

# NNCZ *Dichtbij*

editie 07 jaargang 03 winter 2018



*“Iedereen  
in onze  
samenleving  
telt mee!”*

**“Mee blijven doen in de samenleving!”**

Leefbaarheid  
in Grijpskerk

Zwemmen  
houdt je fit!

Vrijwilliger  
van het jaar



# Voorwoord

## Erbij horen en meedoen

Deze editie van *Dichtbij* heeft mooie artikelen over ervaringen van mensen bij de uitvoering van activiteiten die ze graag (blijven) doen. Wat mij betreft allemaal voorbeelden die passen bij wat wij bedoelen met de missie en visie van onze organisatie. Wij merken dat mensen gelukkiger blijven wanneer er het gevoel bestaat ergens bij te horen en mee te kunnen blijven doen aan activiteiten die ze altijd al plezierig vonden.

Hier dragen we dan ook graag een steentje aan bij!

In oktober was ik bij een bijeenkomst in de Nieuwe Wierde waar de stichting MFC Grijpskerk plannen presenteerde over hoe het MFC (het dorps huis van Grijpskerk e.o.) in de Nieuwe Wierde tot stand gaat komen. Er was een zeer grote opkomst vanuit het dorp en de huidige bewoners van de Nieuwe Wierde. Prachtig om te zien hoe de dorpsgemeenschap samen optrekt (ook met de mensen die zo'n zorgvraag hebben dat ze in het woonzorgcentrum moeten wonen) en iedereen op deze wijze onderdeel blijft van de gemeenschap!

We zijn inmiddels al weer aangekomen in het laatste stukje van het jaar 2018. Ik merk dat naarmate ik ouder word ik het gevoel heb dat de tijd steeds sneller gaat.

Wat is het jaar omgevlogen! Ik wens u allen in deze toch altijd weer speciale maand veel nabijheid en warmte toe en hoop dat eenieder ook van betekenis voor een ander kan zijn. Hieronder een foto die ik zelf heel passend vind als voorbeeld van de mooie verbindingen die er kunnen ontstaan wanneer mensen hun krachten bundelen.



Luchtfoto van de bijna 11000 uitgelegde gehaakte dekens waar velen van ons een bijdrage aan geleverd hebben.



met vriendelijke groet,

Roeli Mossel, directeur-bestuurder  
Roeli.Mossel@nncz.nl



## Inhoudsopgave

- 3 Column Cliëntenraad
- 4 Krakeel schoon
- 6 Zondagmiddaginloop in Grijpskerk
- 7 Mevrouw Riemersma zwemt
- 8 Kerstkruiswoordpuzzel
- 9 Iedere week naar de soos
- 10 De Hoogeveense Uitdaging
- 12 De Cliëntenraad
- 14 Dorpsbewoners in Gockingaheem
- 15 Vrijwilliger in beeld





Noord Nederlandse Coöperatie  
van Zorgorganisaties

Leven zoals u dat wilt, dat is ons uitgangspunt. Samen met u kijken we naar de beste vorm van zorg. Immers: **'Samen zijn we van waarde'**.

- Thuiszorg
- Dagbesteding
- Wonen in een aanleunwoning
- Verblijf in één van onze woonzorgcentra (verpleeghuis- en verzorgingshuiszorg)

#### Contact

#### Algemene informatie

nummer: 0528 200 200

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



## Medezeggenschap

Met de Cliëntenraad hadden we een bijeenkomst in één van de vestigingen van de NNCZ. Na afloop troffen we in het restaurant een man, alleen aan een tafeltje. Hij nam een slokje uit een glas wijn. Dit trok onze aandacht en het gesprek ontvouwde zich vanzelf. Hij was betere wijn gewend, maar ach, deze kon er wel mee door. Woont u hier al lang?

'Nee, veertien dagen nog maar. Mijn vrouw is in de zomer heel plotseling overleden. Mijn verdriet is groot en het kost me nog veel moeite om het te accepteren. Eigenlijk is zij in mijn hoofd nog altijd de eerste de beste. Daar zat ik dan; in een groot huis voor mij alleen. Alles alleen doen. Ik droeg mijn steentje altijd wel bij hoor, maar met wassen en de maaltijden bereiden was ik niet vertrouwd. Of beter: die dingen kon ik niet. De kinderen vonden dat het zo niet langer kon: alleen in dat grote huis, onthand en slecht ter been. Ze regelden van alles voor mij en al snel, vond ik, kwam het bericht dat ik hier naar toe kon. Nog maar een slokje wijn. Ik liet alles achter, huis en haard en nu zit ik hier, als een kat in een vreemd pakhuis.'

We waren er eerst stil van. 'Mag ik vragen naar uw leeftijd?' Ja: 92. Later sloeg de schaamte toe. Wat deed het er toe hoe oud deze man is. De belangrijkste vraag hebben we niet gesteld: 'Wat had u zelf gewild, zag u zelf andere en betere mogelijkheden?'

We vrezen dat het vaak zo gaat: anderen die het beste weten wat goed voor jou is...

Als gebiedsraad geven we invulling aan medezeggenschap. Wat stom dat we de meest persoonlijke en sprekende vorm van medezeggenschap, namelijk 'wat wilt u?' vergaten.

