

Heden

Thuis bij Westerholm
Groningen en Haren

jaargang 22 - nummer 3
september t/m december



Even voorstellen:
nieuwe directeur

Een kijkje in de
keuken

Herinneringen-
museum

Scholing over
voeding

Terug in de
tijd



Huismagazine Heden

Het Heden is sinds 1995 een informatief magazine van Westerholm in Groningen en Haren. De uitgave verschijnt drie keer per jaar en is bedoeld voor onze bewoners, medewerkers, cliënten in de wijk, familie, vrijwilligers en andere belangstellenden. Het heeft een aantal vaste rubrieken die we iedere uitgave actualiseren. De wisselende rubrieken, zoals interviews, gedichten, verslagen en nieuws ontstaan door de inbreng van bewoners en medewerkers. De redactie is eindverantwoordelijk voor de totale inhoud van het Heden.

Redactie

Mevr. M. Kip, voorzitter
De heer J.W. van den Bosch, namens bewoners
De heer W. Rigter, directeur-bestuurder
Mevr. M.H.B.M. Suurmeijer, eindredactie
Mevr. T. van Dam: advies en creatie beeld en tekst

Vormgeving

Jan Udemä Grafische vormgeving

Leden van de cliëntenraad

Namens Westerholm:
Mevr. J. Roorda-Torreman, vicevoorzitter
De heer H.G.J. Mein
De heer J. Hamelink
Namens Seniorenzorg in de wijk:
Mevr. E.O.A.A. Poutsma-Smilde, secretaris
Mevr. A. Lameijer-van der Laan
Namens Rijkers-Lubbers:
Mevr. J.Th. Sletering, voorzitter
Mevr. J. Niewold

Leden menucommissie

Mevr. I. Timmer
Mevr. W.M. Vos
Mevr. E.O.A.A. Poutsma-Smilde
Mevr. B. de Leeuw-van der Meer

Kopij

Kopij voor de volgende uitgave van het Heden kunt u voor 24 november 2017 inleveren bij de receptie of mailen naar redactie@westerholm.nl

Inhoud

Voorwoord	2
Stijlvol wonen in het Westerhuys	3
Kijkje in eigen keuken	4
Recept	5
Berichten van de cliëntenraad	6
Vacature	7
De eigen keuken van Westerholm	8
Hulp bij dementie	10
Palliatieve zorg	10
Nieuwe directeur	11
Facebook	11
Herinneringenmuseum	12
Bericht van de personeelsvereniging	14
De klachtenregeling bij Westerholm	14
Het Elektronisch Cliënten Dossier	15
Expositie Westerholm	15
Mededelingen	16
Bewust omgaan met energie	16
Fonds speciale doelen	16
Vervoersmogelijkheden	17
Faciliteiten	18
Duo scootmobiel	20
Terug in de tijd	21
In ontmoeting met elkaar	22
Activiteit uitgelicht	24

Voorwoord

Beste lezers,

Dit is de laatste keer dat ik mij in een voorwoord van het Heden tot u richt. Dit schrijf ik dan ook met gemengde gevoelens. In augustus 2008 ben ik hier begonnen als directeur-bestuurder in Westerholm/Rijkers-Lubbers. Na vele jaren en met veel plezier mijn werkzaamheden te hebben verricht zal ik per 1 oktober a.s. mijn taken overdragen aan mevrouw Dineke Katerberg. Verderop in dit Heden kunt u hier meer over lezen. Vanaf deze plaats wens ik haar alvast veel succes.

Vrijdagmiddag 29 september 2017 is er een afscheidsreceptie voor bewoners, medewerkers en externe relaties.

De nieuwe huiskamer op de begane grond is klaar en zal in september / oktober in gebruik worden genomen. De mensen van de inrichtingscommissie en zeker ook de medewerkers van het Holmhuys wil ik graag bedanken voor hun meedenken en hun inzet. Veel werk is ook verzet door mevrouw Carolien Steenbruggen en de heer Peter van Dam, secretaris van de Rijkers-Lubbers Stichting. Ook een speciaal woord van dank aan hen.

Voor de naamgeving van de nieuwe huiskamer is een prijsvraag uitgeschreven onder de medewerkers en de bewoners. Ik hoop op veel inzendingen. Half september zal de naam bekend worden gemaakt.

Een niet onbelangrijk deel van 'thuis bij Westerholm' is dat de bewoners en cliënten in de wijk kunnen rekenen op een verantwoorde maaltijd, 365 dagen per jaar. Je zou het bijna vanzelfsprekend vinden. Maar dat hier toch het een en ander bij komt kijken, is best noemenswaardig. In dit nummer besteden we daarom aandacht aan eten en gunnen we u met trots een kijkje in onze eigen keuken.

Verder wil ik de redactie van het Heden in zijn totaliteit bedanken voor hun enorme inzet

van de afgelopen jaren. Zij hebben bijgedragen aan de professionele uitstraling die het Heden heeft gekregen. Twee redactieleden stoppen met hun werkzaamheden, te weten de heer Van Wijngaarden en mevrouw Mercedes van Deventer. Nieuwe leden zullen worden benaderd.

Ik hoop dat het u allen goed mag gaan. En dat Westerholm/Rijkers-Lubbers verder gaat op de weg die we de laatste jaren samen zijn ingeslagen.

Graag ontmoet ik u op 29 september a.s. om persoonlijk afscheid van u te kunnen nemen.

Met vriendelijke groet,
W. Rigter,
Directeur-bestuurder



Stijlvol wonen in het Westerhuys

Afgelopen 31 maart werd bij Zorgcentrum Westerholm de nieuwe vleugel, het Westerhuys, officieel geopend. Hiermee zijn dertien stijlvolle nieuwe appartementen beschikbaar gekomen. Het Westerhuys is een ontwerp van Vdp Architecten en werd gebouwd door onze huisaannemer Plegt-Vos.



Deze energieneutrale en rolstoelvriendelijke appartementen zijn van hoge kwaliteit en van alle gemakken voorzien.

Heeft u belangstelling voor wonen bij Westerholm? Wij staan u graag te woord. Voor meer informatie kunt u vrijblijvend contact met ons opnemen via telefoonnummer 050 - 534 21 22. U kunt ook een e-mailbericht sturen naar info@westerholm.nl.

Kijkje in eigen keuken

Al vroeg in de ochtend is het een drukte van belang. Aan het gerammel van potten en pannen is te horen dat het werk in de keuken al in volle gang is. Het keukenteam is druk in de weer met de voorbereidingen van de hoofdmaaltijd van de dag. Vandaag onder andere een entree van uiensoep, als hoofdgerecht een rundersaucijs met tuinbonen en aardappelpuree en yoghurt als dessert. Maar ook de broodkar moet natuurlijk al op tijd worden gevuld en rondgereden.

Terwijl Inez een grote pan soep op het vuur zet, begint Richard met het stomen van de groenten. Ferdi neemt ondertussen de voorraad en bestelling van de thuismaaltijden door. Wie een kijkje in de keuken neemt, kan zien dat men koken hier serieus neemt. Maar net zo goed dragen humor en plezier bij aan het bereiden

van de maaltijden. Binnen het team, dat flink aan elkaar gewaagd is, zijn de speelse grappen dan ook niet van de lucht.

