cliëntenraden
- Stichting Vrienden Kalorama schenkt
- Jaar van de vrijwilliger

En nog meer ...

We sluiten het jaar 2021 af!

In deze editie van het Kalorama Nieuws vindt u zoals altijd een bundeling van verhalen binnen en rondom Kalorama van de afgelopen periode. Ik hoop dat u deze met veel plezier gaat lezen.

Zo aan het einde van het jaar bemerk ik bij mezelf dat ik het fijn vind om weer eens terug te kijken.

Wat heeft het afgelopen jaar ons gebracht en wat staat ons te wachten in het nieuwe jaar?

Het jaar 2021 was het jaar van de vrijwilligers. We hebben hier binnen Kalorama op verschillende momenten aandacht aan besteed. Bijvoorbeeld door aan hen te vragen wat drijft en motiveert om als vrijwilliger een bijdrage te leveren. Wat vond ik het mooi om te lezen welke ervaringen zij hebben in hun vrijwilligerswerk! En hoe fijn vinden wij het dat zij ons ondersteunen in de zorg voor onze bewoners. Daar zijn we enorm dankbaar voor.

Ook fantastisch is dat dit jaar eindelijk het nieuwe Centrum voor onze bewoners met doofblindheid gereed is gekomen. Het is zeker niet altijd vanzelf gegaan maar nu kunnen zij ook echt ervaren wat hun "nieuwe huis" aan voordelen biedt. De bewoners en collega's hebben zichtbaar genoten van de officiële opening door prinses Margriet. Het was zo fijn om te zien dat zij oprechte aandacht had voor hen.

Het komende jaar zal zeker ook in het teken staan van het 100 jarig bestaan van Kalorama. Een aantal collega's zijn al aan het nadenken hoe we dit vorm gaan geven. U hoort en merkt hier zeker nog meer van!

Helaas hebben we ook nu nog te maken met maatregelen rondom corona. Wie had gedacht dat we dit jaar rondom de feestdagen in een soortgelijke situatie zouden zitten als vorig jaar? Gelukkig vinden collega's steeds weer creatieve manieren om ondanks alle beperkingen aandacht te kunnen geven aan onze bewoners. Zo werd er bijvoorbeeld onlangs een high tea georganiseerd, is het huis mooi versierd en zijn er aangepaste vieringen. Met de blik op wat er wel kan, ook in deze moeilijke tijden, met veel saamhorigheid, gebeuren er gelukkig ook nu mooie dingen.

Ik wens u allemaal hele fijne feestdagen toe en een mooi 2022!

Fieke van Deutekom



Expositie Helma Groenen bij Kalorama in Beek

Helma Groenen, is biologe en geboren en getogen aan de rand van “de Bruuk” in Groesbeek, ze vertelt graag over de natuur en fotografeert deze ook nog eens in binnen- en buitenland. Al wandelend documenteert zij het vrije veld: Helma fotografeert situaties zoals die zich in de natuur voordoen, beelden van grote schoonheid maar die voor de doorsnee wandelaar meestal onopgemerkt blijven. In de loop der jaren heeft zij haar stijl veranderd; door het uitvergroten van een detail ontstaan abstracte beelden die de kijker de gelegenheid geven tot een eigen interpretatie van haar werk.



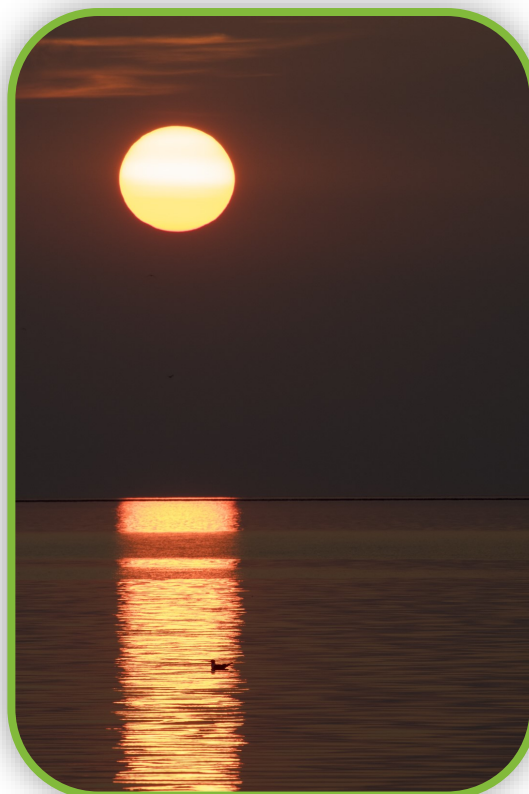
De bewoners van Kalorama hebben al kennis kunnen maken met haar passie voor de natuur middels diverse, zeer aansprekende lezingen.

Zo ontstond het idee om een foto-expositie op Kalorama in te richten ter illustratie van wat zij vertelt en om gasten en bezoekers de gelegenheid te geven haar werk te zien. De expositie is een verzameling van Helma's stijlen en technieken en is nog te zien tot 1 februari 2022 bij Kalorama, Nieuwe Holleweg 12 in Beek (Berg en Dal).

Als u toch op bezoek bent neem dan een kijkje in de centrale hal.

U bent van harte welkom!

Gedurende de expositie is er gelegenheid om Helma's werk te kopen.



Hoe een naaktslak op de koffie kwam

Sinds een tijdje heb ik een vogelvoederhuisje aan de buitenkant van mijn raam “de vogelvoedsel-bank”.