De Cliëntenraad van de NNCZ, [cliëntenraad@nncz.nl](mailto:cliëntenraad@nncz.nl)



# Krakeel schoon

Cliënten onderweg naar een schoon Krakeel



Het enthousiasme spat er vanaf, Tamara Krikken (medewerker woon-groep Jannes van der Sleedenhuis Krakeel) en Lubbert Vaartjes zijn zeer bevolgen vrijwilligers met hart voor de wijk Krakeel in Hoogeveen. Samen hebben ze al menig project in de wijk in de benen geholpen. Ze zijn trots op wat ze doen en hoe ze bij kunnen dragen aan de leefbaarheid in de wijk. Waar ze ook oog voor hebben, is voor de cliënten van het Jannes van der Sleedenhuis Krakeel. Ze proberen op meerdere manieren om de bewoners zo veel mogelijk te betrekken bij het leven in de wijk. Eén van die manieren is het project 'Krakeel schoon'.

Tamara geeft aan dat dit project helemaal ingeburgerd is in de wijk; 'Al ruim 5 jaar gaan we elke laatste zaterdag van de maand met een groep mensen de wijk in gewapend met allerlei opruimspullen; prikkers, vuilniszakken en een echte 'Krakeel schoon' bakfiets. Vrijwel altijd gaat er een aantal cliënten mee uit het Jannes van der Sleedenhuis Krakeel. Het groepje bestaat meestal uit circa 8 tot 15 opruimers, al naar gelang de weersomstandigheden. De leeftijd varieert van 8 tot 88. Er is één op één begeleiding met cliënten; je weet immers niet wat er kan gebeuren onderweg. Wat ik het belangrijkste vind is dat onze cliënten deze dag als zeer waardevol ervaren en genieten van het samenzijn en de frisse buitenlucht!'. Lubbert vult aan; 'het mes snijdt natuurlijk ook aan twee kanten. De wijk ruimen we mooi op en ontdoen we van veel troep, maar wat nog belangrijker is; de bewoners staan deze dag 100% in hun kracht!



Iedereen in onze samenleving telt mee. Ze laten zien wat ze nog kunnen. En dat hoeft helemaal niet zo veel te zijn, maar door bij te dragen aan de teamspirit die er die dag heerst voelen ook cliënten hoe het is om ergens samen voor te gaan en samen iets goeds te doen voor de wijk.

Het zijn prachtige momenten wanneer passerende fietsers of wandelaars hun duim opsteken en complimenten geven over het opruimwerk. We horen zo vaak; 'goed bezig hoor!'. Je ziet de groep dan opleven en glunderen en er overheerst dan wel een gevoel van trots. In de ongeveer anderhalf uur dat we door de wijk lopen, kijken we met andere ogen naar de wijk. We ontmoeten gaandeweg veel mensen en zien waar veel rommel ligt. We leren de wijk en zijn inwoners goed kennen.

De leukste momenten zijn de spontane interacties die ontstaan, binnen de groep maar vooral ook met de inwoners van de wijk. Een praatje maken, herinneringen delen of de toekomst van de wijk bespreken. Cliënten staan even weer midden in de samenleving, en dat is waar we het voor doen!'.

**De startplaats van Krakeel  
Schoon is de 'Stern';  
de gebruikersruimte  
buurtbeheer van de  
gemeente en de bewoners  
parkgroep.**

**Elke laatste zaterdag van  
de maand wordt daar om  
13.00 uur verzameld.**







# Zondagmiddaginloop in Grijpskerk

Vanuit het dorp kwamen regelmatig geluiden dat de zondag vaak als een lange, saaie dag aanvoelt. Sommige mensen wilden op zondag ergens heen kunnen, maar hoefden niet per se een activiteit te ondernemen, anderen hadden juist wel behoefte aan een (culturele) activiteit. De Dorpscoöperatie Grijpskerk Verbonden en de NNCZ hebben daarop besloten om te kijken wat ze konden doen, om wat meer leven in de brouwerij te krijgen. In augustus 2018 zijn ze daarom gestart met een Zondagmiddaginloop in woonzorgcentrum De Nieuwe Wierde.

De bezoekers bepalen zelf hoe de zondag eruit ziet. Zo kunnen ze even binnen komen lopen om een praatje te maken, iets te drinken of bijvoorbeeld een activiteit te ondernemen. Het is een laag-drempelige manier om samen te komen en zelf invulling te kunnen geven aan de dag. Een voorwaarde was dat er voldoende vrijwilligers zouden zijn om de inloop draaiende te houden. Dat bleek geen probleem, veel mensen die behoefte hadden aan wat reuring op de zondag, vonden het ook leuk om te helpen.

De zondagmiddaginloop krijgt steeds meer bekendheid in het dorp. 'Echt iedereen is welkom tijdens de inloop', aldus Anita Schuiten, dorpsregisseur formele- en informele zorg in Grijpskerk en omgeving. 'Hoewel sommige inwoners nog twifelen of het wel voor hen bedoeld is, merk je

dat steeds meer de weg naar De Nieuwe Wierde weten te vinden. Een echtpaar dat in eerste instantie alleen een keer een kopje koffie wilde drinken, kwam de week daarna weer, inclusief Scrabble bord.'

