

leven met kleur

BIJ ARGOS ZORGGROEP

Gewoon **zijn**
wie je bent

Van ouderenzorg
naar **nieuwerezorg**

'Eerst de bewoners,
áltijd'

Inhoudsopgave



4

'We koesteren wat wél kan'



8



13



17



25

'Moe is hier thuis'



32



Argos Thuiszorg Oost, west ...	4
Kleurgevers Linda	7
Vertel eens	8
Zorgbemiddeling	12
Kleurgevers Bianca	13
Gewoon zijn wie je bent	14
Kleurgevers Demi	17
Artsen aan het woord	18
Kleurgevers Jordy	24
Kleurgevers Joanne	25
Jonge mensen met dementie	26
Kleurgevers Nathalie	29
'Moe is hier thuis'	32
Kleurgevers Sema	35
Dit zijn onze huizen	36
Clëntenraden	38
Kleurgevers Imro	41
Goed om te weten	42

Welkom!

We zien het elke dag opnieuw. De oprechte betrokkenheid van onze medewerkers maakt dat mensen zich echt welkom voelen bij Argos Zorggroep. Niet alleen in de verpleging en verzorging, maar overall. Van de receptionistes tot de mensen in de brasserieën en de dagbesteding - onze bewoners en cliënten worden gezien en gehoord.

Bij Argos Zorggroep vindt u liefdevolle en deskundige zorg. We kennen als geen ander de kwetsbaarheid van het ouder worden, maar kijken altijd naar wat wél kan en wat er voor u werkelijk toe doet. Dat doen we graag samen, met u en de mensen die belangrijk voor u zijn. Of u nu thuis zorg van ons krijgt of in een van onze huizen komt wonen; we hopen en rekenen op de betrokkenheid van uw naasten. Zij kennen u immers het beste. Samen zorgen we voor ondersteuning die bij u past.

Onze medewerkers zijn professionals met jarenlange ervaring én jong talent met frisse nieuwe ideeën. Zij leren van elkaar en zijn creatief. En dat moet ook, want terwijl er steeds meer ouderen komen, kiezen steeds minder jonge mensen voor de zorg. Daarom doen we de dingen anders. Onze medewerkers krijgen ruimte om de zorg verder te verbeteren en we gebruiken steeds meer nieuwe technieken. Van ouderenzorg naar **nieuwerezorg** noemen we dat.

In dit magazine leest u wat Argos Zorggroep u kan bieden, proeft u de sfeer en vindt u mooie verhalen. Van de leerling verpleegkundige, gespecialiseerd in klein geluk. De collega die wekelijks bewoners verrast met haar rijdende restaurant. En de jonge vrijwilligers met ieder hun 'eigen meneer'. Zij geven het leven kleur. Zij zijn Argos Zorggroep. Kom gerust eens kennismaken!

Shequita Kalloe, Edwin Wulff
Raad van Bestuur Argos Zorggroep

Vragen over zorg en behandeling?

Onze zorgadviseurs staan voor u klaar via 010 - 427 83 10 en zorgadvies@argoszorggroep.nl





Veilig thuis zo lang het kan

Oost, west ...

Tijdens haar studie hbo-verpleegkunde kreeg Kirsten Etman een stageplek bij de thuiszorg. Mwah, dacht ze, steunkousen. Maar niets bleek minder waar. "Het werk is veelzijdig en de zorg is complex, zeker nu mensen langer thuis wonen. Toen ik gevraagd werd om te blijven, zei ik dan ook volmondig ja."

Met een vrolijk 'goedemorgen!' begroet ze haar derde cliënt vandaag. "Wil je iets drinken, Kirsten?" vraagt Chris Mellegers nog voor ze zit. Met een pakje Taksi in haar hand informeert ze hoe het met hem gaat. "Redelijk, het wordt weer winter, dan voel ik mij vaker eenzaam. Maar gisteren heb ik bij Lisa gegeten, schnitzel met patatjes.

Lisa heeft een Chinees restaurant hier verderop, eigenlijk een bruine kroeg; ik ken er iedereen. De benedenbuurman, Joop van op de hoek, John van hierboven. Altijd gezellig daarzo."

'Gelijk een APK'tje'

Chris is blij met de thuiszorg, tweemaal per week. "Na een beroerte ben ik verlamd geraakt en ik heb twee bionische knieën. Ik ben dus valgevaarlijk en krijg hulp bij het douchen, verder heb ik af en toe een injectie nodig. Mijn steunkousen, medicijnen en oogdruppels doe ik zelf. We maken een praatje en drinken een bakkie koffie met een gemberkoekje. Binnenkort komt Angelique voor de grieprik, dan doet ze gelijk een APK'tje. Goed geregeld, dan hoef ik niet

met mijn scootmobiel naar de huisartsenpraktijk." Angelique van Ingen is de praktijkondersteuner (POH) met wie Kirsten intensief samenwerkt. "Als POH ondersteun ik de huisarts. Ik heb een eigen spreekuur voor mensen met chronische gezondheidsklachten zoals diabetes, hart- en vaatzieken, met speciale aandacht voor ouderen. Signaleer ik dat er thuiszorg nodig is, dan zet ik een aanvraag uit bij de organisatie die daarbij past, zoals Argos Zorggroep." Kirsten beoordeelt de thuiszorgaanvraag, gaat op kennismakingsgesprek, regelt een indicatie en maakt een zorgplan. Is er sprake van dementie of een vermoeden daarvan, dan komt de casemanager in beeld.

'Ik ben te gast. Het is hún leven, hun huis'

Te gast in huis

Tonkina Ruijgrok is casemanager dementie. Ze lacht: "Een vreselijk woord, ik weet het. Om verwarring te voorkomen, houd ik mijn kaartje in mijn zak en zeg gewoon: 'ik kom u ondersteunen om zo lang mogelijk thuis te kunnen wonen.' Ik probeer een beeld te krijgen van de persoon, de sociale omgeving en de vragen. Ik geef advies, denk mee en regel meer zorg als dat nodig is. Voor alles laat ik mensen in hun waarde. Ik ben te gast; het is hun leven en hun huis. Door dementie veranderen relaties en dat kan pijnlijk zijn. We kijken samen hoe partners en families het nog een beetje leuk kunnen houden. In deze fase kan ondersteuning in de buurt veel betekenen. Denk aan dagbesteding of activiteiten in wijkcentra; even uit huis zijn, andere mensen ontmoeten en een leuke dag hebben, helpt enorm om het thuis langer vol te houden." Soms is er al een diagnose dementie, soms een zogenoemd nietpluisgevoel. "De familie merkt dat er iets niet klopt, door veranderend gedrag of gewoonten. Het is fijn als ik zo vroeg betrokken word, dat is het voordeel van onze nauwe samenwerking." Kirsten, Angelique en Tonkina vragen elkaar om advies en houden de ander op de hoogte →



'Wil je een pakje Taksi?'



Steun en toeverlaat voor mensen met dementie: Tonkina Ruijgrok



Praktijkondersteuner en klankbord Angelique van Ingen

van het wel en wee van hun cliënten. Angelique: "Heel waardevol die open communicatie, met goed teamwork kunnen we veel bereiken. En vooral veel leed voorkomen."

De zorg verandert

Om de zorg ook in de toekomst veilig en behapbaar te houden, maakt Argos Zorggroep steeds meer gebruik van zorgtechnologie. Wie daar baat bij heeft, krijgt straks thuis een tablet en een polsbandje. Waar nodig krijgen de cliënt en mantelzorgers hulp van de leverancier om vertrouwd te raken met de apparatuur. Die regelt alles wat erbij komt kijken, zelfs de wifi-aansluiting. Zo kunnen we 24/7 in contact zijn en het welzijn van onze cliënten monitoren. Metingen van de hartslag, bloeddruk, glucose, temperatuur of het zuurstofgehalte worden automatisch doorgegeven. Sommige handelingen voeren de cliënten zelf uit, bijvoorbeeld door het polsbandje langs een sensor te bewegen, voor andere metingen hoeven zij niet eens wakker te worden. Bij mensen met dementie kunnen we het slaap-waakritme volgen en een dwaaldetector installeren. Zo creëren we een veilige omgeving voor mensen thuis die 24 uur per dag aandacht nodig hebben, maar nog niet aan een verpleeghuis toe zijn.

De tablet is niet alleen medisch, maar ook sociaal een mooi hulpmiddel. Cliënten kunnen online een praatje maken met hun mantelzorgers, met een kleinkind aan de andere kant van de wereld, of Wordfeud spelen met bekenden.



Een veilig gevoel

De mantelzorgers kunnen ook boodschappen inspreken: 'Goedemorgen mam, tijd om op te staan. Ik haal je om 10 uur op voor de kapper.' Ook een persoonlijke beweeg- of lifestylecoach is een van de mogelijkheden. Een soort 'Nederland in beweging' op de tablet of tv, met precies dát waar de cliënt behoefte aan heeft.