Wanneer de twee verschillende maaltijden zijn klaargemaakt, is het tijd om deze uit te serveren. Aan tafel in de recreatieruimte, op het appartement van de bewoners of aan huis bij cliënten in de wijk. Iedereen is druk in de weer om er ook vandaag weer iets bijzonders van te maken. Het keukenteam doet dat met plezier en streeft er natuurlijk naar dat alles naar wens is. Immers, ook een met aandacht bereide en geserveerde maaltijd is 'thuis bij Westerholm'.

Bent u benieuwd hoe het reilen en zeilen in de keuken er verder aan toe gaat? Op pagina 8 en 9 vertelt Inez Timmer over het werken in de keuken en haar visie op de toekomst.





Recept

Grootmoeders appeltaart

Ingrediënten

- 200 gram roomboter
- 200 gram witte basterdsuiker/kokosbloesemsuiker
- 400 gram zelfrijzend bakmeel
- 1 ei
- 8 gram vanillesuiker
- snufje zout
- 1,5 kilo zoetzure appels (de goudrenet heeft de voorkeur)
- 4 eetlepels honing
- 3 tl kaneel
- 2 handjes gemengde ongebrande noten grof gehakt

Bereiding

- Verwarm de oven voor op 170 graden
- Klop het ei los
- Meng de boter, suiker, zelfrijzend bakmeel, ei, vanillesuiker en een snufje zout tot een stevig deeg
- Schil de appels en snij deze in plakjes. Meng de kaneel en de honing er door
- Vet de grote springvorm in met boter
- Gebruik één deel deeg om de bodem van de vorm mee te bedekken
- Gebruik het tweede deel deeg voor de randen
- Doe het appelmengsel in de vorm
- Bestrooi met de noten
- Zet de taart iets onder het midden van de oven. Bak in 60 minuten op 170 graden gaar en goudbruin
- Laat de taart afkoelen in de vorm voordat de ring wordt verwijderd
- Giet tenslotte nog een beetje honing over de laag met noten.

Boekentip eetgewoonten

Onlangs liet bewoonster mevrouw M.J. Edema, die op de begane grond van Westerholm woont, vol trots ons het boek zien dat haar zus eind 2015 publiceerde. Wij willen u dit boeiende essay niet onthouden, temeer omdat wij in deze uitgave 'voeding' als thema hebben gekozen. Het essay van mevrouw drs. J.M.P. Edema gaat over voedingsvoorlichting en eetgewoontes met als titel: 'Eetgewoonten als cultuurverschijnsel'.

Mevrouw drs. J.M.P. Edema was van 1968 tot aan haar pensionering verbonden aan de toenmalige vakgroep Humane Voeding van de Landbouwhogeschool. Haar onderwijs en onderzoek richtte zich op de sociaalwetenschappelijke aspecten van de voeding.

De hoofdvragen die centraal staan in dit boek zijn: waarom gebruikt de mens zijn keuzevrijheden om te eten wat hij eet en welke factoren van sociale, culturele, religieuze, morele en ethische aard brengen mensen ertoe te eten wat ze eten.

Het boek is te bekijken op de website van de universiteit in Wageningen www.wur.nl. (zoeken op Stichting Edema)



Berichten van de cliëntenraad

Algemene vergadering

Alweer een tijd geleden, op vrijdag 21 april, was de algemene vergadering van de cliëntenraad. Hierbij waren, naast de leden van de cliëntenraad, zo'n 20 bewoners en familieleden aanwezig. Besproken is het jaarverslag 2016 van de cliëntenraad en daarbij is uitleg gegeven over het functioneren van de raad. Zo zijn er de eigen vergaderingen van de cliëntenraad en daarnaast de overlegvergaderingen met de bestuurder, de heer Rigter. Door de aanwezige bewoners zijn allerlei vragen gesteld die door de raad en door de heer Rigter beantwoord werden. (Zie hiervoor het uitgebreide verslag van deze vergadering op de leestafels). De volgende algemene vergadering is op vrijdag 13 oktober.

Zelforganiserende teams

In diverse besprekingen en in de overlegvergadering van 19 juni heeft de heer Rigter de cliëntenraad bijgepraat over de ontwikkelingen in de organisatie. De directie vond dat de invoering van de zelforganiserende teams niet goed liep en heeft daarom eind april afscheid genomen van de transitie-manager. Er is nu een teamcoach aangesteld, mevrouw Alyanna Bijlsma, die de verdere uitvoering zal begeleiden en er is een projectteam. Een prioriteit is de verdeling van de rollen en taken in de teams.

De nieuwe directeur

Op 1 oktober a.s. beëindigt de huidige bestuurder, de heer Rigter, zijn werkzaamheden bij Westerholm. Bij de procedure voor de werving en selectie van de nieuwe directeur zijn ook de

cliëntenraad en de ondernemingsraad betrokken geweest.

'Slepende punten'

In het overleg van de cliëntenraad met de bestuurder komen regelmatig zaken ter sprake die belangrijk zijn voor de bewoners, maar die om een of andere reden niet opgelost worden. In de overlegvergadering van juni is de lijst uitgebreid besproken. Het ging om onderwerpen als de gebrekkige verlichting op de tweede verdieping van Westerholm, het inschakelen van de technische dienst in het weekend en de zorgverlening tijdens de overdracht. De meeste punten zijn nu naar tevredenheid geregeld.

Tweede huiskamer

Met de ingebruikname van het Westerhuys, dat overigens inmiddels helemaal bezet is, zijn de bouwactiviteiten bij Westerholm nog niet voorbij. Er wordt druk gewerkt aan de realisering van een tweede huiskamer op de begane grond. De heer Rigter informeerde ons regelmatig over de voortgang. Naar verwachting is dit werk rond half september gereed. In deze huiskamer is straks ruimte voor bewoners met somatische klachten en lichte dementie. De huiskamer is ruim opgezet en er is een toegang naar de tuin.

Plannen

Met de bestuurder zijn afspraken gemaakt over de bespreking van het idee van 'meals on wheels' en over de invulling van het vrijwilligers- en mantelzorgbeleid. Daarnaast zullen binnenkort alle cliënten een brief ontvangen voor de werving van nieuwe leden voor de cliëntenraad.



Vacature

Oproep lid Cliëntenraad Westerholm



Wat doet de Cliëntenraad (CR)?

De CR heeft tot taak om binnen het kader van de doelstellingen van de instelling in het bijzonder de gemeenschappelijke belangen van de cliënten van de instelling te behartigen. Bij iedere belangrijke beslissing die gevolgen heeft voor de cliënten, is de bestuurder verplicht eerst advies aan de CR te vragen. Dit is bij de wet geregeld. Dit betreft bv. maaltijden, huisvesting, hygiëne, klachtenregeling, financiële zaken. De CR bestaat uit minimaal 7 leden, 5 vanuit de locaties Westerholm en Rijkers-Lubbers, 2 vanuit de wijk.

Wie zoeken wij?

Wij zoeken iemand die de cliënten in Westerholm wil vertegenwoordigen en met name degenen die in de 'huiskamer' verblijven en/of in het Westerhuys wonen. Of u woont zelf in Westerholm of u heeft op enige wijze een relatie met ons huis (familie, vertegenwoordiger, mantelzorger, vrijwilliger). U beschikt over voldoende tijd voor het bijwonen van vergaderingen (overdag) in Haren

maar ook af en toe van bijeenkomsten elders in het land, en het lezen van stukken voor de vergaderingen alsook algemene informatie. U bent maatschappelijk betrokken en wilt graag een bijdrage leveren aan de ouderenzorg. U heeft enige kennis van en belangstelling voor de ontwikkelingen in de gezondheidszorg. Maar natuurlijk zijn ook kandidaten zonder deze achtergrond welkom. Uiteraard bent u thuis in de digitale wereld, gezien ook de vele informatie die ons per internet bereikt.