'We zitten inmiddels in de donkere dagen en hopen dat mensen juist in deze periode de sociale contacten opzoeken om de eenzaamheid en sleur te doorbreken', zegt Joke Kraakman, voorzitter dorpscoöperatie Grijpskerk Verbonden. 'Mensen die komen zijn er heel blij mee, ze vinden het gezellig.' Ook voor de bewoners die in De Nieuwe Wierde wonen is de Zondagmiddaginloop leuk. Anita: 'Veel van de bewoners komen uit het dorp en kennen vaak nog veel mensen. Het is mooi om elkaar hier weer op de zondagmiddag te ontmoeten, weer bij te praten of een spelletje te spelen. Maar ook mensen die wat minder bekend zijn in het dorp worden snel genoeg bijgepraat! In het begin van de middag zit iedereen aan de koffie, maar meestal vanaf een uurtje of 16:00 uur komt de borrel op tafel voor wie wil.'

Joke en Anita: 'In de toekomst willen we kijken of we ook culturele activiteiten kunnen organiseren. Er gebeurt hier veel cultureels in de omgeving. Een idee is om dan eerst in De Nieuwe Wierde te verzamelen en koffie te drinken, en dan gezamenlijk met auto's of de trein naar het museum of een voorstelling te gaan. Jong en oud is welkom!'



***Wilt u ook langskomen op de  
Zondagmiddaginloop?***

***Kom dan tussen 15:00 uur en 17:00 uur  
eens binnenlopen in De Nieuwe Wierde,  
Burmanniastraat 1 in Grijpskerk.  
We ontmoeten u graag!***



# Een voorbeeldfunctie; dat zou mooi zijn!

Mevrouw Riemersma doet er alles aan om fit te blijven. Ze is 94 jaar maar legt nog heel wat meters af. Niet te voet, maar in het zwembad! Tijdens een gesprek met de cardioloog gaf ze een tijdje geleden aan dat ze het liefst lekker zou gaan zwemmen om de conditie op peil te houden. Zo gezegd, zo gedaan. Het balletje is gaan rollen en nu, een paar weken later, trekt mevrouw Riemersma wekelijks haar baantjes.



'Het liefst zou ik elke dag lekker een eind lopen. Maar je moet leren leven met de beperkingen die je hebt en lopen is nu eenmaal moeilijk voor mij. Ik woon in een aanleunwoning in het Jannes van der Sleedenhuis De Vecht en ga nog wel eens naar het winkelcentrum voor een boodschap in de rolstoel, maar de marathon loop ik niet meer. Tijdens een bezoek aan de cardioloog gaf ik te kennen dat ik graag zou zwemmen om fit te blijven. Dat vond hij een heel goed idee en hij heeft samen met de verpleging van de NNCZ de eerste aanzet gedaan om dit voor mij te realiseren. Ik kan natuurlijk niet meer alleen naar het zwembad! Er moet iemand met mij mee. Elke vrijdagochtend haalt een vrijwilligster mij nu op en rijdt mij naar het zwembad in Hoogeveen om daar op therapeutische basis te zwemmen. Het is een fijn klein bad en lekker warm. Gedurende een half uur zwemt een therapeut met mij op. Nou ja; zwemmen is een groot woord. Ik lig op mijn rug en probeer baantjes te trekken. Dat gaat steeds beter en we bouwen het rustig op. Ik begon bij zes meter maar zit inmiddels al op tien. Dan kletsen we even en zwemmen we weer terug. Heerlijk vind ik het! Je bent in het water vrijwel gewichtsloos en het bezig zijn vind ik een verademing.

Vroeger heb ik ontzettend veel gezwommen. Als één van de weinigen in het dorp had ik op mijn tiende al een diploma. Overigens zwommen we meer dan tachtig jaar geleden meer in de openlucht dan in overdekte baden zoals nu. Die waren er nog niet zo veel. We zwommen gewoon in de zwemvijver! Na het behalen van mijn diploma ben ik nog lid geweest van de zwemclub en deed ik fanatiek mee aan wedstrijdzwemmen en polo. Qua zwemmen heb ik alle disciplines wel gehad. Het is natuurlijk fantastisch dat ik hetgeen waar ik eerder zo van heb genoten nog steeds kan doen. Dit vind ik zeer waardevol en het is heel mooi dat ik in de gelegenheid ben om wekelijks naar het bad te gaan. Ik zou graag een voorbeeld zijn voor mensen die ook aan hun conditie willen werken maar niet precies weten hoe.

Durf te vragen om hulp, anderen kunnen helpen een vrijwilliger te vinden. Ga lekker zwemmen raad ik aan, je wordt echt een ander mens in het water en je blijft er heerlijk fit bij!



*“Als één van de weinigen in het dorp had ik op mijn tiende al een diploma.”*



# Kerstkruiswoordpuzzel

In dit nummer van NNCZ *Dichtbij* een kruiswoordpuzzel.