'Meer eigen regie en vrijheid door zorgtechnologie'

Meer eigen regie

Kirsten: "Zorgtechnologie ontlast ons als medewerkers, maar geeft vooral meer eigen regie en vrijheid voor de cliënt. Zoals de mevrouw die graag zelf bepaalt wanneer ze haar hondje uitlaat, en terecht. Dankzij de automatische medicatiedispenser hoeft ze niet op ons te wachten. Ze neemt haar medicijnen op tijd in en haar bloedsuiker is stabiel. Mocht ze haar medicijnen een keer vergeten, dan krijgt ze een vriendelijk belletje of alles in orde is." En voor Chris geeft het polsbandje met alarm een veilig gevoel. "Ik was 'm onlangs kwijt en dan slaap ik een stuk minder goed. Je weet maar nooit wat er kan gebeuren, toch?"

Kirsten: "Natuurlijk blijft de zorg mensenwerk en niet alles kan digitaal, maar het is een geweldige uitkomst om kwetsbare mensen de zorg te blijven geven die ze nodig hebben." ●



Elke dag op pad

'Snijbonenmolen van de kringloop'



In DrieMaasHave kent iedereen Linda Morin. Van haar grote glimlach achter de balie én van haar rijdende restaurant. 'Zodra de cake in de oven staat, komen ze overal vandaan, ook de zusters!'

"Twee keer in de week kook ik met bewoners in de huiskamers. Ik rijd mijn kar naar binnen en meteen roept er wel iemand: 'mag ik mee boodschappen doen?' Maar eerst gaat de cake in de oven, zodat het al heerlijk ruikt als we terugkomen.

In de winkel vraag ik: wat vind je nou écht lekker? Biefstuk, hoor ik vaak als eerste. Voor wie niet meer zulke sterke tanden heeft - leve de staafmixer - maak ik bolletjes met een ijschep. Dan ziet ook gemalen eten er een beetje gezellig uit. Het toetje is vaste prik: een plakje cake met ijs, slagroom en aardbeiensaus.

Je ziet dat mensen meer en beter eten dan anders. De tafel is mooi gedekt, ze zien elkaar eten en scheppen nog eens op. Er komen verhalen van vroeger los; zo scoorde ik pas een snijbonenmolen bij de kringloop. Iedereen wilde het even proberen. En wie niet meer kan draaien, stopt alleen de bonen erin. Fysiotherapie op z'n Linda's.

We vragen geregeld of een familielid mee wil eten, dat wordt erg gewaardeerd. Hier in huis woont een echtpaar, hij boven, zij beneden. Samen met meneer nodigde ik zijn vrouw uit om te komen 'dineren'. We dekten een tafeltje op de gang, met een ouderwets tafelkleed en chic servies, heel romantisch. En daar zaten ze, saampjes te genieten. Een dag met een gouden randje." ●

Vertel eens

We leren u graag goed kennen. Hoe zag uw leven eruit? Waar groeide u op? Wat was én is belangrijk voor u? Ieder heeft zijn eigen verhaal. De één kijkt terug op een wereldtijd. De ander kreeg heel wat voor haar kiezen - en werd er alleen maar sterker van. Twee bewoners van DrieMaasStede vertellen.



'De bevrijding, wat een feest, we dansten dagenlang op straat'



"Als kind woonden we op driehoog in de Doedestraat in Rotterdam-West. We speelden hele dagen op straat. Rolschaatsen, touwtjespringen, diabolo, met mijn beste vriendin Grada die onder ons woonde. Toen de oorlog uitbrak verhuisden we naar Vlaardingen. Mijn moeder moest de boer op en ruilde mijn speelgoed voor eten. Tulpenbollen soms, zo vreselijk vies. Later ging ik zelf ook op pad. Van één boer kreeg ik vaak een fles melk, recht van de koe, dat vulde goed. Een keer moest ik 'm afgeven aan een Duitser - bovenaan de Maassluisdijk, ik zal het nooit vergeten.

Van 't Hof naar 't Hoofd

De bevrijding, wat een feest! We dansten dagenlang op straat. De jonge knullen en meiden troffen elkaar bij de haven, wandelend van 't Hof naar 't Hoofd. Mijn vader zei: 'als ik je op die geitenmarkt zie, dan gebeurt er wat'. Natuurlijk ging ik, ik had lang genoeg binnen gezeten. Was ik tien minuten te laat thuis, dan stond mijn moeder klaar met de mattenklopper. De groeten, dacht ik, dan kan ik net zo goed een uur te laat komen.

Ik had het wel gezien

Ik wilde apothekersassistente worden, liep stage in de Hoogstraat en had het goed naar mijn zin. Tot mijn vader overleed, ik was achttien. Mijn moeder kreeg zeven gulden weduwnpensioen en ik moest een dienstje zoeken. De apotheker kwam nog een goed woordje voor me doen, maar helaas. Na een paar dienstjes had ik het wel gezien. 'Meisje, ik ga bridgen, jij kunt met een kwastje de sloten uitsoppen.' Dat mens is gek, dacht ik, ik ben nooit meer teruggegaan. Na mijn trouwen ging ik alsnog leren, tot mijn pensioen werkte ik als bejaardenverzorgster. Dat hoorde natuurlijk niet, als getrouwde vrouw en moeder. Maar ik liet me de kaas niet meer van het brood eten. En nog steeds niet, hoor." ●

Sophia Roozeboom-Rozing.

"Ik was een jaar of acht toen mijn ouders gingen scheiden. Mijn moeder moest voortaan alleen de kost verdienen, dus ik ging bij mijn opa en oma wonen. Niks gek in die tijd, ik vond het alleen maar mooi. Van Rotterdam-Zuid naar Rockanje, direct achter de duinen!

'Schotsie springen'

De vader van mijn beste vriend was een hoge pief bij het duinbeheer. Waar anderen een bekeuring kregen, konden wij gewoon onze gang gaan. Hutten bouwen in de duinen, in de bunkers spelen, schieten met een luchtbuks - de blauwe plekken namen we voor lief. Vissen op zee, en bij strenge winters 'schotsie springen' op het ijs dat uit de rivieren langs het strand spoelde. Levensgevaarlijk, maar ja joh, als je jong bent zie je geen gevaar.

We hadden allebei een Puch, met zo'n hoog stuur. Veel stoerder dan een Zundapp, die waren voor boeren. We waren de mannetjes, hoor. Naast ons was een groot pension, dus aan zomerliefdes geen gebrek. Die meiden vonden ons wel leuk; carte blanche in de duinen, wat wil je nog meer?

Niemand had zo'n brommer als ik

De jaarlijkse motorraces in Rockanje, dat was wat! Na zo'n weekend was het circuit van ons. Of mijn brommer opgevoerd was? Tuurlijk, je sloopte gewoon de schotjes uit je knalpijp. Ik heb nog een tijdje bij een galvanisatiebedrijf gewerkt. Niet dat ik dat werk zo leuk vond, maar na werktijd mocht ik er mijn brommer verchromen. Hij zag er piekfijn uit, niemand had zo'n brommer als ik. De Mulo was vijftien kilometer verderop. Geen probleem. In die tijd kon je nog ergens tegen, je gaf niks om kou en regen. Al moest ik naar de andere kant van het land, als ik maar op die brommer kon zitten. Een stadsjochie in Rockanje, ik had een wereldtijd." ●

Rob van den Berg.



'Carte blanche in de duinen, wat wil je nog meer'



Als het thuis niet meer lukt

Zorgbemiddeling

De meeste mensen wonen graag zo lang mogelijk thuis. Gelukkig zijn er vaak familieleden of andere naasten die kunnen helpen. Ook zorg aan huis en allerlei hulpmiddelen kunnen uitkomst bieden om langer thuis te blijven. Stellen we samen vast dat er intensieve, professionele zorg nodig is, dan bent u welkom in een van onze verpleeghuizen.

Wilt u bij Argos Zorggroep komen wonen, dan heeft u een zorgindicatie nodig vanuit de Wet langdurige zorg (Wlz). U kunt deze aanvragen bij het Centrum Indicatiestelling Zorg. Zij beoordelen welke zorg u nodig heeft en geven uw indicatiebesluit door aan het zorgkantoor.

Met de indicatie kunt u zich aanmelden bij de afdeling Zorgbemiddeling van Argos Zorggroep. Onze zorgadviseurs bespreken samen met u welke zorg, behandeling of begeleiding u nodig heeft en welk verpleeghuis of woonzorggroep voor u het meest geschikt is.

Er is niet altijd direct plaats, in dat geval komt u op de wachtlijst. Zodra er een kamer vrijkomt, laten wij dat weten. Dat kan soms snel gaan. Wij informeren u en uw familie zo snel mogelijk over de dag en het tijdstip waarop wij u verwachten. Vanaf dat moment is de regisseur van uw woonzorggroep uw vaste contactpersoon.