Wilt u meer weten?

De secretaris van de CR, mevrouw E. Poutsma-Smilde, is graag bereid u meer informatie te geven. U kunt bellen met 050 5342122 (tijdens kantooruren).

Schriftelijke sollicitaties kunt u per mail sturen naar info@westerholm.nl t.a.v. de cliëntenraad, of per post naar Exploitatiestichting Westerholm/Rijkers-Lubbers, T.a.v. de cliëntenraad Irenelaan 1, 9752 LS Haren

De eigen keuken van Westerholm



Op twee momenten van de dag verzorgt ons keukenteam 365 dagen per jaar aan de maaltijden. Bent u benieuwd hoe dit er in de praktijk aan toe gaat. We praten met Inez Timmer, kok in de eigen keuken van Westerholm in Haren, over het reilen en zeilen in de keuken en de plannen voor de toekomst.

Hoeveel mensen werken er in de keuken en wat doen zij?

We werken met een vast team van acht medewerkers. Daarnaast hebben we nog zes



mensen die we flexibel in kunnen zetten. Dat is overigens inclusief vakantie- en weekendkrachten. Van 7.30 tot 16.00 uur zijn we actief.

We rouleren de taken onderling, zodat iedereen snapt wat het totale werk inhoudt en we elkaar kunnen vervangen. Ons werk bestaat uit: het maken van dienstroosters, puzzelen met de tijden wie doet wat wanneer, het doen van bestellingen en het checken van de voorraden, koken, broodmaaltijden en warme maaltijden rondbrengen zowel binnen als in de wijk, koffie en thee serveren, de tafel dekken, deelnemen aan de menucommissie, werkoverleg voeren, administratieve werkzaamheden, het uitprinten van de menu's en paas- en kerstmenu's samenstellen. En dat is nog maar een greep uit een groot scala aan werkzaamheden.

Wie bepaalt wat er op het menu komt te staan?

We hebben een menucommissie die voorafgaand aan een nieuwe cyclus bij elkaar komt. Deze commissie bestaat uit een vertegenwoordiger uit de wijk en twee bewoners van Westerholm en Ridders-Lubbers en ik als kok. Tijdens de vergaderingen wordt besloten hoe de drie jaarlijkse menu's worden samengesteld. Wel of niet een sausje bij de bloemkool of toch jus en is de afwisseling tussen warme en koude gerechten wel in balans? We bedenken gerechten en bespreken voorstellen die door bewoners zijn gedaan. Uiteraard kunnen onze bewoners en cliënten in de wijk naast het dagmenu aangeven of zij een dieet hebben of een bepaalde manier van bereiding willen waar

we dan tijdens het opscheppen rekening mee houden. De cliëntenraad maakt zich daarnaast nog hard voor de voedingswaarde van producten en tussendoortjes zoals een zoute haring en een bij het ontbijt gekookt eitje.

Hoe zie jij de toekomst van de keuken?

We bevinden ons middenin allerlei ontwikkelingen en hebben de volgende ideeën voor de toekomst:

Meals on wheels

In Rijkers-Lubbers scheppen we de maaltijd bij het appartement op het eigen servies van de bewoner op. Dat werkt heel goed. Tijdens een smaakbeoordeling drie jaar geleden werden de maaltijden daar beter beoordeeld dan in Westerholm. De beleving is namelijk toch anders als je het bij de deur krijgt opgeschept en niet op een dienblad krijgt aangereikt. Ook voor Westerholm is dit de wens. Dit zou betekenen dat men ook daar vooraf geen menukeuze meer hoeft in te vullen op een lijst. Het is toch veel klantvriendelijker als je 'aan huis' kunt aangeven waar je behoefte aan hebt.

Wat betreft het bezorgen van maaltijden in de wijk, daar ligt de ambitie dat onze cliënten het menu digitaal kunnen invullen. Dat gebeurt nu nog handmatig. Maar steeds meer ouderen raken er aan gewend om met een tablet of computer te werken.

Samen eten

We zien een toenemende behoefte in het met elkaar eten in de recreatiezaal. De groep die nu gezamenlijk eet, wordt namelijk steeds groter. Het is toch gezelliger dan alleen op het appartement eten. Onze zorgassistenten onderstrepen daarnaast steeds vaker het belang van het nuttigen van de gezamenlijke maaltijd om ondervoeding en eenzaamheid te voorkomen.

Van koken tot opruimen

Sinds januari van dit jaar brengt de keuken zelf het eten rond. Eerst werd dat door de zorgmedewerkers gedaan, maar dan heb je toch minder zicht op wat de mensen ervan vinden en of ze de maaltijd wel of niet hebben opgegeten. Het afruimen gaan we binnenkort ook zelf doen, dan hebben we hele cirkel te pakken van koken tot opdienen tot afruimen. Onze keukenmedewerkers die de maaltijden

nu rondbrengen kennen alle bewoners, maken even een praatje en luisteren naar de verschillende behoeften. Dan hoor je meteen ook meer over wat men van het eten vindt.

Beleving

Verder willen we meer doen aan het beleven van voedsel. Bijvoorbeeld door het organiseren van een wijnproeverij, aardappelproeverij, high tea, het organiseren van kookworkshops met onder andere mosselen koken en bonbons maken.

Hoe houden jullie als keukenteam de ontwikkelingen bij op het gebied van voeding?

Onlangs spijkerde ik mezelf nog bij met een workshop over hygiëne voor de voedingszorg in woonvormen. Dit werd door 'Waardigheid en Trots' (W en T) georganiseerd. (Red. W en T is een programma van de overheid dat als startpunt fungeert om de ouderenzorg in Nederland te verbeteren.) Omdat we de huiselijke maat graag aanhouden in de huiskamers en onze bewoners daar zelf uit schalen het eten kunnen opscheppen, is het altijd belangrijk dat we een goede hygiëne hanteren.

Verder gaan we onze keukenassistenten trainen tot voedingsassistenten. Zij kunnen dan meer advies geven over het belang van voeding en eventuele ondervoeding tegengaan.

Bovenstaande ambities zullen we in de praktijk moeten ervaren en het plan is dan ook bij andere huizen te kijken hoe ze het daar doen. Verder praten we met mensen in de omgeving en vragen we feedback van onze bewoners en cliënten in klanttevredenheidsonderzoeken, zodat we zoveel mogelijk kunnen ingaan op hun wensen en we op maat onze diensten kunnen verlenen.

Wat wil je verder nog kwijt?

Ik heb nog een oproep aan alle bewoners van Westerholm. Omdat er nog weleens eigen bestek wordt gebruikt, blijft dat soms liggen op het dienblad en gaat het mee naar de keuken. We weten dan achteraf niet meer van wie het is. In de keuken noemen we het 'zwerfbestek'. Dus bent u bestek kwijt, loop dan even naar de recreatiezaal vlakbij de keuken om te kijken of het daar soms tussen ligt.

Hulp bij dementie

Onze organisatie heeft een samenwerkingsverband met verschillende instanties in Noord-Nederland die samen de Ketenzorg Dementie vormen. Het doel van deze samenwerking is het realiseren van een betere zorg voor dementerenden.