Los de puzzel op en stuur het juiste woord per e-mail naar: [communicatie@nncz.nl](mailto:communicatie@nncz.nl) of schrijf een briefje met de oplossing naar:

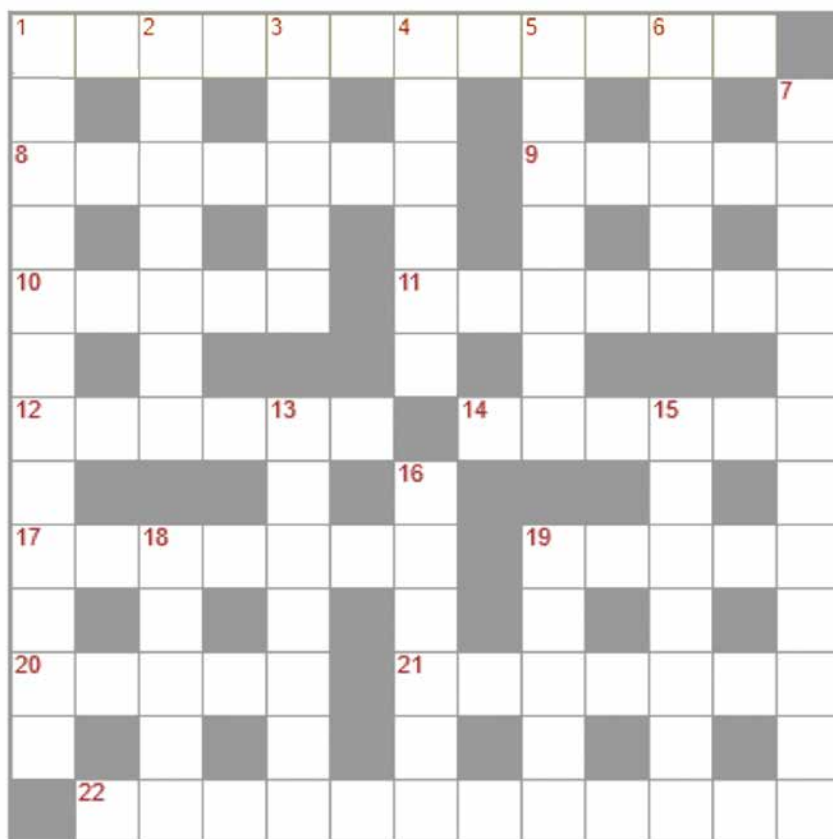
NNCZ / afdeling communicatie  
Ondersteunende Dienst  
Stephensonstraat 1  
7903 AS Hoogeveen

Uit alle goed binnengekomen antwoorden, wordt één prijswinnaar geloot. Het juiste antwoord kan tot eind december ingestuurd worden.

**De prijs is een overheerlijke NNCZ slagroomtaart!**

De oplossing van de vorige puzzel was; Samen.

De taart is gewonnen door de bewoners van de Kanthaak Jannes van der Sleedehuis De Kaap in Hoogeveen.



## Horizontaal:

- 1 Paragnost
- 8 Uitstapje
- 9 Cadans
- 10 Naderhand
- 11 Onmisbaar
- 12 Werelddeel
- 14 Soort software
- 17 Voorstel
- 19 Parlement
- 20 Muze van het minnedicht
- 12 Aardolieproduct
- 22 Tijdschrift

## Verticaal:

- 1 Verliefd
- 2 Lichtbron
- 3 Eenjarig dier
- 4 Transpireren
- 5 Gevoel van bewondering
- 6 Dommel
- 7 Kortaangebonden
- 13 Mens
- 15 werelddeel
- 16 Beddengoed
- 18 Weekblad
- 19 Vreemde munt

De oplossing ontstaat bij het invullen van de letters bij de corresponderende nummers:

1	3	8	12	9	19	14	15	16
<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>



# Iedere week naar de soos



*“Er komen bijna wekelijks nieuwe mensen, waardoor je ook steeds weer nieuwe mensen ontmoet.”*

**Mevrouw Banga, mevrouw Wiersma en meneer Van der Velde wonen alle drie in De Nieuwe Wierde in Grijpskerk. Deze ondernemende negentigers gaan nog iedere week naar de soos in het dorp, zoals zij ook deden voordat ze in De Nieuwe Wierde kwamen te wonen.**

‘Ik kom er al sinds het begin!’, aldus meneer Van der Velde. ‘Toen 25 jaar geleden het plan ontstond om een soos te beginnen in een bijgebouw van de gereformeerde kerk vond ik dat maar niets. Klaverjassen in de kerk? Ik ga toch niet naar de kerk om te klaverjassen! Maar toch gingen we, eerst met een groepje van twaalf klaverjassen, vier rummikubers en zes sjoelers. Inmiddels is dat al uitgegroeid naar zo’n zestig tot zeventig man!’ Bezoekers komen uit Grijpskerk, maar ook uit de omliggende dorpen. ‘Er komen bijna wekelijks nieuwe mensen, waardoor je ook steeds weer nieuwe mensen ontmoet.’

Ook de dames gaan al geruime tijd naar de soos. Mevrouw Banga woont al haar hele leven in Grijpskerk. Voordat ze in De Nieuwe Wierde kwam

wonen, woonden mevrouw Banga en Wiersma al 22 jaar naast elkaar. Totdat mevrouw Banga door haar zorgvraag naar De Nieuwe Wierde verhuisde. Niet veel later verhuisde ook mevrouw Wiersma; ‘en nu wonen we weer naast elkaar, dat is toch gezellig!’

Iedere woensdagochtend wordt het drietal opgehaald om naar de soos te gaan. Hoewel de klaverjassers eerst nog een half uurtje koffie drinken voordat ze met het spel beginnen, gaan de sjoelers gelijk fanatiek bezig. ‘Er zijn vijf sjoelbakken en veel sjoelers, als we gelijk beginnen komt iedereen aan de beurt’, leggen mevrouw Banga en Wiersma uit. Meneer Van der Velde start rustig met een kopje koffie zodat alle laatste nieuwtjes uit het dorp eerst doorgenomen kunnen worden. Tussen 11:30 en 12:00 uur worden ze weer naar De Nieuwe Wierde gebracht. ‘Dat we nog steeds naar de soos gaan betekent heel veel voor ons! Je hebt nog steeds dezelfde contacten als voorheen, blijft op de hoogte van iedereen en al het nieuws uit het dorp en het is gewoon heel gezellig. We zouden het niet willen missen!’