Stap voor stap

Wilt u zich aanmelden voor een van onze verpleeghuizen? Dat werkt als volgt.

STAP 1

Een indicatie aanvragen

U vraagt een Wlz-indicatie aan bij het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) www.ciz.nl. Indien gewenst kan Argos Zorggroep u hierbij helpen.

STAP 2

Aanmelden bij Argos Zorggroep

Met de indicatie van het CIZ meldt u zich aan bij Argos Zorggroep via telefoonnummer 010 - 427 83 10 of per e-mail via zorgadvies@argoszorggroep.nl.

STAP 3

Wachtlijst of toekenning

Na aanmelding krijgt u bericht of er een kamer beschikbaar is, of dat u een plek op de wachtlijst krijgt.

STAP 4

Verhuizing

Is er een plek voor u beschikbaar, dan verhuist u op de afgesproken datum naar uw nieuwe woonplek.



'Ik hou gewoon van oude mensen'

Bianca Blom doet alles voor een lach. Bij haar moeder en medebewoners in DrieMaasStede én in haar werk als mantelzorgbuddy. En anders is altijd Bikkeler nog. Succes verzekerd.

"Toen mijn moeder niet meer thuis kon wonen, bezochten we een aantal verpleeghuizen. Hier hadden we meteen een goed gevoel bij. Het is wat verder weg; helaas kan ik niet elke dag om een hoekje koekeloeren, maar de zorg en sfeer zijn het waard. Mijn moeder was snel gewend. Soms ga ik met haar naar de brasserie, maar meestal zitten we in de woonkamer. Ze wil niet veel meer, je ziet haar ogen steeds leger worden; trieste bedoening hoor, dementie. Op de woongroep probeer ik altijd wat extra vrolijkheid te brengen, met Bikkeler lukt dat sowieso!

Ik heb veel respect voor de dames hier. Ze doen het toch maar in alle drukte. Mijn moeder heeft het niet zo op invallers en bedacht daar, heel ondeugend, zelf een oplossing voor. Is er iemand die ze niet kent, dan doet ze net of ze nog slaapt. Pas als er een vertrouwd gezicht aan haar bed staat, opent ze haar ogen en zegt ze: 'Goedemorgen!'.

Mijn vader heb ik destijds tot het einde thuis mogen verzorgen. Nu ben ik buddy voor ouderen die zelf geen familie hebben, of om de mantelzorg te ontlasten. Het leukste werk ooit! Een mevrouw die zich naar anderen vaak agressief gedraagt, is nog nooit boos op mij geweest. Zie ik haar lachen en ontspannen, dan ben ik best trots. Ik hou gewoon van oude mensen." ●



Gewoon zijn wie je bent

Een markant figuur, zo kun je Piet gerust noemen. De looks van een stoere zeeman, een muur vol diploma's - 'ja, ik ben een geleerde meneer' - en stevast een hip kleurtje op zijn nagels. Piet doet lekker wat 'ie wil. En dat mag bij Argos Zorggroep.

Als we Piet in zijn kamer opzoeken, heeft hij er weinig zin in. "Ik ben hartstikke moe, dus ik blijf liggen." Een tel later zit hij rechtop - op zijn praatstoel. Haalt foto's tevoorschijn, laat zijn diploma's zien, stelt buurman en vriend Jopie voor en vertelt honderduit. "Sinds kort woon ik boven. Veel te druk beneden; de een is steeds haar kamer kwijt, de ander loopt de hele dag te kwekken. Hier is het lekker rustig. Vinden ze beneden wel jammer natuurlijk." Hij trekt een zak snoep uit de la: "Mot je een schuimpje?"

Sportfreak en veteraan

Demonstratief zet hij een Ajax-pet op. "Krijg ik altijd commentaar op, mag schijnbaar niet in deze contreien. Maar de leeftijd dat ik daarover in discussie ging, ben ik wel voorbij. Wat een gezeur over een pet." Naast voetbal kijkt Piet graag naar wielrennen, schaatsen en autosport. "Ik ben een echte sportfreak, op tv dan. Weet je wat mijn droom is? Een keer in een Formule 1 auto zitten." De pet wordt verruild voor een Panama hoed, zonnebril op, sigaar in de mond: "Ik ben de gangster van Argos", Piet houdt wel van een geintje.

Over zijn jeugd wil hij niet veel kwijt; die was niet zo makkelijk. Over zijn werk des te meer. "Ik heb van alles gedaan, deed mijn werk zwerwend. Ik was scheepstimmerman, hondentrainer, bouwvakker; ik heb nog meegebouwd aan de Delftse Poort aan het Weena. En ik was chauffeur bij de Landmacht." Trots trekt hij een paar foto's uit de stapel. "Kijk, mijn kameraden, ik zat in Irak en Libanon. Dat waren nog eens tijden."

'Hebbie nou nagellak op? Ja, en?'

Nagels als voetbalvelden

En die nagels, hoe kwam dat zo? "Hier beneden zit soms een hele club vrouwen te tutten met make-up en nagellak. Toen zei dat meisje een keer: 'jammer dat er nooit een man meedoet'. Dus ik steek mijn hand uit en zeg 'ga je gang'. Echt waar, vraagt ze. Echt waar! Ze heeft er wel een hoop werk aan, het zijn hele voetbalvelden. En iedereen zegt er wat van: 'hebbie nou nagellak op?' Ja, en?" Piet kijkt naar de sierlijke henna tattoos op de handen van de activiteitenbegeleidster. Dat lijkt hem ook wel wat: "Zet maar zo'n plaat op mijn rug. Mijn vrouw vindt tatoeages niks, maar mij lijkt het wel wat. Een draak of zo?" ●

'Ik ben de gangster van Argos'

(te herkennen aan zijn pretoogjes)



'Ik ben een geleerde meneer'



Een henna tattoo, dat lijkt Piet ook wel wat



**Wij kijken naar wat
wél kan en wat er voor u
werkelijk toe doet**

'Ik ken heel veel **liedjes** uit mijn hoofd'



Leerling verpleegkundige Demi Herremans werkt in De Es in Spijkenisse en is, nu al, gespecialiseerd in klein geluk. 'De simpelste dingen betekenen het meest.'

"Als stewardess zorgde ik ook voor mensen, maar die contacten waren veel vluchtiger: na de landing zag ik de passagiers nooit meer terug. In de zorg bouw ik echt een band met bewoners op, zelfs al ontmoeten we elkaar pas in de laatste levensfase. Eindigheid hoort hier bij het leven, het motiveert me om elke dag zo fijn mogelijk in te vullen. Ik merk dat de kleinste dingen het meest betekenen: samen door een fotoalbum bladeren, iemand verrassen met een lekkere cappuccino in de ochtend, een liedje meezingen - ik ken er inmiddels heel veel uit

mijn hoofd. Ik herinner me een bewoonster die niet meer zo goed uit haar woorden kwam, maar nog wel prachtig kon zingen. Hoe dat mogelijk was, geen idee. Maar we genoten er allebei van.

Ik heb veel contact met familieleden en mantelzorgers, want zij kennen hun naaste het best. Ook in die contacten draait het om simpele dingen: even laten weten dat de nacht rustig is verlopen, of dat iemands favoriete shampoo bijna op is. We zorgen samen voor onze bewoners, maar we nemen ze niet alles uit handen. Zoveel mogelijk zelf blijven doen is altijd waardevol, ook als je weinig meer kunt. Zelf bepalen hoeveel jam je op je boterham smeert - ook dat is klein geluk." ●

Ben je net als Demi toe aan een carrièreswitch? We hebben volop mogelijkheden waarbij je werken en leren combineert. Meer info vind je op: www.werkenbijargoszorggroep.nl



'Wat maakt uw leven de moeite waard?'

In de ogen van haar patiënten is specialist ouderengeneeskunde Annemieke van den Bosch misschien nog een jonkie, maar vergis je niet: wie ruim tien jaar in de ouderenzorg werkt, bouwt een hoop levenservaring op.

'Ouderenzorg is net puzzelen'

Je bent kaderarts geriatrische revalidatiezorg, waarom die specialisatie?

"Vooral omdat revalidatie hier een heel breed begrip is. Een kind met een gebroken been zet je in het gips en na zes weken is de breuk genezen, simpel. Ouderen hebben vaak meerdere chronische klachten, die elkaar ook nog eens beïnvloeden. Ik zoek dan samen met hen en mijn collega's naar oplossingen die ervoor zorgen dat iemand zo min mogelijk last heeft van zijn beperkingen."

Waar streef je dan naar, als volledig herstel niet haalbaar is?