Vaste begeleiders

Het vroegtijdig stellen van de diagnose dementie is van belang voor de verdere behandeling van deze ziekte. Daarom is voor iemand met dementie en hun naasten het krijgen van informatie, praktische hulp en begeleiding erg belangrijk. Het vinden van hulp bij dementie is echter voor een leek niet gemakkelijk. Gelukkig komen in steeds meer regio's vaste begeleiders voor mensen met dementie en hun naasten. Deze vaste begeleiders worden casemanagers of dementieconsulenten genoemd. Zij werken samen als ketenpartners in het Netwerk Dementie Groningen.

Ondersteuning

Voor (beginnende) dementerenden biedt onze organisatie diverse vormen van ondersteuning:

- Deskundige begeleiding
- Dagopvang en dagbehandeling
- Gezamenlijke maaltijden
- Begeleiding door een multidisciplinair team onder leiding van een verpleeghuisarts.

Voor ondersteuning of vragen over dementie kunt u terecht bij

Tineke Boomsma, casemanager

E-mail: t.boomsma@westerholm.nl

Telefoonnummer: 050-534 2122

Ook kunt u of uw familie bij de EVV'er aangeven dat u graag een afspraak wilt.



Palliatieve zorg

Wanneer de arts heeft meegedeeld dat de zorg niet meer gericht is op genezen maar op verzachten, wordt dit palliatieve zorg genoemd. Mensen die zijn uitbehandeld, begeleiden wij in het laatste stadium van hun leven met als doel deze periode zo comfortabel mogelijk te maken.

Met aandacht en respect

Wij bieden specialistische verpleging op het gebied van palliatieve zorg. Onze zorgvuldige en meelevende zorgmedewerkers zijn erop gericht de cliënt en de naaste familie in de laatste levensfase met aandacht en respect te ondersteunen. Gewoon in uw eigen vertrouwde omgeving of bij ons in huis. Daarbij vormt een wijkverpleegkundige of medewerker met het aandachtveld Palliatieve zorg van Westerholm de spin in het web. Zij biedt de extra hulp die nodig is om tot het einde toe thuis te kunnen blijven.

Meer weten?

Wilt u meer weten over onze palliatieve zorgverlening? Uw EEV'er kan u in contact brengen met Aadjie van Duuren of Tineke Boomsma. Beiden zijn opgeleid en aangesloten bij het Netwerk Palliatieve Zorg Groningen Centraal.

Nieuwe directeur per 1 oktober

Per 1 oktober aanstaande zal Dineke Katerberg als directeur-bestuurder aan de slag gaan bij onze organisatie. Zij zal het werk voortzetten van Wijnand Rigter, die begin dit jaar zijn pensioen heeft aangekondigd. Dineke Katerberg heeft meer dan 25 jaar in diverse functies gewerkt bij verschillende gemeenten en ruim 9 jaar als manager in de ouderenzorg.

De Raad van Toezicht heeft Dineke gevraagd om zichzelf alvast op papier aan u voor te stellen:

Aan de slag bij Westerholm/Ridders-Lubbers (WRL), per 1 oktober is het zover. Het lijkt nog even te duren, maar de ervaring leert dat de tijd vliegt. Graag stel ik me al even voor, vooruitlopend op een persoonlijke ontmoeting.

Als echte Drent woon ik in de provincie Groningen in Niekerk-Grootegast en heb de afgelopen 8 jaar in Friesland gewerkt. Ik ben een echte noorderling en houdt van de nuchterheid die het noorden van ons land kenmerkt.

Na een loopbaan bij verschillende gemeenten heeft de zorg voor ouderen mijn hart veroverd. Naast de onvermijdelijke gesprekken over tekorten in tijd en geld gaat het toch en vooral om het centraal stellen van de oudere bewoner en om



medewerkers die zelfstandig en professioneel hun werk kunnen uitvoeren. WRL is uniek in de ouderenzorg vanwege zijn kleinschaligheid. Het biedt prachtige mogelijkheden om met respect en persoonlijke aandacht bij te dragen aan het wonen en welzijn van kwetsbare ouderen. Graag doe ik dat samen met bewoners en hun sociale netwerk, samen met medewerkers en vrijwilligers.

De komende tijd ga ik bezig met het afbouwen van mijn werk in Leeuwarden en ook is het natuurlijk tijd voor de zomervakantie. Ik zie er naar uit u en jullie persoonlijk te ontmoeten en wens een ieder een fijne zomer toe.

De Raad van Toezicht ziet uit naar een goede en vruchtbare samenwerking met Dineke en heeft alle vertrouwen in haar visie op de vormgeving van de verdere ontwikkeling van WRL.



Facebook

Op onze Facebookpagina houden wij onze inmiddels 183 trouwe volgers op de hoogte met verhalen van onze bewoners en cliënten, activiteiten die we organiseren en geven we een kijkje achter de schermen van hoe het reilt en zeilt binnen onze zorgcentra in Groningen en Haren.

Volgt u ons al?

www.facebook.com/zorgcentrumwesterholm

Heeft u suggesties ter verbetering voor onze website? Laat dit ons dan weten via info@westerholm.nl

Een eigen manier van lesgeven

In het door hem zelf samengestelde boekwerk met memoires, staat een zwart-witfoto. Een tiental jonge mannen in sportkleding staat met een speer in de hand, klaar om deze naar een denkbeeldig punt in de verte te werpen. Meneer Hamelink wijst naar de foto. "Die meest rechter jongeman daar, dat ben ik".



Al vroeg in zijn jeugd komt hij in aanraking met zijn grote liefde: voetbal. "In mijn jeugd speelde ik bij de plaatselijke voetbalvereniging. Tussen de competities door werd er weinig gevoetbald, maar des te meer aan atletiek gedaan om zo de conditie op peil te houden. Dat bleek mij zo goed te liggen, dat atletiek al snel uitgroeide tot mijn hobby."

Bedreven in lesgeven

Dat atletiek ook een grote rol zou spelen in zijn werkzame leven, kon hij op dat moment nog niet weten. Wanneer de jonge Jan Hamelink na zijn schooltijd als sergeant in militaire dienst gaat, heeft hij op dat moment namelijk nog geen vastomlijnde plannen voor de toekomst. Maar het is in het leger waar hij zijn roeping vindt. Wanneer hij merkt te beschikken over een natuurlijk overwicht en een handig vermogen instructies en uitleg te geven aan zijn peloton, weet hij dat hij zijn roeping heeft gevonden. "Als ik bijvoorbeeld moest uitleggen hoe een geweer in elkaar zit, merkte ik dat ze nog luisterden ook. Zo kwam ik er achter dat ik bedreven was in lesgeven." Met atletiek als hobby en lesgeven als talent, lag

het voor de hand dat Jan na militaire dienst zijn bevoegdheid tot gymleraar ging halen. Als leraar in het bewegingsonderwijs en trainer bij diverse atletiekverenigingen kan hij zijn talent vervolgens ruimschoots inzetten. Na enkele jaren les te hebben gegeven aan diverse scholen, is het zelfs tijd om sport en lesgeven verder te combineren aan de Academie voor Lichamelijke Opvoeding (ALO) in Groningen, waar hij de kans krijgt om toekomstige gymleraren en -leraressen op te leiden.