*Medewerkers van Kone helpen bewoners van het Jannes van der Sleedehuis Wolfsbos met het tuinonderhoud.*



# De Hoogeveense Uitdaging: Iedereen kan een steentje bijdragen!

**Regelmatig organiseert de NNCZ voor haar cliënten een dagje weg of een activiteit. Behalve dat er op zo'n dag vaak intens genoten wordt, betekent het dagje vaak veel meer dan alleen genieten van het moment. Het samen zijn, het leggen van nieuwe contacten en het even weer actief onderdeel zijn van de samenleving is veel waard. Dat vindt ook Henriëtte Waaijberg van de Hoogeveense Uitdaging.**

'Betrokken blijven bij de maatschappij, dat is een waardevol iets, vertelt Henriëtte. 'Dat geldt voor iedereen, voor ouderen maar ook voor jongeren. Het in je kracht blijven staan en de dingen blijven doen waar je aardigheid in hebt is voor iedereen van belang. Dit geeft een gevoel van voldoening en vaak ook hernieuwde energie. Met de Hoogeveense Uitdaging proberen we hieraan bij te dragen. We zijn een ondernemersnetwerk dat dóet. We stimuleren bedrijven om maatschappelijk betrokken ondernemerschap te tonen in concrete acties en daarmee de leefbaarheid in de lokale samenleving te ondersteunen. Een prachtig voorbeeld van zo'n concrete actie is het personeelsuitje dat het bedrijf Kone, met een vestiging in Hoogeveen, organiseerde bij het Jannes van der Sleedehuis Wolfsbos. Samen met bewoners is er de hele dag hard in de tuin gewerkt en zijn alle plantenbakken weer netjes gemaakt. Er ontstonden die dag prachtige interacties met personeelsleden van Kone en bewoners. Gesprekken over vroeger, maar ook over bijvoorbeeld gezamenlijke interesses kwamen snel op gang. Deze invulling van een personeelsuitje is natuurlijk iets heel

anders dan het reguliere uitje naar de bowlingbaan of het solex rijden op de heide. Sommige medewerkers van Kone waren van te voren een beetje sceptisch om met collega's de dag op deze wijze in te vullen. Toch waren ook deze medewerkers aan het eind van de dag als een blad aan de boom omgekeerd. De verbinding met de bewoners van Wolfsbos was snel gemaakt en super enthousiast werkte iedereen mee aan het tuinonderhoud. Dit is maar één voorbeeld van hoe bedrijven bij kunnen dragen aan het leefbaar maken en houden van onze lokale samenleving. En zoals dit voorbeeld laat zien; iedereen kan een steentje bijdragen! Bedrijven weten niet altijd hoe ze invulling kunnen geven aan een dergelijk uitje, en vaak weten ze ook niet waar behoefte aan is. Wij bemiddelen hierin en zorgen voor de aansluiting van vraag en aanbod. Een ander mooi voorbeeld van hoe we voorzien in lokale behoeften, is het leveren van fitnessapparatuur aan een aantal vestigingen van de NNCZ. Het bedrijf IG Design Group (voorheen Hoomark), had fitnessapparatuur waar ze eigenlijk niets meer mee deden. De Hoogeveense Uitdaging ging op zoek



naar een nieuwe bestemming. Een aantal bewoners van de NNCZ had aangegeven wel wat vaker te willen bewegen. Dat kan niet altijd buitenshuis, dus werd er gezocht naar mogelijkheden om dit binnen te organiseren. De link werd snel gelegd! Binnenkort verhuist een aantal apparaten naar de vestigingen.' Tot slot refereert Henriëtte aan de Nationale Ouderendag waar de Hooigeveense Uitdaging zich ook dit jaar weer voor heeft ingezet. 'Lang voor de dag hebben we de

oproep gedaan tot het insturen van wensen van ouderen. Er kwamen zo ontzettend veel wensen binnen dat het alle verwachtingen overtrof. We hebben met een groot team van vrijwilligers ons best gedaan om zoveel mogelijk van deze wensen in vervulling te laten gaan. Veelal zijn dit eenmalige wensen en voorzien we dan kortstondig in een behoefte, maar dat maakte het resultaat van de dag er niet minder om. Hoe gelukkig kun je worden van een patatje oorlog of een monchou taartje eten in je inleunwoning, of het nog één keer kunnen (mee)rijden in een Porsche? Wij zagen dit gebeuren tijdens de Nationale Ouderendag en we realiseerden ons dat er nog zoveel wensen zijn die wij mede kunnen helpen vervullen. We gaan absoluut ons best doen om van

deze dag in 2019 weer zo'n succes te maken!

Medewerkers en cliënten kunnen overigens het hele jaar door aanvragen indienen op onze website, deze verzoeken hoeven niet per se gelieerd te zijn aan de Nationale Ouderendag. Het leefbaar houden van de lokale samenleving en bijdragen aan het welzijn van inwoners, dat is waar we het voor doen en we hopen dat we met de uitdaging veel mensen, bedrijven en organisaties kunnen stimuleren en motiveren om hier een steentje aan bij te dragen!