"Dat is iets wat we samen bepalen. In Marnix, het revalidatiecentrum waar ik werk, vraag ik mijn patiënten altijd: wat maakt uw leven de moeite waard, wat vindt u belangrijk? Vaak zijn dat heel eenvoudige dingen: elke week een visje halen op de markt bijvoorbeeld. Nou, daar werken we dan naartoe. Als zelf lopen niet meer lukt, oefenen we met een rollator of scootmobiel, zodat dat visje toch weer binnen bereik komt. Zolang ik vitaliteit en levenslust bij mensen zie, heeft doelen stellen zin. Laatst kwam er een dame van 91, zij had haar beide heupen gebroken en moest opnieuw leren lopen. En ja hoor: vier maanden later liep ze met een rollator de afdeling af. Ze woont nu weliswaar in een verpleeghuis, maar ze hoefde haar vrijheid niet helemaal op te geven. Dat is toch heel wat."

Betrek je de familie ook bij de afwegingen?

"Zeker, mantelzorgers zijn ontzettend belangrijk. Ze kunnen helpen met de oefeningen, maar helpen ons ook om hun naaste beter te begrijpen. Zo is er een meneer met dementie die elke nacht om vier uur zijn bed uit komt. Zijn familie vertelde dat hij vroeger melkveehouder was; rond die tijd moest hij altijd de koeien melken. Dus nu laten we hem rustig 'zijn ronde' maken. Zolang het veilig is en hij niemand tot last is, is dat geen probleem."

Kunnen mensen meestal terug naar huis?

"Vaak wel, daar streven we naar. Revalidatie is veel meer dan fysiotherapie. Het is ook jezelf thuis kunnen redden, je wassen en aankleden, die lastige trap op kunnen want die is er nog steeds als je thuiskomt. We bekijken samen wat haalbaar is. De meeste mensen willen maar één ding: zo snel mogelijk naar huis. We zorgen dan voor een goede overdracht aan de huisarts en een vangnet thuis. Maar niet ten koste van alles. We zien te vaak familieleden die er bijna - of helemaal - aan onderdoor gaan. Als de zorg zo zwaar wordt en met maximale zorg thuis niet te verlichten is, is het verpleeghuis de beste oplossing. Ook dat bespreken we eerlijk."

'Niet vasthouden aan hoe het altijd was, maar kijken hoe het ook kan'

Je bent heel creatief in het nadenken over oplossingen

"Ouderenzorg is net puzzelen, dat maakt het juist zo leuk. Als collega's dagen we elkaar uit om anders naar de puzzelstukjes te kijken. Zo stelde ik in overleg met een fysiotherapeut de medicatie van een cliënt anders af, waardoor hij nu weer zelf zijn overhemd dicht kan knopen. Die man is daar zo blij mee! Ook slimme technologie kan de puzzel compleet maken. Van 90-plussers kun je misschien niet altijd meer verwachten dat ze een tablet leren gebruiken, maar 60-plussers zijn digitaal behoorlijk vaardig. Er zijn goede apps die inzicht geven in je levensstijl en bewegingspatroon, medicatiedispensers die een seintje geven als de medicatie niet wordt uitgenomen, en beeldbellen met familie kan ook prima. Dit maakt het mogelijk om complexe zorg te leveren met minder personeel. Dat is ook de gedachte achter nieuwere zorg: niet vasthouden aan hoe het altijd was, maar kijken hoe het ook kan." ●

'Kijken naar de hele mens'

Hoe kwam je uiteindelijk in de ouderenzorg terecht?

"Tijdens mijn studie draaide ik weekenddiensten als basisarts bij Argos Zorggroep. Dat beviel zo goed dat ik koos voor de ouderengeneeskunde. In de ouderenzorg kijk je niet puur naar het lichamelijke maar naar de hele mens, naar de kwaliteit van leven. Wat kunnen we nog doen? En ook: wat doen we niet meer? Want soms - altijd in goed overleg - is dat de beste optie." Als behandelend arts in DrieMaasStede heeft Sonja twee eigen afdelingen, een daarvan is De Roos voor mensen met een levensverwachting van minder dan drie maanden. "Hier ligt mijn hart, bij de palliatieve zorg."

Wat maakt de palliatieve zorg bijzonder?

"Een docent zei daarover ooit: 'We verlengen het leven niet en we versnellen het einde niet; we kunnen alleen zorgen voor een zachte landing'. En dat is precies wat het is. Ik help mensen om het naderende afscheid te accepteren en rustig te mogen gaan. Vaak voelen zij het einde zelf aankomen, maar durven er niet over te praten. Benoem ik het als deskundige, dan kan dat lucht geven. Als je weet dat je gaat overlijden ga je zelf ook door een rouwproces. Voorheen betrapte ik mijzelf er weleens op iemand in bescherming te nemen, vooral mensen met dementie. Maar ook zij hebben recht om te weten wat er gaat gebeuren en verdriet te voelen - óók als ze het morgen weer vergeten zijn."

Hoe ga je om met de emoties die hierbij komen kijken?

"Ik ben niet allergisch voor een traantje, afscheid nemen en verdriet horen bij dit werk. Mensen kiezen er meestal niet voor om hier hun laatste tijd door te brengen. Ze moeten het leven en hun geliefden loslaten. Natuurlijk raakt mij dat, toch vind ik tranen toelaten bij mijzelf een stuk lastiger. Een tijdje geleden hoorde ik een bewoner kreunen. Ik dacht dat zij pijn had, dus ik liep de kamer binnen. Bleek dat ze met een

vriendin 'hun liedje' aan het hummen was. Ze kon niet meer praten, dit was haar manier van zingen. Een kippenvelmoment. Samen met een collega lieten we onze tranen lopen, stiekem op de gang."

'Afscheid nemen en verdriet horen bij dit werk'

Verpleeghuiszorg ziet er anders uit dan voorheen

"Dat klopt. Doordat mensen langer thuis wonen, zijn ze ouder als ze hier komen wonen. Dat betekent ook dat ze vaak complexe problemen hebben, bijvoorbeeld een of meer chronische ziektes én dementie. Dat maakt hen extra kwetsbaar. Mensen met dementie kunnen soms niet goed aangeven dat ze pijn hebben. Normaal gesproken baseer je een diagnose op onderzoek en een gesprek. Als praten moeilijk is, vertrouw ik op de ervaring van de medewerkers op de woonzorggroepen. Zij merken veranderend gedrag als eerste op; zij zijn mijn ogen en oren. Onrustig of moeilijk gedrag wordt vaak geaccepteerd als iets wat nu eenmaal bij dementie hoort, maar dat hoeft helemaal niet zo te zijn. Soms ontdek ik met hun hulp dat er iets anders speelt. Daarachter komen én de pijn kunnen wegnemen is zo mooi."

"Juist dat stapje extra zorgt voor meer voldoening en werkplezier. Zo bedachten we een waakmand voor mensen die de laatste uren met hun naaste doorbrengen. Met een mooi gedicht, een kaars, een schrijfblokje voor herinneringen en een crème om de handen van hun geliefde te masseren. De dankbaarheid voor zoiets kleins raakt me diep. Ook mijn collega's zetten alles op alles om iets extra's te doen of een laatste wens te vervullen. Pareltjes zijn het!" ●

'De dankbaarheid voor kleine dingen raakt me diep'



Gynaecoloog wilde ze worden. Of huisarts. Het liep anders, zoals dat vaak gaat in het leven. Sonja Silva werd specialist ouderengeneeskunde bij Argos Zorggroep. 'Het was met een omweg, maar hier ben ik helemaal thuis.'

Kleine of grote
geluksmomenten geven
kleur aan uw leven



Persoonlijke,
waardige en
liefdevolle zorg



'Ik kijk uit naar de maandagavonden'



Elke maandagavond bezoekt vrijwilliger Jordy Bouwer bewoner Govert Verbree in Meeuwenhof. Samen nemen ze dan uitgebreid de voetbaluitslagen door. 'Dat het zó gezellig zou zijn, had ik niet verwacht.'

"Mijn moeder koppelde ons aan elkaar, zij is vrijwilligerscoördinator bij Argos Zorggroep. Onze eerste ontmoeting verliep als een goede date: het klikte meteen, we bleken allebei van voetbal en lekker eten te houden. Sindsdien is de maandagavond van ons, ik kijk er elke week naar uit om met hem de wedstrijden van dat weekend te analyseren. Als ik laat thuis ben uit mijn werk, pik ik onderweg een afhaalmaaltijd voor ons op en dan eten we ook samen. We zijn allebei gek op Grieks.

Dat Govert voor Sparta is en ik voor Feyenoord, kan gewoon bij ons - het blijft allebei Rotterdam, hè? Voor de kampioenswedstrijd van Feyenoord appte Govert me zelfs om succes te wensen. Hij werkte vroeger in de Kuip als suppoost en heeft daar legendarische wedstrijden gezien; ik luister graag naar zijn verhalen. Ook Sparta beleeft een geweldige seizoen, dus we genieten allebei volop dit jaar. De volgende wedstrijd Feyenoord-Sparta willen we samen kijken. Ik had niet verwacht dat ik ons contact zó leuk zou vinden. Ik begon als vrijwilliger om hem een plezier te doen, maar Govert is ook een verrijking van mijn sociale kring. Ik ga altijd vrolijk naar huis als ik bij hem op bezoek ben geweest." ●

'Arie is een vriend geworden'

Vrijwilliger Joanne Uland gaat elke week op bezoek bij negentigplusser Arie Harinck in Breede Vliet. 'Elke middag verloopt precies hetzelfde, dat vinden we fijn. We lachen ontzettend veel.'