Vooraf de meesjes maken er gretig gebruik van. Het is ook een slakkenhangplek geworden en evenzo een camping want zowel de huisjesslakken als de naaktslakken bleven meerdere dagen camperen in het vogelvoer. Geen vogel meer te zien!

De naaktslak heeft het verpest met het slijm dacht ik. Er werd druk heen en weer gekropen over mijn raam en in, onder en boven op de voedselbank. In slakkengang natuurlijk.

Op een gegeven moment zag ik samen met Kellie, activiteitenbegeleidster, iets wonderbaarlijks. Onder de voedselbank hing een huisjesslak. Daar kroop een naaktslak naar toe en draaide zich in spiraal om het huis van de huisjesslak en probeerde met enorme kracht het huisje van de huisjesslak te trekken. De huisjesslak was al eerder uit zijn huisje gekropen en hield zich nog met een paar zuignapjes aan de voedselbank vast. Zo goed en zo kwaad als dat ging. De naaktslak was zo gemeen aan het trekken en verbruikte daardoor al zijn energie zodat hij moest opgeven. De veel kleinere huisjesslak hield zich mooi vast.

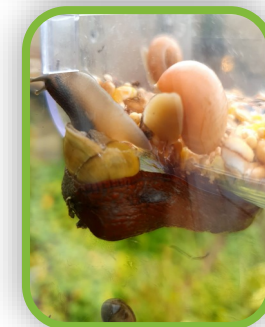
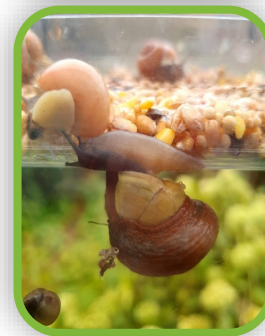
Ook in de dierenwereld was David Goliath te slim af. Het was voor Kellie en mij een prachtig schouwspel om te zien. Kellie heeft er foto's van gemaakt zo uniek dat wij ze de lezers van dit blad niet willen onthouden.

Doordat de naaktslakken alles onder het slijm hadden gemaakt was het nogal troebel maar Kellie

heeft heel erg haar best gedaan om alles zo goed mogelijk in beeld te brengen, wat haar ook goed gelukt is. Wat is de natuur toch fantastisch. En dat alles zo maar vanuit het bed gezien.

Wij hopen dat jullie er net zo verbaast van genieten als wij dit live hebben gedaan.

M. van der Kemp, afdeling Wolfsberg



Poffertjesmiddag

23 september

Sfeerimpressie poffertjesmiddag.

Deze middag werd ons aangeboden door Dhr. Jos Brenk, familielid van een bewoner.

Alles werd door hem geregeld, waarvoor nogmaals onze hartelijke dank. De middag werd muzikaal omlijst door accordeonist Henk Kuik.



Sfeerimpressie

Oktober (Veste) Brakkenstein



Sinterklaas op de dagbehandeling

Voor de cliënten van de Dagbehandeling van Veste Brakkenstein was er een kleine gezellige Sinterklaasbingo waarbij iedereen een prijs kreeg.

En er was een lieve brief "een levenslied" met wat lekkers van de Sint voor de medewerkers van de Dagbehandeling Veste Brakkenstein.



We kijken terug op een gezellig middag samen!

Dinsdag 14 december Kerstukjes maken op afdeling de Biesselt

Sfeer impressie



Nieuws van de cliëntenraden

De Centrale Cliëntenraad Kalorama en de Cliëntenraad Centrum voor doofblinden zijn ook de afgelopen maanden weer actief geweest. Hieronder vindt u een korte weergave. Wilt u meer weten neemt u dan gerust contact op.

Centrale Cliëntenraad (CCR) Kalorama

Nieuwe wasserij Springendal

De cliëntenraad is betrokken geweest bij de overgang naar de nieuwe wasserij: Springendal in Ootmarsum. Op een informatiebijeenkomst zijn we ingelicht door Lindsey Peters en medewerkers van de wasserij over hun bedrijf en werkwijze. Tevens werden we gevraagd mee te denken over duidelijke informatie aan bewoners en familie. Twee leden van de centrale cliëntenraad en drie medewerkers van Kalorama zijn op uitnodiging ook bij de wasserij op bezoek geweest, erg informatief! De CCR zal zeker een vinger aan de pols houden om te zien of alles naar wens gaat. Het ontvangen boek "130 jaar wassen aan de Springendalsebeek" ligt voor iedereen ter inzage in de hal van Kalorama in Beek.



Nieuw Electronisch Cliënten Dossier

caren

De Centrale Cliëntenraad werd betrokken bij het zoeken naar oplossingen nu blijkt dat niet alle onderdelen van het nieuwe ECD op 1 december zijn gevuld. Ook gaan we het gesprek aan over de privacy.

Jammer is dat er geen voorzieningen zijn waardoor doofblinde bewoners zelf hun dossier kunnen inzien! De Centrale Cliëntenraad heeft erop aangedrongen dat onderzocht wordt hoe dergelijke voorzieningen wel ontwikkeld kunnen worden.

Visitatie

Leden van de centrale cliëntenraad waren aanwezig bij een visitatiebijeenkomst "ouderenspecialisten". In het uitwisselingsgesprek heeft de centrale cliëntenraad ingebracht wat ons ter ore is gekomen over ervaringen met de ouderenspecialisten.