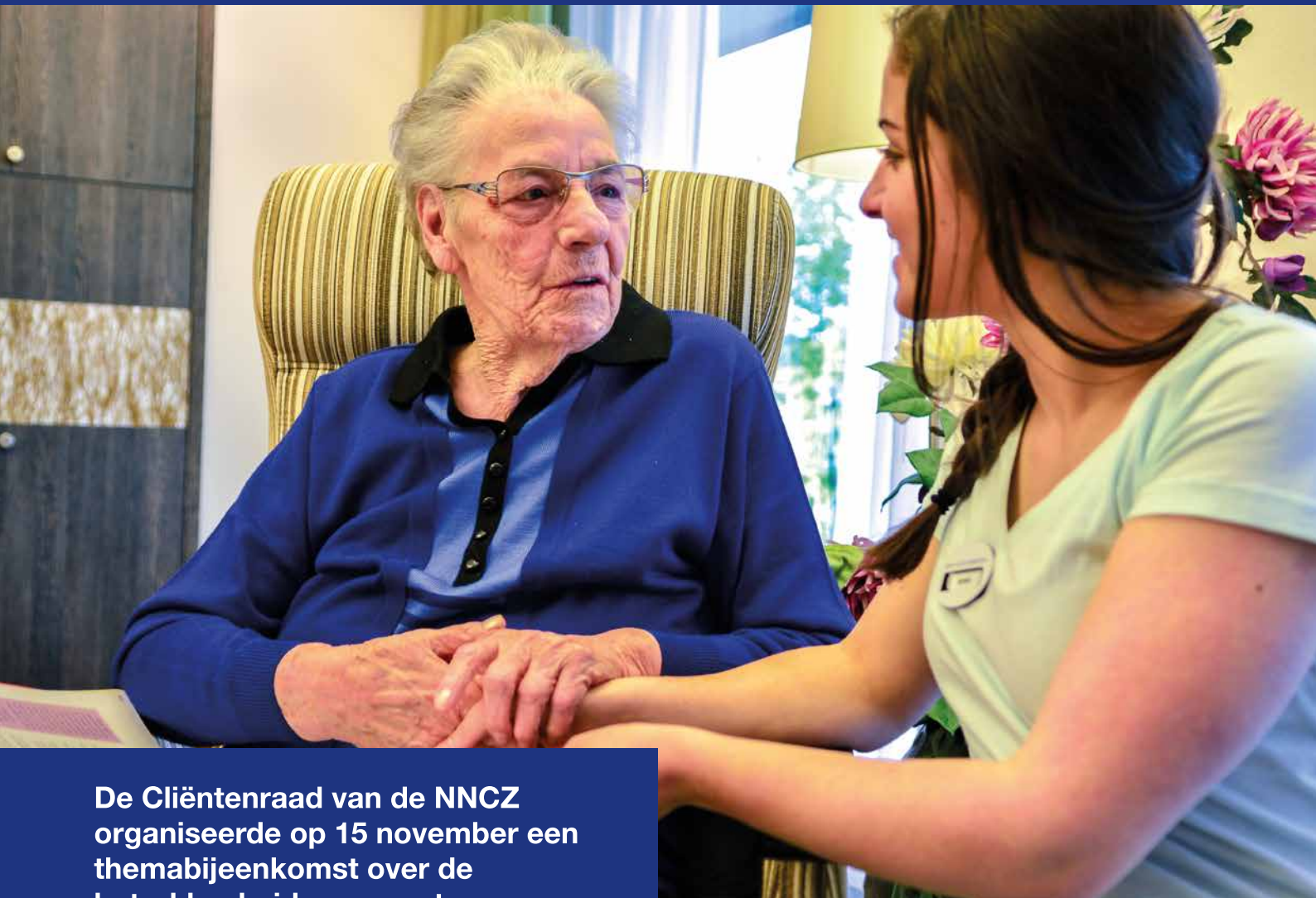


**Meer informatie over de Hooigeveens Uitdaging is te vinden op de website [www.hooigeveenseuitdaging.nl](http://www.hooigeveenseuitdaging.nl). Contact via mail [info@hooigeveenseuitdaging.nl](mailto:info@hooigeveenseuitdaging.nl) of secretariaat: 0528-820239.**





# Een sociaal appèl op iedereen!



**De Cliëntenraad van de NNCZ organiseerde op 15 november een themabijeenkomst over de betrokkenheid van naasten van cliënten in de vorm van hun vragen, twijfels, zorgen, emoties en meer. Met drie leden van de Cliëntenraad gingen we in gesprek.**

## **Bestaat dan niet genoeg aandacht voor de naasten?**

- **Lida:** 'Nou, het kan altijd beter. Op 10 november was het 'De dag van de mantelzorg'. In de krant las ik dat ruim 4 miljoen mensen wel eens zorgen voor iemand uit de directe sociale omgeving. 380.000 mantelzorgers voelen zich zwaar belast, vooral als mantelzorg gecombineerd wordt met werk en gezin. Dit zijn enorme aantallen. Het was daarom goed dat we dit onderwerp eens extra hebben belicht.'