"Door de verhalen van Wia, de moeder van mijn vriend Jordy, besloten we allebei vrijwilliger bij Argos Zorggroep te worden. We hebben ieder 'onze eigen meneer'; hij bezoekt Govert, ik Arie. Toen ik Arie vier jaar geleden voor het eerst ontmoette, wilde hij meteen naar buiten. Arie wandelt graag, maar hij kan niet meer alleen op pad. Daarom gaan we samen. Tijdens het wandelen komen er veel verhalen los. Arie is heel open over het gemis van zijn overleden vrouw, hij deelt zowel zijn verdriet als zijn gelukkige herinneringen met mij. We lachen ontzettend veel, ik vind het echt leuk om naar hem toe te gaan.

Ik had verwacht dat Arie een soort tweede opa voor mij zou worden, maar hij voelt meer als een vriend. Tijdens onze ontmoetingen onthaast ik helemaal: we wandelen wat, maken samen een kruiswoordpuzzel en mijn telefoon blijft lekker in mijn tas - al mijn aandacht is voor hem. Arie heeft mij laten zien dat je helemaal geen bijzondere dingen hoeft te doen om kleur aan de dag te geven. 'Kom je morgen weer?', vraagt hij steevast als ik vertrek. Dat gaat helaas niet, maar ik blijf hem bezoeken tot zijn laatste dag. Aan het afscheid probeer ik niet te denken, we genieten gewoon van het nu." ●



Vrijwilligerswerk, iets voor na je pensioen? Echt niet! Juist jongeren vinden er rust en zingeving in. Kijk op www.argoszorggroep.nl/vrijwilligers



Specialistische begeleiding, zorg en behandeling

Jonge mensen met dementie

Bij dementie denken we al snel aan ouderen. Logisch, want de kans op deze ziekte neemt sterk toe met de leeftijd. Maar ook jonge mensen kunnen dementie krijgen. Voor hen en hun naasten is er specialistische zorg en aandacht in Breede Vliet en DrieMaashave.

“Dementie op jongere leeftijd is een verdrietig proces”, vertelt psycholoog Roxan Rorije. “Het duurt vaak langere tijd voordat de juiste diagnose wordt gesteld: een ontwrichtende en onzekere periode. Deze mensen stonden midden

in het leven, ze moesten hun werk opgeven, hebben vaak nog jonge kinderen. De acceptatie is zwaar; ze hebben al heel wat achter de rug voordat ze hier komen.”

Dementie is nog steeds niet te genezen. De zorg is dan ook niet gericht op beter worden, maar op zo fit mogelijk blijven, een goed contact houden met thuis en je gewaardeerd voelen. “Het mooiste aan mijn werk is om met het team, de bewoner en familie een plan te maken. Samen te zoeken naar dingen die plezier en ontspanning geven. We zijn benieuwd naar het verhaal van de cliënt:

wat heb je meegemaakt, wat doe je graag, van welke muziek hou je? Daar sluiten we bij aan. *Tulpen uit Amsterdam* zul je hier niet snel horen.”

In beweging blijven

“De jongere bewoners zijn vaak lichamelijk nog fit. Dat proberen we zo lang mogelijk in stand te houden. Er zijn hometrainers met een 3D-scherm waarmee je door een stad of in de natuur fietst, een interactieve tv, een beweegtuint met sporttoestellen en veel gezamenlijke activiteiten. De bewoners werken in de tuin, helpen met huishoudelijke klussen en bereiden elke dag samen een verse maaltijd.” Roxan legt uit: “Bij jongere mensen met dementie staan meestal niet de geheugenproblemen op de voorgrond, maar meer gedragsverandering en cognitieve klachten, zoals taalproblemen. Denk aan haperen, niet de juiste woorden kunnen vinden, geen hele zinnen meer kunnen maken. Daar zijn zij zich niet altijd van bewust; je kunt je voorstellen hoe frustrerend dat is. Juist als praten moeilijk is, kunnen onze vaktherapeuten veel betekenen. Met lichamelijke oefeningen, dans en spel, muziek, maar ook schilderen of boetseren geef je op een andere manier ruimte aan emoties. Het helpt om te ontspannen en je eigenwaarde te versterken met dingen die je graag doet en die nog wel lukken.”

'Hier geen Tulpen uit Amsterdam'

Van robothond tot gps-tracker

In Breede Vliet, het huis waar Roxan werkt, wordt volop gebruik gemaakt van slimme technische hulpmiddelen. “Zo creëren we meer veiligheid, ruimte en eigen regie voor de bewoners, bijvoorbeeld met lefcirkels en gps-trackers. Bewoners dragen een polsbandje of ketting met een tag die hun bewegingsruimte op maat regelt: voor de ene bewoner gaat een deur wel open, voor de ander niet. Iemand die alleen naar buiten gaat – natuurlijk alleen als dat verkeersveilig kan – en de weg kwijtraakt, kunnen we lokaliseren via gps. Door de inzet van

camera's en sensoren zijn er in principe geen nachtelijke rondes nodig en is er tijd voor een kopje thee met iemand die niet kan slapen. Ook de robothonden en -katten zijn een prachtige uitvinding, net als echte huisdieren geven ze plezier of troost.” Glimlachend: “Een meneer kreeg pas zijn eigen hond op bezoek, maar had er geen aandacht voor. Hij had zijn robothond.”

Kennis delen en vergroten

Dit specialistisch vakgebied is volop in ontwikkeling. En dat is hard nodig, ziet Roxan. “Het aantal jonge mensen met dementie neemt snel toe en de zorg is nog te veel gericht op ouderen. Het is belangrijk dat zij in een omgeving zijn met leeftijdsgenoten en voldoende uitdaging hebben. In werkgroepen onderzoeken we hoe we nog beter kunnen aansluiten op de behoeften van deze mensen. Liefst nog meer een-op-een. We volgen extra scholing en verdiepen ons in de nieuwste ontwikkelingen. Onze specialistische kennis willen we graag nog verder vergroten en delen, samen met andere zorgaanbieders.” ●

Specialisatie Argos Zorggroep

In Nederland zijn er naar schatting ruim 15.000 jonge mensen met dementie. Jong betekent in dit geval dat de diagnose voor het 65e jaar is gesteld; de symptomen beginnen meestal tussen de 40 en 65 jaar. Argos Zorggroep neemt actief deel in het Landelijk Kenniscentrum Dementie op Jonge Leeftijd; regiomanager John Rijdsdijk is een van de bestuursleden. In januari 2023 ontvingen we het landelijk keurmerk voor deze specifieke zorg. We werken er hard aan om een Regionaal Expertise Centrum te worden op dit gebied. Naast verblijf biedt Argos Zorggroep ook casemanagement, dagbesteding en dagbehandeling voor jonge mensen met dementie.

Langer thuis.
Samen kijken hoe het wél lukt.



'Werk aan de winkel'

Als fysiotherapeut Nathalie Balaguer binnenkomt, weten haar cliënten: er is werk aan de winkel. Toch hoopt ze dat ze vooral uitkijken naar haar bezoek: 'Hard werken kan ook heel gezellig zijn.'

"Ik besteed het merendeel van mijn tijd aan revalidatie. Mensen verblijven een paar weken of maanden in Marnix, bijvoorbeeld na een ziekenhuisopname; terugkeer naar huis is vaak het doel. Dat is hard werken, we zoeken echt de grenzen op. Maar ik doe altijd mijn best om het gezellig te maken. Het blijft geweldig als mensen hun doel behalen, zoals de meneer die zijn been verloor en nu weer thuis woont - op vier hoog nog wel, zonder lift. Maar er zijn ook andere manieren om een situatie te verbeteren. Zo zocht ik met een lieve dame naar houdingen en oefeningen om haar rugpijn te verlichten.

Helaas werd de pijn zo heftig dat ze zich thuis niet meer kon redden. Ze woont nu bij Argos Zorggroep, via mijn collega's weet ik dat het goed gaat. Daar ben ik blij om, want ik weet hoe moeilijk de verhuizing voor haar was. Ik wil dat mensen het fijn hebben, ook als ze hier liever niet zijn.