Eigen manier van lesgeven

"Op de scholen en atletiekvereniging waar ik les en training gaf, deed ik veel praktijkervaring op. Maar het was ook een prachtige gelegenheid om zo mijn eigen methode van lesgeven te ontwikkelen. Wanneer ik uitleg gaf over een bepaald onderdeel, dan deed ik de bewegingen voor in de lucht zonder daadwerkelijk een discus of speer vast te houden. En samen met de leerlingen keek ik dan ook hoe we dat beter konden doen. Gewoon door met vallen en opstaan iets te proberen en niet altijd uit te gaan van de vaste vorm die op dat moment in gebruik was. Dit intuïtief experimenteren en deze eigen manier van lesgeven, bracht ik vervolgens weer over op mijn leerlingen aan de ALO, zodat zij dat op hun beurt weer in hun onderwijspraktijk konden gebruiken."

Als je A zegt, moet B volgen

Uiteindelijk komt meneer Hamelink in Haren te werken aan het Sint Maartenscollege. Hier vindt hij nieuwe uitdagingen in het lesgeven, vooral omdat hij nu met een ander soort leerlingen te maken krijgt. Deze jongeren onderscheidden zich in gedrag duidelijk van de leerlingen die hij tot dan toe onder zijn hoede had. Zijn aangeboren natuurlijke overwicht komt hem hierbij goed van

pas. Zijn wapen: een mix van gemeend en gespeelde strengheid. "Er waren leraren die eraan onderdoor gingen. Maar ik vond het wel leuk, die strijd. Het was vooral een kwestie van duidelijke normen stellen en daar vervolgens heel erg consequent in zijn. Als je A zegt, moet B volgen; wat je zegt moet gebeuren. Sport en lesgeven gaat ook

over uitdagen, prikkelen en er een grap van maken. Met humor kon je zoveel oplossen. Zo heb ik eens een keertje 's nachts lesgegeven omdat niemand overdag een lesuur wilde inhalen. Zoiets hadden ze

'Met humor kun je zoveel oplossen!'



Meneer Hamelink met z'n beker

nog niet eerder meegemaakt. Het was dan ook één van de drukst bezochte lessen ooit.”

Sportieve overwinningen

Met het winnen van diverse hardloophwedstrijden behaalde Jan Hamelink de nodige sportieve overwinningen en had hij daarnaast twee kampioenschappen op zijn naam staan op de onderdelen verspringen en 400 meter hardlopen. Maar hoezeer hij ook in zijn eigen sportprestaties kon opgaan, anderen naar de top van hun kunnen

‘Als je hobby dan ook nog je beroep wordt, dan is dat ideaal!’

brengen, vond hij zo mogelijk nog belangrijker. De leraar in hem kon er des te meer van genieten wanneer zijn leerlingen sportieve successen in de atletiek behaalden. “Ik vond het mooi jonge mensen te helpen de beste te worden door ze te inspireren en te activeren. Als je hobby dan ook nog je beroep wordt, dan is dat ideaal.”

De beker blijft bewaard

Een van zijn leerlingen bracht het in 1960 tot deelname aan de Olympische Spelen in Rome. Het is één van de wapenfeiten die terloops en bescheiden worden genoemd, maar niettemin met gepaste trots fijne herinneringen oproepen. Het is in die jaren dat hij, met een aantal jonge gymnasiumleerlingen in opleiding, drie keer op rij de midvastenloop in Hengelo wint. Het levert hen een beker op. Klein van stuk, maar des te meer een tastbaar bewijs voor de vruchten van zijn werk. Die beker heeft meneer Hamelink al die jaren dan ook nog bewaard. “Mijn hele leven was doorspekt met atletiek. Die beker staat daar symbool voor en vormt er tegelijk een mooie herinnering aan.”

De rubriek ‘Herinneringenmuseum’ legt op de website van Westerholm een collectie aan van persoonlijke verhalen in woord en beeld. De expositie toont inmiddels al een groot aantal ‘museumstukken’ van bewoners en cliënten van Westerholm, die u allemaal ook kunt bekijken in de leesmap op de leestafel in onze beide zorgcentra.

Bericht van de personeelsvereniging



In de afgelopen tijd heeft de personeelsvereniging weer een aantal financiële giften mogen ontvangen van bewoners en/of familie.

Wij danken de schenkers hiervoor hartelijk.

Activiteiten

Vanuit de personeelspot organiseren wij voor de medewerkers sportieve of sociale activi-

teiten, meestal in het voor- en najaar. Dit kan bijvoorbeeld een speurtocht, een boottocht, een stadswandeling of een etentje zijn. Een keer per jaar mogen de partners mee. Zij betalen dan zelf een deel van de kosten.

Attentie

Verder zorgen wij voor een attentie voor jubilarissen, langdurig zieke medewerkers en voor gezinnen van medewerkers waar een baby geboren wordt.

Gift

U kunt een gift overmaken op de rekening nr, NL62 RABO 0317 3654 79 t.n.v. Exploitatiestichting Westerholm/ Rijkers-Lubbers: o.v.v. gift PV.

Namens het bestuur, Ferdi Brik

De klachtenregeling bij Westerholm

Het is voor Westerholm belangrijk dat onze bewoners en cliënten tevreden zijn over onze zorg. Ondanks ons streven u als bewoner zo goed mogelijk van dienst te zijn, kan het toch gebeuren dat u niet helemaal tevreden bent. Hoe u eventuele onvrede kenbaar kunt maken kunt u lezen in onze klachtenregeling.

Voor beide zorgcentra van Westerholm is de

heer H. van Dijk aangesteld als klachtenfunctionaris. U kunt hem op de volgende manieren bereiken:

Telefoon: 0594-518716 of 06-23366630

E-mail: harm.dijk@home.nl

Postadres: de heer H. van Dijk, klachtenfunctionaris Westerholm, Pastorije 82, 9356 BS Tolbert.

Het volledige reglement kunt u desgewenst opvragen bij de receptie van Westerholm of downloaden op onze website www.westerholm.nl.

Het Elektronisch Cliënten Dossier

Wij werken met een Elektronisch Cliënten Dossier (ECD). Alle cliëntgegevens zijn digitaal in het systeem genaamd 'ONS' ingevoerd en worden daarin bijgehouden. Tijdens de zorgverlening hebben de medewerkers een iPad waarop ze direct toegang hebben tot het actuele zorgdossier. Alle nieuwe gegevens en bijzonderheden kunnen zij digitaal invoeren op het moment dat zij bij de cliënt zorg verlenen.

Carenczorgt.nl

Caren is een website voor mensen die zorg ontvangen of voor iemand zorgen. Het helpt om zorg te organiseren, informatie te delen en taken te plannen. Caren is vooral gericht op het netwerk rondom iemand die zorg nodig heeft. Er zit een agendafunctie in, notities en berichten zodat u bijvoorbeeld de buurvrouw, een kleinzoon en alle kinderen tegelijk op de hoogte kunt houden en afspraken kunt plannen. Daarnaast is het mogelijk om Caren te koppelen met een zorgaanbieder, waardoor de cliënt en zijn of haar familie in staat is mee te lezen in de rapportage en het zorgplan in het digitale zorgdossier. Op deze manier is bijvoorbeeld het toestemming geven voor het zorgplan op afstand mogelijk.

Recht op inzage

De cliënten en hun eerste contactpersonen houden het recht op inzage in hun eigen digitale zorgdossier. Cliënten die hun zorgdossier willen inzien en geen gebruik maken van Caren, kunnen een afspraak maken met hun EVV'er. Overigens kunnen cliënten, familie en mantelzorgers ook inzage krijgen in het cliëntdossier. Familie en mantelzorgers hebben daarvoor wel toestemming van de cliënt nodig. U kunt zich daarvoor aanmelden bij de EVV'er.