## **Waarom wilden jullie dit op de agenda zetten?**

- **Teun:** 'Meestal merk ik eenstemmigheid dat bij de

NNCZ (en alle andere zorgorganisaties) de cliënt centraal staat. Ook dat zorg gaat over de cliënt en moet worden gegeven in het belang van de cliënt: professioneel, persoonlijk en toegewijd. Meer van deze mooie woorden en goede bedoelingen.'

- **Lida:** 'Inderdaad, dat hoor ik ook: de cliënt centraal. Maar ik vind dat een halve waarheid. Immers, een cliënt is maar zelden alleen. Bijna altijd zien we rondom de cliënt mensen die nauw betrokken zijn, meestal doordat zij met de cliënt een hechte relatie hebben.'

## **Wie zijn die naasten?**

- **Willy:** 'Het zijn de mantelzorgers, familieleden en soms goede vrienden van de cliënt. Zij staan dichtbij en maken alles wat nodig is volledig mee. Sterker: zij nemen daarin een aandeel en vervullen vaak een intermediaire rol om te bereiken dat de cliënt zich goed kan voelen bij alles wat voor hem of haar wordt gedaan.'





*'Lida de Boer sprak tijdens de themabijeenkomst over de betrokkenheid van naasten van cliënten zeer bevlogen'*

**Kortom: naasten van cliënten maken deel uit van de zorg en jullie zien ze als een belangrijk aanspreekpunt voor de medewerkers van de NNCZ-organisatie. Geldt dat ook voor zorg thuis?**

- **Teun:** 'Ja natuurlijk. Daar begint het. Je komt er vaak zo maar voor te staan. In de meeste gevallen ben je onkundig en moet je zelf zien te ontdekken hoe dingen zijn geregeld, hoe ze werken en bij wie je moet zijn. Ga er maar aan staan!

- **Lida:** Ik ben jarenlang mantelzorgster voor mijn moeder geweest en heb zelf meegemaakt wat allemaal op mijn pad kwam. Door vallen en opstaan. Maar ook door verbazing en soms zelfs door boosheid heb ik me een weg weten te banen door het dichte bos van regels en procedures.

- **Willy:** 'Draaiboeken bestaan daarvoor niet. Ik vind dat zorgorganisaties daar wel iets mee moeten doen. Ik kwam op het idee om een gastvrouw aan te stellen

die cliënten en hun naasten, als zij dat graag willen, een week begeleidt en hen wegwijs maakt in de wereld van de zorginstelling. Misschien een idee waar wat mee gedaan kan worden.'

**Wat vinden jullie van de visie 'zo lang mogelijk thuis, in je eigen omgeving, de vertrouwde buurt of wijk, in het vertrouwde dorp?'**

- **Teun:** Die visie hebben wij ook. En je ziet het: de partner, zo lang die nog voldoende vitaal is, vervult een grote rol. Hij of zij neemt de eerste zorg weg. Die uitdrukking spreekt al boekdelen: neemt de eerste zorg weg. Het zijn de behoeften van alledag, de nabijheid van alledag die veel tijd en aandacht van de mantelzorgster opeisen.'

- **Willy:** 'Wat daar al gauw bij kan komen kijken is dat de partner zichzelf wegcijfert en geen tijd meer besteedt aan zijn of haar eigen liefhebberijen. We moeten bevorderen dat zij meer gebruik maken van respijtzorg!'

**Waarom is langer thuis beter?**

- **Lida:** 'Het is zo veel socialer! Mijn buurvrouw bijvoorbeeld. Zij kon tot haar 98e thuis blijven wonen. Door de inzet van zorgmedewerkers, maar ook door de steun en inzet uit de buurt. Vijf buurtgenoten bezochten haar afwisselend meerdere keren per week. Met liefde!'

- **Teun:** 'Dit en andere voorbeelden die we kennen tonen aan dat ouderen op deze manier langer betrokken zijn op wat er alledag gebeurt. De meerwaarde zit in het sociaal verband en in de aandacht voor elkaar. Trouwens, dit is juist een punt waarom de NNCZ zich zo sterk verbindt met burgerinitiatieven. Deze samenwerking speelt een grote rol bij het langer thuis wonen.'

- **Willy:** 'Ja dat is het wel, zo lang mogelijk meedoen, zo veel mogelijk op elkaar terugvallen, inhaken op burgerinitiatieven. Dit alles doet een sociaal appèl op iedereen.'



# Dorpsbewoners ontmoeten elkaar in Gockingaheem



*“Iedere keer zit het restaurant stampvol”*

De bewoners van Noordbroek vormen een hechte gemeenschap. Veel bewoners van Gockingaheem hebben altijd in het dorp of de omgeving gewoond en kunnen dat ook blijven doen wanneer ze meer zorg nodig hebben. De NNCZ organiseert samen met de Dorpszorgcoöperatie Mit Mekoar en Cosis diverse activiteiten voor alle bewoners van het dorp om die verbinding te in stand te houden. Janneke Plat is bestuurslid van de Dorpszorgcoöperatie Mit Mekoar: ‘Gockingaheem is een ontmoetingsplek voor mensen uit het dorp. Bij de bingo en het sjoelen zie je dat bewoners van Gockingaheem en de andere dorpsbewoners elkaar opzoeken. Maar ook op de jeu de boules baan die voor het woonzorg-

centrum ligt, komen cliënten de dorpsbewoners vaak samen. Ze kennen elkaar nog uit het dorp, of ze leren elkaar hier kennen.’