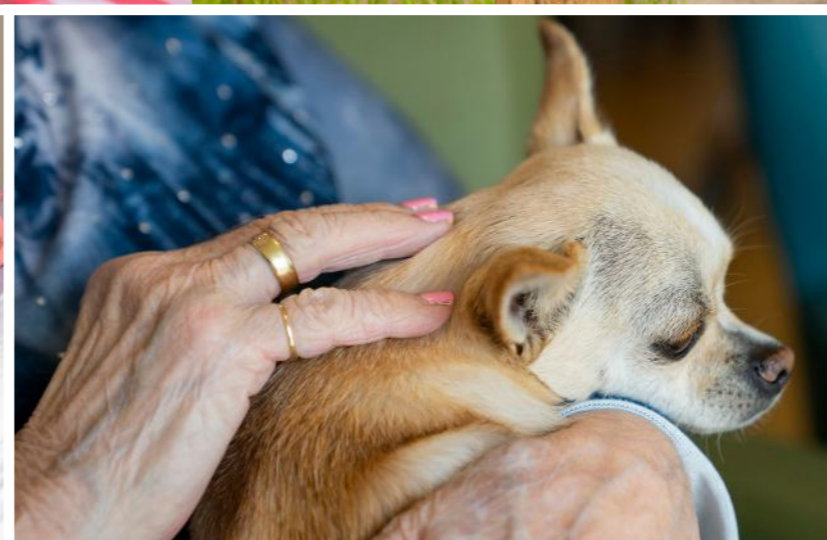
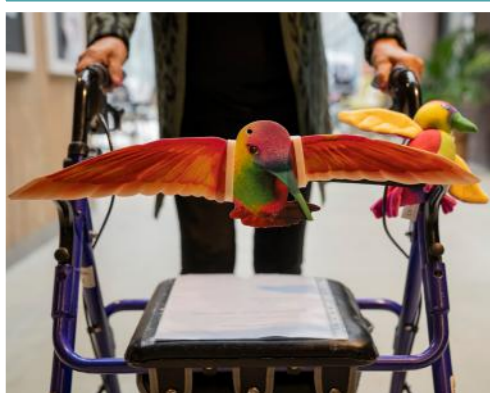
Naast tijdelijk verblijf bieden we fysiotherapie aan ouderen die nog thuis wonen. Zij werken aan hun eigen plan, individueel en in groepjes waar ze veel steun aan elkaar hebben. Zoals een groepje van vier mannen, ieder met een beenprothese. Ze delen niet alleen hun vorderingen, maar ook hun worstelingen. Zien dat de ander wél een korte broek durft te dragen en er samen over praten, kan helpen om ook die stap te zetten." ●



Wij geloven dat ouderenzorg anders kan



Oprechte interesse in wat voor u belangrijk is





**'Dat Bé hier zo vaak is,
is een groot geluk
voor zijn moeder'**

'Moe is hier thuis'

De driehoek, noemen we het ook wel.

De samenwerking en vertrouwensband tussen de cliënt, familie en zorgverleners. Bij Derkje van Noord (91), haar zoon Bé en verpleegkundige Nicole Oosterwaal zien we hoe mooi dat kan zijn. Derkje is op haar plek, alles is bespreekbaar en de Rotterdamse humor is nooit ver weg. 'Let maar niet op hem, hij is niet wijzer.'

Derkje woonde tot hoge leeftijd zelfstandig, vertelt Bé van Noord. "Langzamerhand werd het lastiger. Ik moest er steeds vaker naartoe. Sleutels kwijt of andere kleine dingen, maar vooral de brandgaatjes in de vinylvloer zetten ons aan het denken. Tot ze een nacht lang een pannetje op de kookplaat liet staan en de hele bovenkant van de koelkast was weggesmolten. Levensgevaarlijk natuurlijk, voor hetzelfde geld gaat de hele flat in de hens." Derkje hoort het schouderophalend aan en merkt droog op: "Paniek om niks, gewoon een druppel op de gloeiende plaat."

M'n buurvrouw

De geriater stelde Alzheimer vast en thuis wonen bleek niet meer verantwoord. Bé: "Anderhalf jaar geleden kon ze hier terecht. De goede verhalen die ik had gehoord, blijken helemaal waar. Ze is nu m'n buurvrouw; ik woon hier tegenover. Zo'n drie, vier keer per week loop ik binnen, soms alleen voor een bakkie. Het is goed als ik kom, maar ook als ik weer ga. Ze loopt mee naar de deur, zegt gedag en keert zich om. Moe is hier thuis, dit is haar plek." Dus ook vakantie is geen enkel probleem. "Weet je nog, moe, dat ik in Amerika was? Een medewerkster en vrijwilligster hielpen haar de reis te volgen via FaceTime en Facebook." Derkje begint te stralen: "Ik kon met hem praten en zelf zien hoe het daar was. Hoe kan het, hè?"

Veranderend gedrag

Nicole is verpleegkundige en regisseur; het aanspreekpunt op de woonzorggroep voor collega's en familie. "In principe is er eens per maand overleg met de contactpersoon, maar Bé spreken we wekelijks." Bé beaamt: "Ik kan op elk moment bij iedereen terecht. De lijnen zijn kort en goed en alles is bespreekbaar."

**'Het is goed als ik kom,
maar ook als ik weer ga'**

Nicole benadrukt: "De betrokkenheid van familie is zo belangrijk voor onze bewoners. Zij kiezen er immers niet voor om 24/7 met 'vreemden' samen te wonen. Dat Bé hier zo vaak is, is een groot geluk voor zijn moeder. Ze weet dat ze zowel bij hem als bij ons terecht kan en maakt van haar hart geen moordkuil." Dat laatste vindt Bé wel eens lastig: "Je ziet de remmingen steeds meer wegvallen. Dan moppert ze op de medewerkers, die dat echt niet verdienen. Of ze heeft kritiek op andere bewoners, ik zeg dan: 'ze zitten hier niet voor een ingescheurde teennagel, hoor'. Door er met Nicole en haar collega's over te praten, kan ik er beter mee omgaan." →



'Altijd eerst de bewoner'

Nicole: "Veranderend gedrag hoort bij het ziektebeeld, wij zijn het gewend. Bé hoeft zich dit niet aan te trekken, maar natuurlijk is het moeilijk. Wij hebben hier veel oog voor. Als familieleden er echt niet mee overweg kunnen, is er hulp beschikbaar. Begrip voor wat er gebeurt in het hoofd van iemand met dementie, helpt bij de acceptatie."

'Ik vond een mooie, nieuwe invulling in het vrijwilligerswerk'

Stiekem trots

Sinds Bé stopte met werken is hij een actieve en graag geziene vrijwilliger op De Es. Hij neemt niet alleen zijn moeder geregeld mee op pad, maar ook andere bewoners, 'al is het maar voor een harinkie op de markt'. En net zo makkelijk hijst hij zich in een Pieten- of Paashaaspak. Derkje, stiekem trots: "Dan zeg ik: kijk, dat is de mijne. Gewoon laten lopen, hij is niet wijzer." Bé vertelt: "Het vrijwilligerswerk en de mantelzorg voor mijn moeder geven een nieuwe invulling

aan mijn tijd. Het is mooi om te doen en je krijgt er veel voor terug: een gezellige groep collega's, dankbare bewoners en waardering van de organisatie." Nicole: "We zijn ontzettend blij met onze vrijwilligers; zij zorgen voor al die extraatjes waar wij niet aan toe komen." Derkje doet graag mee aan de activiteiten en uitstapjes. "Ik heb de Avondvierdaagse gelopen in mijn rolstoel en we zijn in Diergaarde Blijdorp naar m'n familie wezen kijken", grapt ze.

'Derkje wordt 110'

Nicole legt uit hoe de familie bij de zorg betrokken wordt. "Kort na de opname stellen we samen een zorgplan op. Zoals gezegd is er maandelijks overleg met de mantelzorger en wekelijks komt de arts op de afdeling. Ook vóór het MDO, het multidisciplinair overleg, spreken we eerst met de bewoner, familie en betrokken collega's zoals de fysiotherapeut, logopedist of diëtist: hoe gaat het, zijn er nog wensen of veranderingen? Vervolgens bespreken we de uitkomsten weer met de familie. Gaat iemand hard achteruit, dan maken we afspraken over wel of niet reanimeren of een ziekenhuisopname. Gelukkig is dat nog niet aan de orde: volgens Bé wordt zijn moeder 'gewoon 110'. Derkje: "Ik takel elk jaar een paar kilo af, maar als het zo blijft, dan wil ik dat wel. Ik zit hier goed!" ●

Zorgen doen wij samen!

Bij u thuis hebben mantelzorgers, familie en andere naasten een natuurlijke rol in uw zelfredzaamheid. Zij kennen u het beste en weten wat belangrijk voor u is. Deze rol verandert - maar blijft van groot belang - als u meer zorg nodig heeft of als u verhuist naar een verpleeghuis.

Wij kijken naar u als mens in al uw eigenheid. Daarom worden mantelzorgers en andere naasten, als u dat wilt en waar mogelijk, structureel betrokken bij de zorgverlening en uw welzijn. Een goede relatie tussen u, uw mantelzorger en de zorgprofessionals van Argos Zorggroep komt de kwaliteit van zorg altijd ten goede.