Expositie Westerholm

Vanaf half september is er een nieuwe expositie in de hal van Westerholm.

Wouter Okel (geboren 1957 in Hengelo) werd opgeleid aan de lerarenopleiding Ubbo Emmius en aan Academie Minerva in Groningen.

Hij maakt schilderijen, aquarellen en houtsneden, waarbij hij steeds uitgaat van de zichtbare werkelijkheid; havengezichten, landschappen, mensen en dieren.

Hij werkt in een losse, directe stijl, waarbij de detaillering niet van belang is.

Okel is sinds 1990 lid van de Groninger kunstkring De Ploeg.



Molen De Hoop in Haren

Deze expositie is tot stand gekomen in samenwerking met Hein Frima van Galerie Aanblick te Haren. Mocht u een werk willen kopen van deze exposant, dan kunt u dit via hen regelen.

We wensen u veel kijkgenoegen.

Mededelingen

Brandveiligheid

Onze beide zorgcentra Rijkers-Lubbers en Westerholm voldoen aan de wettelijke eisen op het gebied van brandveiligheid.

Obstakels

In verband met de brandveiligheid mogen geen rollators of andere obstakels in de gangen staan.

Automatische rookmelders

Deze hangen aan de plafonds van alle appartementen, dienstruimtes en openbare ruimtes.

Brandmelders

Deze zijn aangebracht bij de brandhaspels die zich op elke etage en in iedere gang bevinden. Zorg ervoor dat u weet welke brandmelder het dichtst bij u in de buurt is.



Brandmelding

Medewerkers kunnen op het brandmeldpaneel zien waar de melding vandaan komt.



Bewust omgaan met energie

Enkele aandachtspunten

- Laat een kraan niet onnodig of te lang lopen.
- Laat geen lampen in een ruimte branden waar u niet bent.
- Laat de TV 's nachts niet op stand-by staan.
- Zet de verwarming lager als u 's avonds naar bed gaat en probeer dat ook 's middags te doen als u gaat rusten.
- Doe de overgordijnen op tijd dicht als het donker gaat worden.
- Gebruik energiezuinige lampen waar dit kan.
- Vraag eens om te kijken waar in uw appartement energiezuinige lampen geplaatst kunnen worden.



Fonds speciale doelen

Zoals u misschien wel weet, heeft Westerholm een fonds voor speciale doelen. Dit fonds wordt gevoed door giften van bewoners. Uit dit fonds kunnen wij activiteiten en investeringen realiseren die wij niet uit het normale budget kunnen bekostigen. O.a. de vleugel, de computer, de renovatie van het biljart en een gedeelte van de fitnessstoestellen werden uit dit fonds gefinancierd.



Wanneer u ons fonds wilt steunen, kunt u een bedrag storten op rekening van Exploitantstichting Westerholm/Rijkers-Lubbers te Haren: NL32RABO0166865087 met vermelding: gift fonds speciale doelen. Wij danken alle bewoners die de afgelopen maanden hun financiële steun betuigd hebben.

Bedankt De afgelopen maanden is Westerholm weer verblijd met een viertal giften ten behoeve van het Fonds Speciale Doelen voor de bewoners. Nogmaals willen wij bedanken: de Hildegardparochie (v/h St. Nicolaasparochie), Rabobank Stad en Midden Groningen, de werkgroep Onderlinge Relaties en De Groot installatietechniek voor hun gift. Deze zullen zeker bijdragen tot de realisering van een aantal wensen.

Vervoersmogelijkheden

Stichting Vervoer voor Ouderen

Deze stichting verzorgt vervoer voor ouderen en werkt met vrijwilligers. Aanvragen voor dit vervoer kan tenminste een dag tevoren, tel. 06 231 077 53. Bij de chauffeur koopt u een 10-rittenkaart voor € 10,-. Uw heen- en terugreis worden meteen gestempeld. Een enkele rit is uiteraard ook mogelijk. Uw rollator kan mee, echter niet uw rolstoel.

Het Ouderenvervoer kan u bijvoorbeeld brengen naar het UMCG, het Martiniziekenhuis, het NS-station zowel in Haren als in Groningen, naar Onnen, Noordlaren en Zuidlaren en Eelde-Paterswolde.

U kunt vanuit deze locaties ook weer naar Westerholm worden teruggebracht. Vervoer is dagelijks mogelijk van 8.00-17.00 uur.

Regiotaxi

De regiotaxi verzorgt vervoer van deur tot deur voor hulpbehoevenden, die geen alternatief hebben voor ander vervoer. Hiervoor is een speciale pas nodig die verkrijgbaar is bij het gemeentehuis.



Valys (landelijke ritten)

Valys is voor vervoer buiten de regio van mensen met een vervoershandicap. U krijgt als pashouder jaarlijks een persoonlijk kilometerbudget als aanvulling op reizen met het openbaar vervoer. Daarmee kunt u voor € 0,20 per kilometer reizen. Valys-pashouders die onmogelijk met de trein kunnen reizen, kunnen een hoog persoonlijk kilometerbudget aanvragen. De budgetten worden uitgegeven naar rato van het aantal resterende maanden in

het jaar. Valys wordt in opdracht van het ministerie van VWS uitgevoerd door Connexion Taxi Services. Informatiebrochure: tel. 0900-9630 of website www.valys.nl.

Voordeelurenabonnement NS

Met het voordeelurenabonnement van de NS krijgt u 40% korting op uw treinkaartje in de voordeeluren. Informatie: tel. 0900-9292.www.ns.nl



Zonnebloem

Sinds kort beschikt de Zonnebloem over een comfortabele rolstoelauto in Groningen. Deze is exclusief te huur voor mensen met een rolstoel of scootmobiel. De auto heeft vijf zitplaatsen (inclusief chauffeur) en ruimte voor een rolstoel of scootmobiel.

U heeft een zonnebloemautopas nodig om de zonnebloemauto te huren. De persoon met de lichamelijke beperking moet het aanvragen. Meer informatie over de zonnebloemautopas kunt u vinden op: www.zonnebloem.nl/zonnebloemauto. Voor vragen kunt u bellen met telefoon: 076-564 64 64.

Particulier Personenvervoer Vrieswijk

Tel. 050-534 00 00.



Faciliteiten

De bewoners van onze zorgcentra Westerholm en Rijkers-Lubbers krijgen regelmatig op papier het activiteitenprogramma, menu en mededelingen. Andere belangstellenden kunnen deze informatie ook vinden op onze website: www.westerholm.nl of www.facebook.com/zorgcentrumwesterholm.

Fitnessruimte

In onze fitnessruimte staan diverse fitnessapparaten voor ouderen. Wij verzoeken u overdag naar de fitnessruimte te gaan. Vooral in de ochtend loopt regelmatig personeel door de gang voor het geval u hulp nodig heeft. Het gebruik van fitnessapparatuur is voor uw eigen risico. Maakt u er op een verstandige manier gebruik van. Het lezen van de instructies kan u op weg helpen. Daarnaast verzorgt Marijke Gooskens, fysiotherapeut, elke vrijdagochtend om 09.45 uur een gezamenlijke 'meer bewegen' training.

Inlichting voor hulp

Wanneer u in de fitnessruimte bent en hulp nodig heeft, kunt u wel uw alarm gebruiken, maar het verzorgend personeel zal dan naar uw kamer gaan waar u niet bent. Om dit te voorkomen adviseren wij u een briefje op uw tafel te leggen dat u naar de fitnessruimte bent. Een andere mogelijkheid is om uw verzorgende te zeggen waar u zich bevindt. Na alarmering weet uw verzorgende dan waar u bent en kan naar u toe komen.