Cliëntenraad Centrum voor doofblinden

Vrijwilligersbijeenkomst

Op uitnodiging van de coördinator informele zorg, Cily Remij, waren we aanwezig op de middag voor vrijwilligers van het Centrum voor doofblinden. We zijn daar informeel in gesprek gegaan en hebben de vraag voorgelegd hoe vrijwilligers zouden kunnen helpen om zeggenschap van bewoners vorm te geven en de zorg zo goed mogelijk af te stemmen op de wensen van de bewoners. Vrijwilligers gaan immers vaak en veel om met bewoners en kennen hen goed! Een goed begin van een contact dat vervolgd wordt!

Ambulante begeleiding

Er is een gesprek geweest met de ambulante begeleiding om te bespreken hoe we cliënten van de ambulante zorg op de hoogte kunnen brengen van medezeggenschapsprocedures en het bestaan van een cliëntenraad. Besloten is om eerst een informatieve brief te maken om daarna te kunnen onderzoeken hoe cliënten meer betrokken zouden kunnen worden.

Kwaliteitsoverleg

Een lid van de cliëntenraad neemt deel aan het overleg van medewerkers van het Centrum voor doofblinden over het te maken kwaliteitsverslag 2021 en het nieuwe kwaliteitsplan 2022.

De Cliëntenraad adviseert om ook familie, mantelzorgers en vrijwilligers te vragen naar hun ervaringen. Goed om te zien hoe we elkaar inspireren!

Nieuwbouw

Al is het al heerlijk wonen in de nieuwbouw, er zijn nog wel wat losse eindjes. Zo zijn de zonwering en de horren door stagnatie in de levering nog niet geplaatst. De CR houdt ook hier de vinger aan de pols!



Opening Centrum voor doofblinden

Op 25 oktober jl. opende Prinses Margriet in het bijzijn van bewoners, collega's, genodigden en de burgemeester van Berg en Dal, het nieuwe Kalorama Centrum voor doofblinden. Wij kijken met elkaar terug op een bijzondere en feestelijke dag! De prinses onthulde samen met bewoners de laatste steen en ging daarna bij alle woongroepen op bezoek. Op onze website hebben we een verslag met foto's geplaatst. Neem eens een kijkje...



Lees je het Kalorama Nieuws online via onze website? Klik dan op de linkjes voor nog meer reportages en verslagen over de opening

Link naar reportage Blauw Bloed:

<https://blauwbloed.eo.nl/artikel/2021/10/margriet-opent-kalorama-centrum-voor-dooftblinden>

Link naar verslag Omroep Berg en Dal:

<https://www.youtube.com/watch?v=ySDB9ZWWMw4>

Link naar verslag en foto's op de website van Kalorama:

<https://www.kalorama.nl/nieuwsarchief/prinses-margriet-opent-nieuwbouw-kalorama-centrum-voor-dooftblinden>



Stichting Vrienden Kalorama

In oktober was het weer mogelijk om aanvragen in te dienen voor de Stichting Vrienden Kalorama. Vanuit collega's van alle locaties zijn er mooie initiatieven binnen gekomen, dankjewel daarvoor!

Het bestuur van Stichting Vrienden Kalorama heeft besloten dat zij dit jaar (2021) de volgende aanvragen kunnen honoreren:

- Voor bewoners van de Terp ('t Höfke): 4 maal een optreden van de Muzikale Nachtzoen.
 - Voor bewoners van Veste Brakkenstein: een VR-bril met toebehoren.
- Voor bewoners van de Frasselt (Veste Brakkenstein) kan een Smart-TV worden aangeschaft voor de therapiekamer op de afdeling.

Het bestuur werft nieuwe fondsen om op termijn ook voor de bewoners van Kalorama een rolstoelfiets met trapondersteuning en voor de fysiotherapie een bedfiets te kunnen schenken.

Afgelopen jaar (2020) hebben de Vrienden ook niet stil gezeten. Onderstaande initiatieven zijn mogelijk gemaakt:

- Voor bewoners van de Vossenbergh: 4 maal een optreden van de Muzikale Nachtzoen.
- Voor bewoners van het Centrum voor doofblinden: instrumenten tbv zintuigstimulering.

Dankjewel!

Zie hiernaast met foto's de prachtige instrumenten die wij van de Stichting Vrienden Kalorama hebben gekregen.



Wij gebruiken ze al volop in de Zinnowereld. Alle instrumenten zijn zeer mooi van geluid en erg goed te gebruiken. Toch willen wij een instrument benoemen en dat is de Ravdrum.



Dit is echt een groot succes. De bewoners vinden het een mooi en aangenaam geluid en nemen de trilling ervan heel mooi in ontvangst. De Ravdrum is goed te gebruiken als mensen in bed liggen. Zij ervaren dat als zeer aangenaam.



2021 is het jaar van de vrijwilliger

Een mooie aanleiding om onze vrijwilligers in de spotlights te zetten! In een serie korte verhalen vertellen vrijwilligers van alle locaties van Kalorama wat hen drijft en motiveert om als vrijwilliger deze bijdrage te leveren.

Achtereenvolgend zijn de verhalen van onze vrijwilligers te lezen.

Deel 1

Diana en Vincent zijn zorgvrijwilliger in het hospice Kalorama Bethlehem



Diana Rozestraten en Vincent Böklerink zijn allebei zorgvrijwilliger in het hospice Kalorama Bethlehem. Vincent al vanaf het eerste uur in 2003 en Diana is eind 2020 gestart.