Ook de bijdrage van vrijwilligers in onze huizen en bij allerlei activiteiten is van grote waarde. Hun betrokkenheid en persoonlijke aandacht geven net dat beetje extra. Ze werken nauw samen met onze medewerkers en vormen zo een sterk team. Argos Zorggroep ondersteunt mantelzorgers en vrijwilligers in hun belangrijke rol.

Tijdens de rondleiding over haar woonzorg-groep staat Sema Gencer - verpleegkundige en regisseur op De Es - om de haverklap stil. Even op de hurken naast een rolstoel, hier een grapje, daar een moment van troost. 'Sorry, de bewoners gaan altijd voor, altijd. Al kan ik maar één traan voorkomen.'

"Toen ik onlangs ziek thuis was, hoorde ik dat een bewoonster nog maar enkele dagen te leven had. Ik ben naar De Es gegaan om, samen met de arts, naar haar laatste wensen te vragen. Daar was ze stellig in: thuis bij mijn dochter sterven. Het was nog maar de vraag of ze morgen of overmorgen zou halen, maar ik heb alles op alles gezet. Ik schakelde de huisarts en thuiszorg in, regelde een hoog-laagbed en overlegde met de Wensambulace.

Ik moest praten als Brugman, maar het lukte! Het is niet vanzelfsprekend om vanuit het verpleeghuis nog naar huis te gaan, dus maakten we er een speciaal moment van. Met collega's vormden we een erehaag en namen we afscheid. Het had niet mooier kunnen zijn. Die nacht is ze rustig ingeslapen.

O oplossingen zoeken, daar ligt mijn kracht. Hoe ingewikkelder, hoe liever. Beter achteraf een excuus, dan vooraf alles indekken. Ik zorg gewoon dat het voor elkaar komt. Maar het allermooiste is dat je zoveel kunt betekenen. Ik besef maar al te goed hoe moeilijk het is: afhankelijk zijn van anderen, weten dat je niet meer beter wordt. Een dikke kroel kan iemands dag veranderen." ●



Hooge-Werf, Poortugaal



Klepperwei, Rhoon



Marnix, Vlaardingen



Soenda, Vlaardingen



DrieMaasStede, Schiedam



Meeuwenhof, Hoogvliet



De Meerpaal, Vlaardingen



Breede Vliet, Hoogvliet



DrieMaasHave, Maassluis



De Es, Spijkenisse



De Tweemaster, Maassluis

Clëntenraden behartigen de belangen van cliënten en mantelzorgers

'We koesteren alles wat wél kan'

Ze maakten het beiden van dichtbij mee: een familielid dat verhuisde naar het verpleeghuis. Voorzitter Gerda de Bruin-Goos en vicevoorzitter Jaap van Loon van de Centrale Cliëntenraad (CCR) zien erop toe dat cliënten van Argos Zorggroep de zorg krijgen die ze verdienen.

Een verhuizing naar een verpleeghuis is een grote verandering die veel emoties met zich meebrengt, daar weten Gerda en Jaap alles van. Gerda maakte het mee met haar inmiddels overleden moeder en recent nog met een tante. Jaap was bewindvoerder voor een tante met dementie. Hij werd vrijwilliger op haar woonzorggroep in De Es en lid van de lokale cliëntenraad; dat bleef hij ook nadat zij overleed. "Als vrijwilliger bezorg ik individuele bewoners fijne momenten, als vicevoorzitter behartig ik de belangen van alle bewoners." Ook Gerda neemt haar ervaringen als mantelzorgster mee in haar werk voor de CCR. "Het is onze taak om met enige afstand naar de zorg te kijken en ons tegelijkertijd goed in te leven in de cliënten en hun naasten. Die combinatie werkt."

Zowel Jaap als Gerda vindt het belangrijk dat er bij aanmelding aandacht is voor wat er op cliënten en mantelzorgers afkomt en dat er een vaste contactpersoon is. "Sowieso als je familielid in een verpleeghuis gaat wonen, maar misschien

nog wel meer bij een onverwachte tijdelijke of spoedopname. Niet alle informatie blijft meteen hangen", legt Gerda uit. "Het is dus goed dat medewerkers zaken nog eens herhalen, maar ook dat cliënten en mantelzorgers zelf aan de bel trekken als ze nog vragen hebben. Zo bouw je samen een goede relatie op, dat komt de kwaliteit van leven ten goede."

'Nieuwerezorg is anders kijken naar de zorg'

Opfleuren

De kunst van het leven in een verpleeghuis is het blijven benutten van mogelijkheden binnen de beperkingen, stelt Gerda. "We koesteren alles wat nog wél kan. In het project 'Eten wat de pot schaft' wordt de tafel gedekt, komen de pannen op tafel en scheppen bewoners zelf op wat ze lusten, net als thuis. Ze kunnen dan misschien niet meer zelf koken, maar spuiten wél nog zelf een prachtige dot slagroom op hun dessert, precies zoals ze vroeger deden. Zulke eenvoudige dingen maken mensen blij." Jaap vult aan: "In De Es woont een dame die vroeger muzikant was. In het begin trad ze nog weleens op voor de andere bewoners, maar dat gaat niet meer.

Ze wordt stiller, de kleur verdwijnt langzaam uit haar leven. Ik vind het een hele kunst om iemand in zo'n situatie toch een zinvolle dag te bezorgen. Maar ook bij deze dame lukt dat: ze kan nog wel luisteren naar gitaarmuziek. Daar fleurt ze echt van op." Medewerkers van Argos Zorggroep tonen zich op dit vlak heel creatief, vindt hij. "Dieren zorgen altijd voor een fijne energie, dus komen er geregeld honden, konijnen en zelfs lammetjes op bezoek. Heel bijzonder vind ik de rollator in de vorm van een kinderwagen, die inspeelt op het moedergevoel van dames met dementie."

We hebben elkaar nodig

Naast goede zorg in de huizen kijkt de CCR natuurlijk naar de cliënten die zorg thuis krijgen, vertelt Gerda. "We zien de thuiszorgmedewerkers ook wel als poortwachters. Zij signaleren hoe het met iemand gaat, of de cliënt het thuis nog redt en wat daarvoor nodig is. Niet alleen aan professionele zorg, maar ook van het netwerk om hen heen. Zijn er familieleden of andere naasten die de benodigde zorg kunnen bieden én ook aankunnen? Dat goed beoordelen is een belangrijke taak."

Het personeelstekort in de zorg werkt wel beperkend, merkt Jaap. "Toch zie ik dat we ook daarin blijven zoeken naar mogelijkheden. Technologie kan medewerkers ontlasten, neem bijvoorbeeld het robotkatje dat spint als je

hem aait. Het kalmeert mensen." Daarnaast zouden familie en andere naasten meer bij de zorg betrokken kunnen worden, volgens Gerda. "De vraag naar zorg groeit de komende jaren gigantisch, we hebben elkaar nodig om dat goed op te vangen. Dat komt allemaal samen in nieuwerezorg; de strategie om meer te kunnen doen met minder middelen. Nieuwerezorg is geen protocol, maar een kwestie van anders kijken. We zijn nog te veel gewend om de zorg over te nemen. Nieuwerezorg is het sámen doen. Ik denk dat het juist veel goeds kan brengen. Zo ken ik een stel waarvan de vrouw moet worden opgenomen. Zij douchen nog steeds samen en zoeken nu een verpleeghuis waar dat mogelijk blijft. Het ontlast de zorg en zij behouden dit stukje intimiteit. Dat is toch hartstikke mooi?" ●

Alle huizen van Argos Zorggroep hebben een Lokale Cliëntenraad (LCR) die bestaat uit cliënten en/of hun familieleden. Gezamenlijk behartigen zij de belangen van de cliënten van het huis, de dagbesteding en thuiszorg in die regio. De voorzitters van alle lokale cliëntenraden vormen samen de Centrale Cliëntenraad (CCR) die de Raad van Bestuur van Argos Zorggroep gevraagd en ongevraagd adviseert over de kwaliteit van de zorg- en dienstverlening.
www.argoszorggroep.nl/medezeggenschap



Zelf doen wat nog lukt,
dat voelt goed.

'Adem in, adem uit'



Als verzorgende Imro Stippel merkt dat een bewoner humeurig, gespannen of angstig is, spreekt hij zijn befaamde woorden: 'adem in, adem uit'. Inmiddels zegt iedereen het hem na.

"De bewoners van mijn woonzorggroep in DrieMaasStede kunnen door lichamelijke beperkingen niet meer thuis wonen. Ze beseffen heel goed dat dit het laatste station is, met hun geest is niets mis. Ik snap dus best dat niet iedereen elke dag even vrolijk is. Wie levert nou graag zijn laatste beetje onafhankelijkheid in? Ik behandel alle bewoners met zachtheid en respect. Ik kan niet alle problemen voor ze oplossen, maar ik doe mijn best om ze wel elke dag te laten lachen. Wat er ook gebeurt, ik lach altijd.