Schoonheidsspecialiste

Onze schoonheidsspecialiste in Westerholm, Tanja Brouwer, biedt schoonheidsbehandelingen aan voor dames en heren. In principe kan zij alle handelingen verrichten die in een schoonheidssalon mogelijk zijn. Hierbij kunt u denken aan: epileren, harsen bovenlip en kin, wenkbrauwen verven, handverzorging, gezichtsbehandeling en make-up.

Tanja werkt in de kapsalon in het souterrain en is meestal 1x in de 14 dagen aanwezig. De Firma Proflex verzorgt de schoonheidsbehandelingen in Rijkers-Lubbers.

Pedicure

Bewoners in Westerholm kunnen zelf een pedicure regelen. Heeft u nog geen pedicure en wilt u op korte termijn één, vraag dan uw EVV'er. Deze weet welke pedicures regelmatig in Westerholm en Rijkers-Lubbers komen.

Kapper



Mevrouw Hegge is op dinsdag- en donderdagmorgen in Westerholm. Op vrijdagmorgen is zij in Rijkers-Lubbers. Afspraken gaan via de EVV'er

Tovertafel

In de huiskamer van Westerholm bieden we een 'betoverende' activiteit aan. Deze activiteit in de vorm van een Tovertafel projecteert afbeeldingen op tafel, die ouderen (met dementie) uitnodigen de projecties, bijvoorbeeld bladeren of vissen, aan te raken. Zodra iemand de projectie wegveegt of aanraakt, komt deze in beweging. De tovertafel geeft een zintuiglijke prikkeling die zorgt voor beweging, ontspanning, plezier en interacties.



Toko

In ons zorgcentrum in Haren is een winkeltje gevestigd. Op maandag, woensdag en vrijdag van 10.30 tot 11.30 uur is het winkeltje open voor de eerste levensbehoeften. Heeft u wensen over het assortiment, bespreekt u dit met het personeel van het winkeltje. Voor Rijkers-Lubbers in Groningen verzorgt mevrouw Heller op maandag en donderdag de boodschappen. Wanneer u boodschappen nodig heeft, kunt u dit aangeven bij de verzorging.

Bloemenverkoop



Elke dinsdag van 11.30 tot 12.00 houdt de firma Spijker bloemenverkoop in de hal van ons zorgcentrum in Haren.

Computer

In de recreatiezaal van Westerholm (tegenover de bibliotheekkast) staat een computer voor de bewoners. U kunt daar vrij gebruik van maken om te mailen en het internet op te gaan. De computer heeft een aangepast toetsenbord en een speciale muis.



Gezelschapsdieren

Het is bekend dat het gezelschap van een huisdier goed is voor onze gezondheid. Er is ook al onderzoek gedaan waaruit blijkt dat robot-huisdieren, net als echte huisdieren, een positief effect hebben op het welzijn van ouderen, met name van demente ouderen. Het Holmhuys heeft daarom sinds kort een



interactieve kat; deze lijkt een beetje op een levensechte kat. De 'kat' reageert op zijn 'baasje' door middel van sensoren op zijn lichaam. Als je hem aait, gaat hij spinnen. Deze reacties zijn niet voorspelbaar en dat doet hem meer lijken op een echte kat. Daarnaast komt iedere twee weken een vrijwilliger met de hond Neeltje op bezoek in het Holmhuys.

Bibliotheek

Eens in de 14 dagen op maandagochtend van 10.15-11.00 uur kunt u boeken lenen bij de bibliotheek in Westerholm. Er is een collectie grootletterboeken. Tevens kunt u boeken aanvragen. Ook bewoners van Rijkers-Lubbers kunnen gebruik maken van de bibliotheek.



SeniorWeb Haren

Stichting SeniorWeb heeft als doel senioren, die niet met de huidige digitale technieken zijn opgegroeid, te leren omgaan met de vele mogelijkheden van computer, tablet en smartphone. Behalve cursussen wordt er ook LesOpMaat gegeven bij u thuis. Interesse?

E-mail: pjmaas687@hetnet.nl

Huiskamers



Bewoners die door dementie in meer of mindere mate hulpbehoevend zijn, kunnen op elk moment van de dag verblijven in het Holmhuys. De dag begint hier met een gezamenlijk ontbijt, waarbij we het laatste nieuws uit de krant voorlezen. Ook de lunch en het diner worden in deze speciale huiskamer geserveerd. Onze medewerkers, die gespecialiseerd zijn in dementie, organiseren dagelijks geheugen- en bewegingsspelletjes en gezamenlijke activiteiten en uitstapjes. Na de zomer openen wij nog een tweede huiskamer op de begane grond. De naam hiervan wordt binnenkort bekendgemaakt.

Vrijwilliger nodig?

Heeft u de wens bezoek te krijgen, een praatje te maken, samen naar buiten te gaan of andere wensen? Mogelijk kan een vrijwilliger iets voor u betekenen. Vraag uw EVV'er naar de mogelijkheden. Hij of zij kan voor de werving en bemiddeling de hulp inroepen van José van der Veen, coördinator informele zorg. Zij gaan samen op zoek naar een passende oplossing voor u.

Duo scootmobiel



Samen erop uit, wat is er gezelliger?

Op onze locatie in Haren hebben we een duo scootmobiel beschikbaar. Zodat u samen op stap kunt, terwijl er maar één bestuurder nodig is. Hierdoor is het altijd mogelijk iemand mee te nemen die niet per se hoeft te rijden. U kunt de scootmobiel reserveren bij de receptie van Westerholm. Voordat u op pad gaat, krijgt u een korte instructie over het gebruik, zodat u vertrouwd en veilig de weg op kunt. De scootmobiel is door ons verzekerd en wij zorgen ervoor dat u goed zichtbaar bent met een reflecterend vest over de stoel. Wij wensen u veel rijplezier!

Extra diensten

Heeft u speciale wensen? Wij bieden zorg op maat. Bewoners kunnen, tegen betaling, extra diensten bij Westerholm afnemen. U kunt hierbij denken aan het uitlaten van een hond of vaker huishoudelijke hulp. De bewoner betaalt hier dan extra voor aan Westerholm, zodat deze extra dienst niet ten laste komt van de zorgtijd van de andere bewoners.

Wellicht ten overvloede, maar hebt u een hond of krijgt u mensen met één of meerdere honden op bezoek, zorgt u er dan voor dat deze in huis of in de tuin te allen tijde zijn aangelijnd.

Terug in de tijd



Wie een bezoekje brengt aan de locatie Ridders-Lubbers van Westerholm in Groningen, kan zich eenvoudig inbeelden dat hier een rijke historie voorafgaat. Maar hoe dat allemaal precies zit met deze rijksmonumenten, is voor menig passant nog maar de vraag. Dat het drietal statige panden begin jaren dertig van de vorige eeuw zijn aangekocht door de stichting van het idealistische echtpaar Ridders-Lubbers is wellicht geen geheim. Maar wist u bijvoorbeeld ook dat het pand op nummer 36 ooit is gebouwd in 1890 en de woning en bedrijfsruimte vormde van een uit Duitsland afkomstige katholieke handelaar in dameshoeden?