Altijd al affiniteit met de zorg gehad

“Ze moeten mij het hospice uit dragen”, zegt Vincent gekserend. Al sinds de oprichting van het hospice in 2003 is hij actief als vrijwilliger. “Ik heb altijd affiniteit met de zorg gehad maar kwam toch in een andere sector terecht. In mijn werkzame leven ben ik bedrijfsleider bij de Boerenbond geweest. Iets heel anders dus. Maar ‘zorgen voor’ loopt toch als een rode draad door mijn leven.

Toen ik 18 jaar geleden wat minder ging werken, heb ik de keuze gemaakt om vrijwilliger te worden in dit prachtige hospice. Ieder jaar na de vakantieperiode maak ik die keuze voor mezelf opnieuw. En ik zeg nog steeds volmondig JA! Ik voel het als een verrijking van mijn leven. Het mooie van het hospice is dat wie je ook bent en waar je ook vandaan komt, iedereen hier dezelfde behandeling krijgt. Ik ben best een druk baasje en een dienst meedraaien in het hospice geeft mij rust. Dat komt door de sfeer en je weet wat er van je verwacht wordt. Iets mogen betekenen in het laatste stuk van iemands leven is echt heel erg mooi. Als ik hier binnenstap ben ik er 100% voor de gasten en de verpleegkundigen die wij ondersteunen.”

Vincent: “Mijn vrouw en kinderen zijn heel belangrijk voor mij maar ik zal een dienst voor het hospice niet snel verplaatsen.”

Onze bijdrage zit in hele kleine dingen

Diana heeft als orthopedagoog haar eigen praktijk in Beuningen. “Toen ik begin jaren ’90 mijn studie-keuze maakte, vond ik het al lastig om te kiezen tussen de medische of de mentale kant”, vertelt Diana. “Ik heb gewoon ook veel met het medische en verzorgende stuk.

Heerlijk dat ik dat nu kwijt kan in mijn rol als zorgvrijwilliger. Daar komt mijn interesse voor mensen die in de laatste fase van hun leven zijn bij. Hoe gaan zij om met rouw en verlies? Ik heb ervaren dat het heel mooi en intiem kan zijn om bij iemand te zijn die gaat overlijden. Onze bijdrage zit in hele kleine dingen en juist dat vind ik zo mooi. Soms lees ik voor, maak ik een kamer mooi of bied ik een luisterend oor.

Natuurlijk maak ik gebruik van mijn vaardigheden als orthopedagoog maar dat is niet mijn rol hier.

In mijn eigen praktijk maak ik voortdurend mijn eigen beslissingen maar hier volg ik. Als ik mijn dienst in het hospice start moet ik ook altijd even 3 versnellingen terugschakelen. Maar dat vind ik heerlijk en brengt juist ook ontspanning. Vertel mij maar wat ik moet doen. Na afloop fiets ik door de stad naar huis en voel ik me zo bevoorrecht dat ik midden in het leven sta. Deze bijdrage mogen leveren is zo fijn! Het helpt je telkens te relativieren.”

Diana: “Het hospice voelt als een warm bad voor mij.”

Deel 2

Ger Tax en Wilma Geenen zijn enthousiast over hun vrijwilligerswerk bij Kalorama ‘t Höfke

Ger en Wilma zijn allebei vrijwilliger bij Kalorama ‘t Höfke in Beek. Ger doet dit al vele jaren en Wilma sinds het begin van dit jaar.

Samenspel tussen bewoners, collega’s en vrijwilligers



“Ik ben taxichauffeur geweest en toen ik met pensioen ging, zag ik dat Kalorama een vrijwilliger zocht voor het vervoer van boodschappen en maaltijden. Dat heb ik een aantal jaren met veel plezier gedaan”, vertelt Ger.

“Inmiddels ben ik welzijnsvrijwilliger op afdeling De Terp in ‘t Höfke. De bewoners op deze afdeling hebben allemaal een vorm van gevorderde dementie. Ik ben hier twee dagen per week. Het is bijna niet in woorden uit te drukken wat dit vrijwilligerswerk voor mij betekent. Als je ziet hoe bewoners reageren doordat ze je handen pakken of dat ze hun duimen in de lucht steken. Dat is zo mooi, dat geeft mij een heel goed gevoel. De collega’s van Kalorama gaan enorm respectvol met de bewoners om. Op De Terp wonen 14 bewoners. Je voelt dat er hier een goed samenspel is tussen bewoners, collega’s en vrijwilligers. Voor mij is het bijzonder veel waard dat ik hier deel van mag uitmaken. Ik woon in Nijmegen heb best wat reistijd maar dat heb ik er heel graag voor over!”

Ger: “Het is bijna niet in woorden uit te drukken wat dit vrijwilligerswerk voor mij betekent.”



De sfeer is gezellig en ongedwongen

“Van huis uit ben ik verpleegkundige”, gaat Wilma verder. “Ik heb tijdens mijn opleiding 30 jaar geleden nog bij Kalorama gewerkt. Inmiddels ben ik ook al weer heel lang uit de zorg.

