



INHUIS

NIEUWS VAN EN VOOR BEWONERS

januari 2025



Een nieuw begin

Allereerst willen we u een mooi en gezond nieuwjaar toewensen. 2025 ligt voor ons, een jaar vol nieuwe kansen, plannen en hopelijk mooie momenten samen.

Een nieuw begin, want vanaf nu hebben we het bewonersmagazine InHuis nieuw leven ingeblazen na drie jaar afwezigheid. Mede ook omdat de Cliëntenraad en Vrijwilligersraad graag met u in contact blijven en informatie willen delen. Zij stellen zich dan ook opnieuw voor in deze uitgave. Ook willen we graag ons nieuwe bestuur aan u voorstellen.

Dit magazine zal gevuld zijn met verhalen, tips, foto's en activiteiten die aansluiten bij wat hier in onze huizen speelt.

We kennen elkaar. We zorgen voor elkaar.

Het is een blad voor én door onze gemeenschap. In dit nummer vindt u op pagina 3 een interview met een Vlaardingse in hart en nieren. Wilt u zelf een verhaal delen?

Dan nodigen we u van harte uit om dit aan ons door te geven. Wellicht heeft u nog een leuke anekdote bij een foto van vroeger? Maar ook ander nieuws is welkom. Als u bijvoorbeeld mooie gedichten schrijft dan kunt u deze ook insturen. Stuur hiervoor een mail aan communicatie@zgvlaardingen.nl of vraag de teamleider om hulp om ons iets door te sturen.

Met warme groet,
De redactie

Wat is een cliëntenraad en waar houdt de cliëntenraad zich mee bezig?

Een cliëntenraad vertegenwoordigt alle cliënten en bestaat uit bewoners en wettelijke vertegenwoordigers. De leden van de cliëntenraad vertegenwoordigen de cliënten van hun afdeling of etage.

Een cliëntenraad heeft invloed op het beleid van Zonnehuisgroep Vlaardingen en op de kwaliteit van wonen, zorg, welzijn en behandeling binnen Zonnehuisgroep Vlaardingen.

De Raad van Bestuur vraagt de cliëntenraad advies of instemming bij allerlei beleidsmatige zaken. Een cliëntenraad heeft instemmingsrecht als het gaat om voorzieningen op het gebied van veiligheid, voeding, hygiëne, geestelijke verzorging en recreatie.

Leden van de Centrale Cliëntenraad geven advies over bijvoorbeeld renovatie- en bouwprojecten en de jaarlijkse begroting. Ook mogen cliëntenraden gevraagd en ongevraagd advies uitbrengen aan de Raad van Bestuur. Denk hierbij aan zaken die belangrijk zijn voor die betreffende locatie of woongroep.



De drie cliëntenraden op een rij

Cliëntenraad Somatiek

Onafhankelijk voorzitter is mevrouw Nel de Nooijer. Deze cliëntenraad vertegenwoordigt de bewoners van somatische afdelingen in Het Zonnehuis, Drieën-Huysen Zuid, De Laurenburg en revalidatiecentrum De Dillenburg.

Cliëntenraad Psychogeriatric (PG)

Onafhankelijk voorzitter is de heer Rob van der Tholen. Deze cliëntenraad bestaat uit mantelzorgers die de bewoners van de PG-afdelingen in Het Zonnehuis, Drieën-Huysen Noord en Adriaan Pauw vertegenwoordigen.

Centrale Cliëntenraad

De Centrale Cliëntenraad bestaat uit afgevaardigden van de twee cliëntenraden en een onafhankelijke voorzitter de heer Bert van Ravenhorst. De Centrale Cliëntenraad spreekt met de Raad van Bestuur over onderwerpen die voor heel Zonnehuisgroep Vlaardingen van belang zijn.

Centrale Cliëntenraad (van links naar rechts op de foto) Sandra van Roon (ambtelijk secretaris cliëntenraden), Nel de Nooijer (voorzitter Cliëntenraad Somatiek en lid Centrale Cliëntenraad), Rob van der Tholen (voorzitter Cliëntenraad PG en lid Centrale Cliëntenraad), Bert van Ravenhorst (voorzitter Centrale Cliëntenraad) en Marianne van der Hoeven (lid Centrale Cliëntenraad en Cliëntenraad Somatiek).

Wij zijn nog op zoek naar bewoners/mantelzorgers/vrijwilligers die een afdeling in een cliëntenraad Somatiek of PG willen vertegenwoordigen. Heeft u vragen over één van de cliëntenraden, stuur dan een mail naar clienraad@zgvlaardingen.nl.

De Centrale Cliëntenraad is altijd in beweging voor goede zorg op ons eigen kompas in samenwerking met u en de organisatie!



Verhalen delen

In deze nieuwe rubriek delen we verhalen van bewoners. Op deze foto staat Leni, vroeger stond ze graag aan het roer. Waarom dat zo is lees je hieronder.

"Ik ben aan de Maas geboren, daar heeft mijn wieg gestaan..."

... Dit zingt Leni met een glimlach. Vanaf haar woning op de zevende etage van Drieën-Huysen Zuid vertelt ze trots over haar leven, doorspekt met water, boten en Vlaardingen. Een echte "haringkop", zoals ze zichzelf noemt, en een wandelend boek vol verhalen over de vissersstad.