‘Voor alleenstaanden, mensen met een kleinere beurs en andere belangstellenden wordt er twee keer in de maand de Gastentafel georganiseerd. Een groot succes volgens Janneke: ‘iedere keer zit het restaurant stampvol met mensen die met name voor de goede sfeer en de gezelligheid komen. Iedereen kan zich hiervoor aanmelden, het restaurant draait deze avonden volledig op

vrijwilligers. Voor het kerstdiner zitten we al bijna helemaal vol.’

‘Vanmiddag komt er weer een aantal dames van het koor Elk en Ain kniepertjes bakken hier in de keuken. In de weken voor kerst komen ze dat drie keer in de week doen. Ze delen de kniepertjes uit aan cliënten en verkopen ze op de kerstmarkt die in december in Gockingaheem plaatsvindt. Het is mooi dat de dorpsbewoners Gockingaheem zo goed weten te vinden, hierdoor blijft iedereen betrokken bij wat er speelt in het dorp.’



# Vrijwilliger in beeld

Sinds twee jaar is Bert Noordzij vrijwilliger bij De Kaap in Hoogeveen. Op het moment dat we Bert interviewden wist hij nog niet dat hij verkozen is tot vrijwilliger van het jaar 2018. We feliciteren Bert hierbij en hopen dat we nog lang gebruik mogen maken van zijn energie en inzicht voor het Jannes van der Sleedenhuis De Kaap.

**‘Op het moment van dit interview is het een grote chaos in het restaurant van De Kaap. We zijn de hele opslagruimte aan het herinrichten en de spullen aan het sorteren. Alles staat nu in het achterste deel van het restaurant zodat we de ruimte hebben om eens goed door alle bingo-, kerst-, sinterklaasspullen en nog veel meer heen te gaan. Ik schat dat we een week bezig zijn om orde te scheppen en alle spullen weer netjes in de rekken terug te hebben.**

Ongeveer twee jaar geleden ben ik als vrijwilliger bij de NNCZ begonnen. Mijn ouders zaten

daarvoor in een vestiging van het Jannes van der Sleedenhuis. Na hun overlijden heb ik een lijntje gehouden met de organisatie en ben ik eens gaan praten over vrijwilligerswerk. Ik hielp twee middagen in de week, met de bingo en dat soort dingen. Ik ben geen type voor achter het koffiekarretje maar dingen organiseren en uitvoeren past goed bij mij. Geleidelijk aan ben ik wat meer werk gaan doen. Samen met de activiteiten-coördinator pak ik inmiddels een heel aantal zaken op. Maar behalve het organiseren van praktische zaken vind ik het ook gewoon leuk om contact te hebben met de bewoners hier

in De Kaap. Ik ga graag met mensen om en leg makkelijk contact. Het zijn prachtige maar soms ook emotionele momenten als bewoners een praatje met me maken en even hun hart luchten. Kerst is een mooie periode, maar voor sommige bewoners hier ook best een moeilijke, een luisterend oor wordt dan gewaardeerd. Af en toe een plagerijtje hoort er natuurlijk ook bij, dat maakt het leuk om hier te zijn. Ik doe mijn werk hier met veel plezier, ik blijf natuurlijk een vrijwilliger; de beslissingen liggen op een ander niveau maar ik draag mijn steentje bij waar het kan!’

*“Met mensen omgaan, daar krijg ik energie van!”*







## Colofon

NNCZ Dichtbij is een uitgave van de NNCZ en verschijnt drie keer per jaar in een oplage van 1500. Redactie NNCZ Dichtbij: Communicatie NNCZ [communicatie@nncz.nl](mailto:communicatie@nncz.nl) Vormgeving: Atie te Velde

De Noord Nederlandse Coöperatie van Zorgorganisaties is een zorgorganisatie die ondersteuning biedt op het gebied van wonen, welzijn en (thuis)zorg.

De NNCZ heeft een aantal werkgebieden; Hoogeveen, Haren, Hollandscheveld, Grijpskerk en Noordbroek (en omstreken).

De NNCZ bedankt iedereen die mee heeft gewerkt aan dit magazine.

## De NNCZ biedt u

- Thuiszorg
- Dagbesteding
- Wonen in een aanleunwoning
- Verblijf in één van onze woonzorgcentra (verpleeghuis- zorg en verzorgingshuiszorg)

We ondersteunen cliënten en stimuleren zo lang mogelijk zelfstandig te leven. Thuis, of in een van onze vestigingen. Daarvoor werken we zo veel mogelijk samen met familie, vrijwilligers, dorpscoöperaties, gemeenten, huisartsen en andere professionals. Immers: **'Samen zijn we van waarde'**.

## Klantadviescentrum

Heeft u vragen op het gebied van zorg, diensten, welzijn of wonen? Of over wachtlijsten en bemiddeling van zorg? Onze klantadviseurs staan u graag te woord. Het Klantadviescentrum ondersteunt u bij het zelfstandig wonen en helpt bij het vinden van passende hulp.



Noord Nederlandse Coöperatie van Zorgorganisaties

**NNCZ (bezoekadres)**  
Stephensonstraat 1  
7903 AS Hoogeveen

**Algemene informatie**  
nummer: 0528 200 200  
[www.nncz.nl](http://www.nncz.nl) / [info@nncz.nl](mailto:info@nncz.nl)

**Klantadviescentrum:**  
Telefoon: 0528-200205