Maar ik miste de omgang met mensen. Toen ik begin 2021 de oproep voor vrijwilliger voor de beautyochtend zag, heb ik meteen gereageerd. Mijn eigen moeder heeft een lang ziekbed gehad. Ze kon weinig en vond het altijd zo fijn om mooi verzorgd te worden. Haren wassen en föhnen, nagels lakken. Deze manier van contact hebben wij allebei als heel fijn ervaren. En dit kan ik nu voor de bewoners van 't Höfke ook doen. Iedere donderdagochtend komen we met een klein groepje bij elkaar. De sfeer is gezellig en ongedwongen. Het sociale aspect is minstens zo belangrijk, merk ik. Toen ik laatst de nagels van een bewoonster lakte, vertelde ze dat ze naar het ziekenhuis moest en daar best nerveus voor was. Toen we klaar waren, was ze een stuk rustiger en zei 'wat fijn dat je naar me geluisterd hebt'. Kijk daar doe je het eigenlijk voor. En als ik dan ook nog van mijn eigen man hoor dat ik met een glimlach thuiskom, kan mijn dag niet meer stuk."

Wilma: "Toen ik begin 2021 de oproep voor vrijwilliger voor de beautyochtend zag, heb ik meteen gereageerd."

Deel 3

Marijke en Jacqueline gaat het écht om het contact met de bewoners

Marijke van de Logt en Jacqueline Peters zijn allebei vrijwilliger bij Kalorama Veste Brakkenstein. Zij zien hun vrijwilligerswerk als een manier om zelf onder de mensen te blijven en van betekenis te zijn.

Wanneer kom je weer? Dat is zó fijn om te horen

Zo'n drie keer per week gaat Jacqueline naar Kalorama Veste Brakkenstein.



"Als het mooi weer is, gaan we wandelen", vertelt Jacqueline. "Soms gaan we met een groepje en soms ga ik alleen met een bewoner. Dan kijken we samen wat we leuk vinden. Naar Aqua Viva, het bos of gewoon een rondje door de buurt. Rondom deze locatie liggen de mooiste wandelroutes. Voor mij betekent dit vrijwilligerswerk heel veel. Hiervoor heb ik 20 jaar in de uitvaartbranche gewerkt. Het contact met mensen en iets voor een ander kunnen betekenen, vind ik heel belangrijk. Dit vrijwilligerswerk brengt dat ook met zich mee. De verhalen van de bewoners en hun enthousiasme als ze je weer zien, daar doe ik het voor. En de structuur die dit werk met zich meebrengt, vind ik heel fijn. Ik wil graag bezig blijven en onder de mensen zijn. Nu in de zomer zijn we veel buiten met de bewoners. Maar in de koudere maanden van het jaar is het ook heel gezellig om binnen met elkaar koffie te drinken en met een bewoner in gesprek te gaan. Bewoners kunnen hun verhaal kwijt. Toen dat vanwege corona een tijd niet kon, vond ik dat echt heel erg voor de bewoners maar ik heb het contact toen zelf ook gemist. Fijn dat we er nu weer voor elkaar kunnen zijn."

Jacqueline: "Het contact met mensen en iets voor een ander kunnen betekenen, vind ik heel belangrijk."

Na 25 jaar thuiszorg wilde ik niet achter de geraniums gaan zitten

Voor Marijke uit Groesbeek is de wijk Veste Brakkenstein bekend terrein. Ze werkte in dit deel van Nijmegen 25 jaar in de thuiszorg. "Toen ik met pensioen ging, miste ik het contact met de mensen. En ik wilde echt niet achter de geraniums gaan zitten. Ik ben jarenlang mantelzorger geweest voor een van de bewoners van Kalorama Veste Brakkenstein en kwam hier dus al vaak. Deze mevrouw, die zelf geen familie had, vond het altijd heerlijk als ik iets lekkers maakte of meebracht. En dat is precies wat ik nu als vrijwilliger nog steeds doe.



Op dinsdagmiddag gaan we met de kookgroep altijd iets lekkers maken. We maken tompoezen, saucijzenbroodjes of we gaan pannenkoeken bakken. Het zijn keer op keer gezellige middagen. Activiteitenbegeleidster Nicole zorgt voor de organisatie van de kookactiviteit. We vormen een goed team samen. Je ziet de bewoners genieten en ik heb tijd om naar hun verhalen te luisteren.

Je merkt dat ze dat fijn vinden en ik beleef er zelf ook plezier aan. Het contact met de mensen is heel erg fijn. Ik woon in Groesbeek en ik neem de verhalen niet mee naar huis.

Wat dat betreft kan ik goed afschakelen, dat heb ik tijdens mijn werk in de thuiszorg wel geleerd."

Marijke: "Toen ik met pensioen ging, miste ik het contact met de mensen. En ik wilde echt niet achter de geraniums gaan zitten."

Deel 4

Hans brengt de buitenwereld naar binnen voor Benno

Hans Lotgerink is de vrijwilliger oftewel het maatje van Benno die al 38 jaar in het Centrum voor doofblinden woont. Ze ontmoeten elkaar iedere twee weken en gingen al een paar keer samen op reis.

Hans komt om de week op dinsdagmiddag en Benno kiest wat ze gaan doen



Hans (70) is gepensioneerd psycholoog. "Ik heb altijd in Duitsland gewerkt in een grote psychiatrische kliniek. Na mijn pensionering zocht ik zinvol vrijwilligerswerk. Ik wilde graag een-op-een iets voor iemand betekenen. Zo kwam ik in 2013 bij Kalorama terecht en leerde gelijk Benno kennen. Benno is doof en slechtziend en voor hem is het fijn om met een vaste persoon regelmatig iets te ondernemen.