Pension voor Dames en Heeren

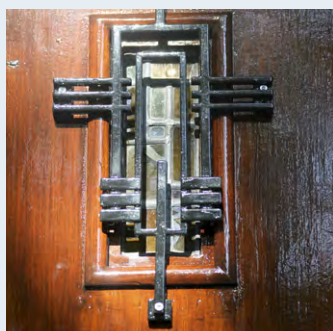
Wanneer het pand in 1933 wordt aangekocht door de Ridders-Lubbers Stichting, krijgt deze een geheel nieuwe functie als 'Pension voor Dames en Heeren, uitsluitend eerste klas'. Zoals deze omschrijving al doet vermoeden, woonde hier alleen een groep van 'beter gesitueerde ouderen'.

De wereld heeft ook hier aan de Heresingel intussen niet stilgestaan. Begin jaren 70 wordt het zorgcentrum uitgebreid met de naastgelegen panden 32 en 34. Menig keer hebben deze panden een verbouwing ondergaan, maar is de negentiende-eeuwse karakteristieke en rijkversierde eclectische bouwstijl altijd bewaard gebleven.

Grandeur

Al is het deftige 'eerste klas' vandaag de dag niet meer in zwang, de grandeur van weleer is hier door de jaren heen niet verloren gegaan. Wanneer je als bezoeker bij de indrukwekkende entree aanbelt, kun je de sfeer van toen nog proeven.

De architectuur van deze gebouwen bewonderend, is het je ook best voor te stellen hoe de bewoners er destijds vertoefden. Met een beetje fantasie zie je de in kostuum geklede 'Dames en Heeren' van toen nog statig in- en uitlopen.





In ontmoeting met elkaar

Activiteiten bij Westerholm en Rijkers-Lubbers

Voor onze bewoners en cliënten in de wijk organiseren wij diverse activiteiten. Deze zijn afgestemd op de wensen van onze doelgroep en de activiteiten worden in kleinere of grotere groep aangeboden.

Overzicht structurele activiteiten

- Elke vrijdagochtend gymnastiek o.l.v. een fysiotherapeute
- De laatste donderdag van de maand de damesborrel
- De laatste vrijdag van de maand de herensociëteit
- 1x per maand worden gedichten voor-gelezen
- 1x per 14 dagen is er handwerkclub
- 1x per 14 dagen wordt een gezamenlijke warme maaltijd gehouden
- Om de 2-3 maanden vindt een wisselende expositie plaats in de hal en in de vitrines
- 2 x per jaar een modeshow
- 2 x per jaar een oecumenische dienst

Afwisselende activiteiten

- Spelletjesmiddagen: sjoelen, rummicub, scrabble, dammen, schaken, klaverjassen, bridge etc.
- Bloemschikken
- DVD films (documentaires, muziek- en speel-films)
- Concerten met optreden van koren, kwartetten, trio's met klassieke of moderne muziek, zang, pianomuziek
- Lezingen over onderwerpen als geschiedenis, natuur, kunst etc.
- Geheugenspel/quiz/fitnesstraining
- Voorlezen

Waar u de komende maanden naar uit kunt zien

- Vrijdagmiddag 29 september zal onze directeur de heer W. Rigter afscheid nemen.
- Op 2 november wordt de jaarlijkse herdenkingsdienst voor onze overleden bewoners georganiseerd voor familie, medewerkers, en andere belangstellenden.
- Eind november zal er weer een "decembermarkt" worden gehouden.
- Zoals jaarlijks het geval is zien we elkaar bij een groot feestelijk kerstdiner. Wij maken de datum tijdig bekend.

Koersbal

Op dinsdag- en donderdagmiddag wordt er in de maanden september tot en met mei koersbal gehouden in de recreatiezaal. Deze activiteit valt niet onder onze activiteiten. O.a. de ANBO houdt zich hiermee bezig.



Extra excursies

Bij voldoende belangstelling worden er excursies georganiseerd naar het Groninger en Drents museum. De kosten voor vervoer, entree en rondleiding komen voor eigen rekening.

Weekagenda

In onze weekagenda, die wekelijks bij onze bewoners in de bus valt, kunt u lezen wat er georganiseerd wordt. Verder kunt u iedere week ons activiteitenoverzicht lezen in de recreatieruimte of op onze website: www.westerholm.nl en Facebookpagina: www.facebook.com/zorgcentrumwesterholm om te zien welke activiteiten de komende periode worden georganiseerd.



Tips

Ideeën en wensen voor een activiteit kunt u laten weten aan Monica Edelenbos en/of Els Bijster. Zij zijn bereikbaar via onze receptie op nummer: 050 5341222 of info@westerholm.nl

Activiteiten uitgelicht

Scholing over voeding in relatie tot een ziektebeeld

Voor alle zorgmedewerkers werd op 20 juni jl. een klinische les verzorgd over voeding in relatie tot een ziektebeeld. Deze klinische les werd georganiseerd door twee studenten van de opleiding Voeding en Diëtetiek aan de Hanzehogeschool te Groningen.

Diabetes en Hypertensie

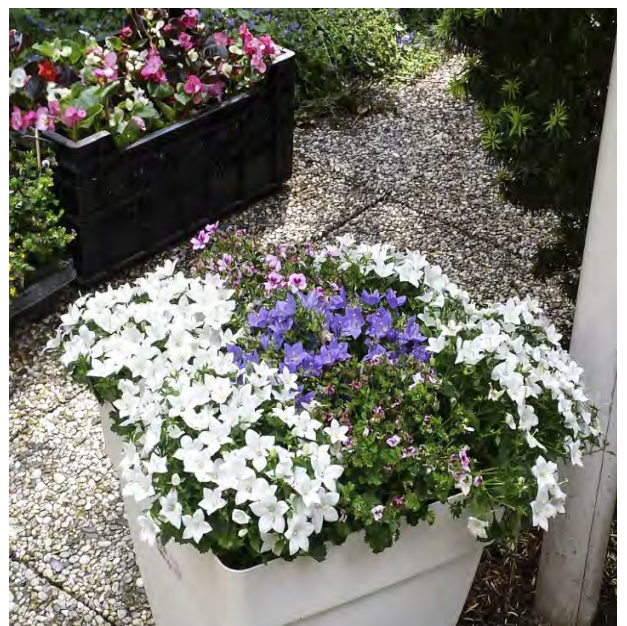
De zorgmedewerkers konden van tevoren aangeven over welk ziektebeeld dit mocht gaan. Uit de rondvraag bleek dat de meeste

interesse lag bij de ziektebeelden diabetes (suikerziekte) en hypertensie (hoge bloeddruk). Zorgmedewerkers hebben tijdens de klinische les informatie gekregen over deze ziektebeelden en er is verteld wat gezonde voeding inhoudt en wat voor effect dit op het lichaam heeft. Doordat er werd gewerkt met verschillende casuïstiek hebben zorgmedewerkers handvatten gekregen om bewoners over dit onderwerp te kunnen adviseren. Een leerzame en leuke middag!



Bloemstukken maken

De bewoners van ons zorgcentrum Ridders-Lubbers in Groningen maakten met elkaar prachtige bloemstukken voor in de binnentuin. Ook in het najaar is het daar nog heerlijk toeven.





WESTERHOLM

Westerholm Haren

Irenelaan 1
9752 LS Haren
T. 050 534 21 22
info@westerholm.nl

Rijkers-Lubbers Groningen

Heresingel 32-36
9711 EV Groningen
T. 050 312 32 68
info@westerholm.nl