Als valexpert waak ik voortdurend over hun veiligheid. Als je lichaam zwak is, moet je er extra voorzichtig mee zijn en vooral niet vallen, want het is maar de vraag of je nog helemaal herstelt. Dus zeg ik tegen bewoners: wacht met opstaan totdat ik er ben, ga niet op blote voeten naar het toilet en gebruik die rollator nou, want daar is 'ie voor. Als ik merk dat mensen hun lichaam niet meer vertrouwen, of als ze angstig zijn als ze voor het eerst in de tillift gaan, stel ik ze op mijn manier gerust. 'Adem in, adem uit', zeg ik dan, 'probeer te ontspannen, dan gaat het een stuk gemakkelijker'. Ik zeg het zo vaak dat sommige bewoners het nu zelfs tegen mij zeggen als ik voorbij loop. Dat is toch mooi?" ●

Zorg en behandeling bij Argos Zorggroep

Goed om te weten

Krijgt u binnenkort zorg van Argos Zorggroep, dan heeft u vast allerlei vragen. Wees gerust, wij helpen u graag op weg. Hieronder zetten wij een aantal belangrijke zaken op een rij. Over elk onderwerp vindt u uitgebreide informatie op onze website www.argoszorggroep.nl. En natuurlijk kunt u met uw vragen terecht bij onze medewerkers.

De beste plek voor u

U heeft een indicatie gekregen waarin is vastgesteld welke zorg u nodig heeft. Aan de hand van deze indicatie kijken wij, samen met u, op welke plek die zorg het best gegeven kan worden. Ook wanneer u in het verpleeghuis woont, kan uw zorgvraag in de loop van de tijd veranderen. Het kan voorkomen dat de zorg die u nodig heeft niet meer geboden kan worden op de plek waar u dan verblijft. Samen met u kijken we dan opnieuw naar de best passende plek voor u. Op de website van Argos Zorggroep vindt u informatie over welke zorg wij waar kunnen bieden.

Bereikbaarheid en aanspreekpunt

Wanneer u in een huis van Argos Zorggroep komt wonen, wordt een van de medewerkers uw vaste aanspreekpunt. Dit noemen we een regisseur. In de thuiszorg is de wijkverpleegkundige of case-manager uw aanspreekpunt. Alle huizen van Argos Zorggroep zijn 24 uur per dag telefonisch bereikbaar.

Zorgleveringsovereenkomst

Wanneer u zorg van Argos Zorggroep gaat ontvangen, krijgt u een zorgleveringsovereenkomst. Hierin staan algemene afspraken over onder meer uw rechten en plichten en onze rechten en plichten als zorgorganisatie. Daarnaast maken we afspraken over aanvullende diensten die u tegen betaling kunt afnemen, zoals het verzorgen van uw wasgoed. Wanneer u dit wilt, vragen wij u om Argos Zorggroep te machtigen voor automatische incasso van de kosten.

Zorgdossier en zorg(behandel)plan

Er wordt voor u een zorgdossier gemaakt. In dit zorgdossier staan de gegevens die nodig zijn om u goede zorg te kunnen bieden. Belangrijk onderdeel hiervan is het zorg(behandel)plan. Hierin staan de afspraken over de zorg en ondersteuning die u van ons krijgt. Deze afspraken worden samen met u gemaakt. Als u dat wilt, kunt u uw zorgdossier inzien via ons digitale cliëntportaal of onder begeleiding van een arts.

Uw gegevens zijn veilig bij Argos Zorggroep. Wij volgen de Algemene Verordening Gegevensbescherming (AVG) waarin wettelijk is geregeld hoe zorgorganisaties moeten omgaan met de verwerking en bescherming van persoonsgegevens. De wijze waarop wij dit doen is beschreven in ons privacybeleid dat u kunt vinden op onze website.

Eigen regie en vertegenwoordiging

U heeft uw hele leven uw eigen beslissingen genomen. Ook als wij u ondersteunen, houdt u zelf de regie. Alles wat u nog kunt, doet u zelf. Er kan echter een tijd komen dat u, bijvoorbeeld door ziekte, uw belangen niet meer zelf kunt behartigen. Dit wordt wilsonbekwaamheid genoemd. Iemand die wilsonbekwaam is, is niet meer in staat om zelf beslissingen te nemen. Iemand anders moet dit dan van u overnemen. Dit noemen we een vertegenwoordiger. Een vertegenwoordiger neemt namens u beslissingen voor u. Meestal is dit een echtgenoot, kind of andere naaste. U kunt van tevoren al met uw naasten afspreken wie uw vertegenwoordiger wordt.

Ook kunt u uw wensen voor uw zorg en behandeling in de toekomst alvast schriftelijk vastleggen. Dit wordt een schriftelijke wilsverklaring genoemd. Hierin kunt u ook opnemen wie u als uw vertegenwoordiger aanwijst.

Zorgkosten

Een verandering in uw woonsituatie en/of het ontvangen van zorg kan financiële gevolgen hebben. Welke dit zijn is afhankelijk van onder andere het soort zorg dat u krijgt, uw inkomen, uw vermogen en uw zorgverzekering. Op de website van Argos Zorggroep vindt u hier uitgebreide informatie over.

Veiligheid

Veiligheid staat bij ons hoog in het vaandel, zowel in de zorg als in uw woonomgeving. Medewerkers kunnen u adviseren bij het veilig inrichten van uw huis of kamer, maar bijvoorbeeld ook over het gebruik van loophulpmiddelen.

Ook brandveiligheid is een belangrijk thema. Op onze website leest u wat we ten aanzien van de brandveiligheid van u verwachten. In alle huizen werken goed opgeleide bedrijfs-hulpverleners die weten wat zij moeten doen in geval van calamiteiten.

De huizen van Argos Zorggroep zijn vrij toegankelijk. Bewaar daarom geen waardevolle spullen of grote geldbedragen in uw kamer. Argos Zorggroep is niet aansprakelijk voor vermissing van persoonlijke eigendommen, behalve als er sprake is van verwijtbare nalatigheid van de organisatie.

Verzekeringen

De huizen van Argos Zorggroep hebben een collectieve opstalverzekering. Hier zijn voor u geen kosten aan verbonden. Wel bent u zelf verantwoordelijk voor het afsluiten van een WA-verzekering (aansprakelijkheidsverzekering) en inboedelverzekering. Wanneer u een aanvullende zorgverzekering heeft, adviseren wij u met uw zorgverzekeraar te overleggen of u er goed aan doet deze aan te houden.

Wet- en regelgeving

Zorgorganisaties hebben te maken met uiteenlopende wet- en regelgeving. De meest belangrijke zijn de WGBO (Wet geneeskundige behandelovereenkomst), de Wlz (Wet langdurige zorg), Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning), Zvw (Zorgverzekeringswet), Wzd (Wet zorg en dwang) en Wkkgz (Wet kwaliteit, klachten en geschillen zorg). Op de website leest u waar deze wetten voor staan en wat ze

betekenen voor u als cliënt en voor ons als zorgorganisatie.

Medezeggenschap cliënten

Cliënten of vertegenwoordigers van cliënten kunnen meepraten over het beleid van Argos Zorggroep via de cliëntenraad. Alle huizen van Argos Zorggroep hebben een lokale cliëntenraad die de belangen behartigt van cliënten in het betreffende huis, de dagbesteding en de thuiszorg in die regio. De voorzitters van de lokale cliëntenraden vormen samen de Centrale Cliëntenraad. Deze behartigt de gemeenschappelijke belangen van cliënten van heel Argos Zorggroep.

Klachten en suggesties

Natuurlijk hopen we dat u tevreden bent over de zorg die u ontvangt. Toch kan er wel eens iets misgaan. Blijf hier niet mee rondlopen. Een goed gesprek met de betrokken medewerker kan vaak al helpen. Komt u er samen niet uit, dan kan een medewerker van het Cliënten Service Bureau of de (onafhankelijke) klachtenfunctionaris u verder helpen. ●

Colofon

Dit is een uitgave van Argos Zorggroep, januari 2024
Projectteam Argos Zorggroep:
Karin Hersbach, Eva Collette
Concept en teksten: Skrebbel
Communicatie, Chantal Wuijster,
Laura van der Burgt
Vormgeving: Melding Ontwerp
Fotografie: Emmy de Fotograaf
Drukwerk: CS Grafimedia bv
Met dank aan alle geïnterviewden

Disclaimer: Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen, vermenigvuldigd of gereproduceerd zonder schriftelijke toestemming van Argos Zorggroep.

www.argoszorggroep.nl

**Psssst heb jij al
gehoord van onze
nieuwe vacatures?**