En dat doen we nu al ruim 8 jaar. Benno mag aangeven wat hij leuk vindt om te doen. We gaan vaak een stukje rijden in mijn auto, naar mijn huis of naar Nijmegen. Een bezoek aan de Legowinkel is altijd een succes. Benno is helemaal gek op Lego en heeft een grote Legoverzameling. We zijn drie keer samen naar Legoland geweest. We bezochten Legoland in Denemarken, Duitsland en Engeland. Het is geweldig om te zien hoe Benno van die reises geniet. Ik beheers geen gebarentaal maar Benno kan goed liplezen en we hebben samen onze manier van communiceren gevonden. Dat lukt ons heel goed. We hebben een fijne klik samen.”

Spelletjes met chocomelk en appeltaart

Tim is Benno's persoonlijke begeleider in het Centrum voor doofblinden. Met vingerspellen waarbij Tim letters en gebaren maakt met zijn vingers, praten ze met elkaar en maakt Tim voor Benno de vertaalslag tijdens dit gesprek. Tim vraagt wat Benno het leukste vindt om met Hans te doen. Benno vertelt: “Ik was in Legoland en het vliegveld van Lego vond ik het mooiste. Ik wil ook met Hans meedoen aan de Kalorama wandeltocht. Dan gaan we 5 kilometer lopen.” Hans moet lachen: “Normaal loop je niet zo graag, maar als jij dat wilt, gaan we de wandeltocht lopen!” Benno: “Ik vind spelletjes doen bij Hans thuis ook leuk. Mens Erger Je Niet en Vier op een rij. En Hans heeft altijd appeltaart met chocomelk, dat vind ik lekker.”

Steeds belangrijker voor Benno

“In de zomer ga ik mee met de bewonersvakantie in Egmond aan Zee”, gaat Hans verder. “De sfeer die we daar als vrijwilligers, begeleiders en deelnemers met elkaar hebben is echt fijn.

Ik vind het geweldig om daar deel vanuit te maken. En dat geldt ook voor de sfeer binnen de woongroep hier in het Centrum voor doofblinden. In de loop der jaren heb ik gemerkt dat ik belangrijker word voor Benno. Hij heeft behalve zijn broer niet veel contacten. De structuur van mijn bezoek aan hem doet hem, maar ook mijzelf veel goed.” Waarop Tim aanvult: “Hans brengt de buitenwereld naar binnen voor Benno. Wij merken goed hoe Benno uitkijkt naar de komst van Hans.”

Hans: “Ik wilde graag een-op-een iets voor iemand betekenen.”

Deel 5

Waakvrijwilligers Sjaak en Roos: “We zijn er gewoon.”

Sjaak Verriet en Roos Boekhoorn zijn allebei waakvrijwilliger. Dat doen ze al zo'n vijf jaar. Als het er naar uitziet dat een bewoner bijna komt te overlijden, waken zij tijdens de nacht. Zo komt iemand nooit alleen te sterven. Familieleden en het team worden ondersteund. Door er 'gewoon te zijn', zoals zij zelf zeggen, vervullen de waakvrijwilligers een belangrijke rol.

Wij waken en signaleren



Wij waken en signaleren

“Als waakvrijwilliger moet je er gewoon zijn”, vertelt Sjaak. “Niemand wil dat iemand in de allerlaatste fase van het leven alleen is. Voor familie, die er overdag vaak al vele uren is, zijn wij een fijne aflossing. Wij waken voornamelijk ’s nachts. Zodat familie thuis een goede nacht kan slapen. Voor hen is het een geruststellende gedachte dat hun dierbare niet alleen is. En we ondersteunen de teams in de zorg. Zij kunnen eenvoudigweg niet een hele nacht bij een bewoner blijven”. “En dat is precies wat wij wel kunnen doen”, gaat Roos verder. “Wij houden de bewoner in de gaten en als de situatie verandert, halen we de verpleegkundige erbij. Meer doen we eigenlijk niet. Wij hebben puur een signalerende taak.”

Mijn zus zei me: ‘Dit zit in je’.

Sjaak: “Mijn vrouw is 21 jaar geleden overleden. Tot op het laatst heb ik haar zelf verzorgd. Mijn zus gaf mij destijds een groot compliment. Ze zei: ‘dit zit in je’. Dat klopt. Ik voel dat ik mensen kan helpen en geruststellen. Volgens mij is dat de reden dat ik waakvrijwilliger ben.” Roos vertelt dat zij in de thuiszorg gewerkt heeft en veel ervaring heeft met palliatieve zorg. Dat is de zorg rondom iemand die in de laatste levensfase is. “Ik heb vanuit mijn werk veel mensen begeleid. Voor familie is het fijn om te weten dat hun dierbare niet alleen zal zijn. Het is belangrijk dat je als waakvrijwilliger niet persoonlijk betrokken bent. Daarom kan ik dit en houd ik het vol. Ik zie het als een belangrijke taak om te doen.”

Whatsappgroep voor de waakvrijwilligers

De waakvrijwilligers zitten samen met de vrijwilligerscoördinator, de geestelijke verzorging en het verpleegkundige team in een Whatsappgroep.

“Dat werkt heel goed”, zegt Sjaak. “Het is vaak op korte termijn dat wij ingeschakeld worden. Als er een oproep komt, stemmen we dat gelijk met elkaar af. Roos en ik splitsen een nacht meestal op. Zij is er dan van 23.00 tot 03.00 uur en ik neem het van 03.00 tot 07.00 uur over. We zijn allebei ook boven de 70 en zo blijven er nog genoeg uren over om te slapen. Op jaarbasis doen we dit gemiddeld 5 keer en ook maximaal 2 nachten in dezelfde week.”

Het laatste stukje aandacht dat we een bewoner kunnen geven

Wil Schenkels is verpleegkundige in het verpleegkundige team. “Ik vind het geweldig dat we dit bij Kalorama aan bewoners kunnen bieden. Ik heb grote bewondering voor de waakvrijwilligers. Fantastisch wat zij over hebben voor hun medemens. Het geeft iedereen rust dat zij er zijn. Voor ons maar vooral voor de bewoner en de naaste familie. Het gaat vaak om bewoners die nog maar weinig familie hebben omdat zij al heel oud zijn. Hun kinderen zijn vaak zeventigers. De fase waarin er iemand komt te overlijden vraagt veel van iedereen. We werken nu vijf jaar met waakvrijwilligers en ik kan daar alleen maar positief over zijn. Niemand hoeft alleen te zijn. De aanwezigheid, het vasthouden van een hand. Het is het laatste stukje aandacht dat we een bewoner kunnen geven. En in mijn ogen misschien wel het belangrijkste.”

Sjaak: “Niemand wil dat iemand in de allerlaatste fase van het leven alleen is.”

Roos: “Wij houden de bewoner in de gaten”.

Deel 6

Pooh is vrijwilliger bij Inloop en Ontmoeting: “Het geeft me een goed gevoel als ik mensen blij kan maken.”

Kans om Nederlands te verbeteren



Pooh groeide op in Thailand en is sinds 2018 vaste vrijwilliger bij Inloop en Ontmoeting in 't Kulturhus in Beek. “Vanwege gezondheidsproblemen kon ik geen reguliere baan vinden”, vertelt Pooh. “Via de gemeente Berg en Dal kon ik hier starten als vrijwilliger. Daar ben ik ontzettend blij mee. Ik woon vlakbij 't Kulturhus en de school van mijn zoon ligt om de hoek. Dat is ideaal. Drie keer per week draai ik mee. Het is een perfecte invulling van mijn week en ik krijg hier ook de kans om mijn Nederlands te verbeteren en de cultuur te leren kennen. Mijn Nederlands is nog niet perfect, wat soms tot grappige situaties leidt. Ik word ook door de deelnemers verbeterd als ik iets verkeerd zeg. Dat is heel fijn.”

Vertrouwen en waardering

Inloop en Ontmoeting is bedoeld voor inwoners van Berg en Dal die graag andere mensen willen ontmoeten om samen koffie te drinken, te eten of om deel te nemen aan gezamenlijke activiteiten. Pooh: “Er is hier altijd een gezellige sfeer”. En ze straalt als ze vertelt hoe fijn het is om vertrouwen en waardering van de deelnemers te krijgen. “Het geeft me een goed gevoel als ik mensen blij kan maken en zie dat ze ontspannen zijn. We doen hier allerlei activiteiten met de mensen. Het is echt een sociaal gebeuren.”

Pooh heeft een passie voor koken

Pooh haar grote passie is koken. Toen ze nog een Thailand woonde, werkte ze in een klein restaurant. “Ik vind het daarom ook heel erg leuk om te koken voor de deelnemers van Inloop en Ontmoeting. Ik kook graag Thais, en maak het dan minder pittig. Maar ik bereid ook graag Nederlandse en Europese gerechten. Die heb ik me eigen gemaakt. Toetjes zijn favoriet bij veel mensen. Mijn specialiteit is chocolade mousse, dat heb ik van de week nog gemaakt.”

Gegroeid in haar rol

Paulien Willems is coördinator van Inloop en Ontmoeting. “Pooh heeft zich hier ontpopt tot een vrouw die weet wat ze wil. Ze is zó gegroeid in haar rol. Haar inbreng is van grote waarde. Het is ontzettend mooi om te zien hoe zij haar draai hier heeft gevonden. Ik kan veel aan haar overlaten en is ze samen met de andere vrijwilligers een vaste ondersteuning voor ons.”

Pooh: “Ik woon vlakbij 't Kulturhus en de school van mijn zoon ligt om de hoek. Dat is ideaal. Drie keer per week draai ik mee.”

Vrijwilligerswerk bij Kalorama iets voor jou?

Er zijn bij Kalorama heel veel verschillende taken die door vrijwilligers gedaan worden. Van zorgen, waken, koken, tuinieren tot vervoeren. Er zijn beautyvrijwilligers, vrijwilligers die maatje zijn of kunstexposities organiseren. Wat tijdsbesteding betreft zijn er geen vuistregels. Dat kan van twee keer per week tot één keer per maand zijn.

Bij Kalorama zijn nieuwe vrijwilligers van harte welkom!

Heb je interesse en wil je verkennen op welke manier je bij ons iets kunt betekenen met jouw kwaliteiten? Kijk eens op: www.werkenbijkalorama.nl/vrijwilligers

Of mail naar: informelezorg@kalorama.nl



De nieuwbouw van het Centrum voor doofblinden is gelegen rond een binnentuin waaraan alle woongroepen grenzen. Er zijn wandelpaden aangelegd met relingen die tevens een geleidefunctie hebben. Op deze manier kunnen bewoners zich op zo zelfstandig mogelijke wijze verplaatsen in de tuin. Er is een boom overgeplaatst vanuit de tuin bij de oorsprong. De boom van Joop. Deze brengt veel sfeer en daarnaast verkoelende schaduw in de zomer. Ook in de rest van de tuin is er inmiddels beplanting en gras aangelegd.

Activiteitenbegeleidster Maria de Heus coacht en ondersteunt de bewoners van het Centrum bij het sporten. Zij heeft zich samen met Inge van de fysiotherapie sterk om ook sporten in de buitenlucht mogelijk te maken.

Toen de organisatie van de Kaloramawandeltocht een goede bestemming zocht voor de opbrengst van deze tocht, heeft zij direct een aanvraag ingediend voor laagdrempelige beweegtoestellen in de binnentuin. In de zomer kwam het goede nieuws dat de keus voor de schenking op het voorstel was gevallen. Vervolgens is zij gaan onderhandelen met leveranciers om de beste toestellen voor de beste prijs te kunnen krijgen. Inmiddels staan er 3 toestellen in de binnentuin. Ze bieden de mogelijkheid om zittend te fietsen, oefeningen te doen aan een wandrek en om de armen te trainen met een handfiets.

Allen staan op een overdekte plek in de binnentuin. Momenteel wordt er nog gewerkt aan geschikte stoelen voor bij de toestellen.

Het doel is om in het voorjaar van 2022 een plek gecreëerd te hebben waar bewoners lekker kunnen bewegen en elkaar kunnen ontmoeten. Dit alles in de gezonde boslucht van Kalorama.

Om bekendheid te geven aan de toestellen en bewoners, begeleiders, familieleden en vrijwilligers te enthousiasmeren zal er in het voorjaar een campagne komen voor de toestellen onder het merk "Sterk". Ontwikkeld door Karin Fleuren. Dit merk heeft elementen in zich van de Positieve Gezondheid. Dit is een stroming in de gezondheid die zich niet (alleen) richt op de klacht, maar zeker ook op de kracht die ieder mens, ziek of gezond, in zich heeft. Het logo van "Sterk" staat voor het volgende:

- ⇒ De Ster is van Shinen; sporten is gezond en geeft plezier.
- ⇒ De term Sterk staat voor Kracht; van sporten ga je je sterk voelen. Niet alleen door sterke spieren te trainen, maar vooral door je fit te voelen.
- ⇒ De groene K is van Kalorama, omdat samen sporten verbindt en meedoen van veel bewoners een wens is.

De campagne zal in samenwerking met bewoners plaatsvinden. Zo zal bewoonster Marion Florij een bord mozaïeken met daarop het Sterk-logo.

Vrijwilligerscoördinator en mede organisator van de Kaloramawandeltocht Cily Remy hoopt in het voorjaar van 2022 deze fijne plek feestelijk te openen.

Hopelijk vinden bewoners, begeleiders, vrijwilligers en familie de weg om samen met plezier te bewegen en elkaar te ontmoeten!

Wij houden U op de hoogte!

Maria de Heus en Karin Fleuren

Een ster erbij

Terwijl ik dit stukje schrijf, voel ik aan de ene kant het hoopvolle van de verwachting van Kerst en de feestdagen: de gezellige bedrijvigheid, de sfeervolle aankleding, het warme besef van het omringd zijn door licht, familie en lieve naasten. Maar aan de andere kant zijn daar ook de maatregelen (alweer), de leegte, het zwoegen. De 'gedwongen' verstilling in deze tijd van het jaar geeft misschien wel ruimte en noodzaak om na te denken: wat nu; hoe nu?

Ik moet denken aan die prachtige kathedraal in Barcelona, La Sagrada Familia. Kennen jullie die? Een werkelijk sprookjesachtig bouwwerk, ook al is het verre van af. Toevallig is er laatst weer een stukje aan toegevoegd ... een ster. Ik vraag me af: zouden wij dat ook kunnen? Met een visie bouwen aan iets, ook al weten we dat we het bouwwerk misschien wel nooit 'af' zullen zien?!



Ik wens het eenieder toe: de moed en geestdrift om mee te bouwen aan iets. En dat je dan wellicht ook verrast mag worden met een mooie 'ster'.



*een warm plekje
en mensen die je alles waard zijn
geestdrift te over
een lied in je hart
goedheid die beantwoord wordt
een weg bezaaid met stil geluk
en met de fonkeling van sterren*

Kris Gelaude

Wij wensen jullie allen: Kerstdagen bezaaid met de fonkeling van sterren en dat 2022 gevuld mag zijn met een lied in je hart!

Met een hartelijke groet,

Berber, Daniëlla en Rachelle
dienst geestelijk verzorgers



TOP
stemming
liefde
perfectie **zin**
WERKLUST
GELUK *sfeer* vrijheid
BLIJE GEZICHTEN *pret*
TOEKOMST **fun.**
mooie dingen
AMBACHT *tolerantie*
variatie efficiency PRACHT
WARM KERSTFEEST
fantasië **VRIJHEID gezondheid**
vakmanschap **SUCCES** KWALITEIT
LOL PRETTIGE SFEER DRUKTE
VRIENDSCHAP COLLEGIALITEIT
SAMENWERKING *warmte* **schoonheid**
BEREIDWILLIGHEID *genot* **kleur**
PRETTIGE FEESTDAGEN GELUKKIG NIEUWJAAR

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