Leni groeide op in het hart van Vlaardingen, een stad die bol stond van de visserij. Het bouwen van boten zat al generaties lang in haar familie. Haar overgrootvader Evert Baas zette de toon door de eerste haringlogger aan te kopen, en haar opa specialiseerde zich in het bouwen van houten roeiboten. Het hout voor die boten kwam van vissen op de Maas en van scheepswerf Wilton-Fijenoord in Schiedam. "Als een nieuw schip te water werd gelaten, viste mijn opa de houten blokken waarop het schip had gestaan uit het water. Die blokken werden planken om nieuwe boten te bouwen in de schuur," vertelt ze.

Het water speelde niet alleen een rol in haar jeugd, maar bleef een rode draad in haar leven. Samen met haar vader en echtgenoot bouwde Leni een prachtig schip.

"Mijn man kocht ooit een vrachtwagen omdat er een goede motor in zat. Die heeft hij eigenhandig in onze boot geïnstalleerd," vertelt ze trots. De 200 PK Daf Diesel-motor bleek een gouden zet. Het gezin beleefde talloze avonturen op hun eigenhandig gebouwde schip. Toen haar man jong overleed, besloot Leni moedig hun gezamenlijke droom voort te zetten. Vijf jaar lang voer ze in haar eentje met de boot, alsof het water haar troost bood. Naast haar liefde voor het water heeft Leni een creatieve kant. Ze schilderde jarenlang bij galerie De Duig, geïnspireerd door de natuur. "Als klein meisje zat ik al te tekenen met mijn vader op zondagmiddag," herinnert ze zich.

Het water dat zoveel vreugde bracht, kende ook een donkere kant. Leni deelt een krantenartikel over een tragisch familiedrama: haar opa en diens zoon kwamen om op de Maas, waarschijnlijk door een onverwachte ebstroom. Leni is een bron van herinneringen en een ambassadeur van Vlaardingse tradities. Als ze andere bewoners spreekt, is het "ons kent ons", en dat maakt haar verhaal een prachtige weerspiegeling van Vlaardingen.

Ontwikkelen en tegelijkertijd het goede behouden

Steven Han is een half jaar geleden als tijdelijk bestuurder bij Zonnehuisgroep Vlaardingen gestart en vanaf 1 februari zal Corina als vaste nieuwe bestuurder bij ons starten. Hieronder stellen ze zich graag aan u voor.

Steven:

Ik werk inmiddels ruim 23 jaar in de zorg, waarvan de laatste 10 jaar als interim-bestuurder bij diverse zorgorganisaties. Overall in Nederland zien we vergelijkbare uitdagingen in de ouderenzorg, zoals de groei van het aantal kwetsbare ouderen en het tekort aan zorgmedewerkers. Wat mij opvalt is dat elke zorgorganisatie een ander vertrekpunt heeft om hiermee om te gaan. Zo hebben wij nog veel te doen als het gaat om de vernieuwing van onze zorglocaties. Hier gaan we komende jaren dan ook mee aan de slag en in het volgende InHuis magazine leest u hier meer over.

Waar Zonnehuisgroep Vlaardingen juist in uitblinkt, is de sterke betrokkenheid van vrijwilligers en buurtbewoners bij de vele activiteiten. Dit zie ik elke keer weer als ik de Brasserieën binnenloop – of het nu gaat om de wekelijkse bingo, het zangkoor of het Oktoberfeest. Om onze bewoners steeds weer een dag met een ‘gouden randje’ te bezorgen, is het belangrijk om dit met elkaar te blijven doen en deze betrokkenheid te behouden.

Corina:

De betrokkenheid van vrijwilligers, medewerkers en bewoners voelde ik direct bij mijn eerste kennismaking. Voor het eerst van mijn leven heb ik rolstoel gedanst. Ik werd vrolijk van de muziek en het dansen, maar vooral van de blijheid van de bewoners én van de vrijwilligers die vaak al jaren betrokken zijn. Laten we samen blijven zoeken naar manieren om het leven binnen en rondom Zonnehuisgroep Vlaardingen zo zinvol en plezierig mogelijk te maken.



Zelf werk ik ruim 18 jaar in de zorg (daarvoor als adviseur bij grote internationale bedrijven, maar ook in ontwikkelingslanden).

Hoewel de ouderenzorg nieuw voor mij is, zijn de vraagstukken herkenbaar: hoe zorgen we ervoor dat iedereen passende zorg krijgt en houdt? Hoe creëren we geschikte huisvesting voor zowel de korte als lange termijn? Hoe combineren we persoonlijke aandacht met het zo slim mogelijk inzetten van technologie? En hoe zorgen we ervoor dat mensen graag bij ons willen werken?

De komende tijd richt ik me op het leren kennen van de organisatie, bewoners, naasten en vrijwilligers. Ik wil begrijpen wat er speelt en met respect voor het verleden samen bouwen aan de toekomst.

De werving voor de nieuwe tweede bestuurder is gestart. Totdat hij/zij start, kijk ik ernaar uit om samen met Steven een stevige start te maken bij Zonnehuisgroep Vlaardingen!

Prijslijst 2025

De nieuwe prijzen van de producten en diensten die niet vergoed worden zijn bekend. U kunt deze prijslijst vinden op onze website: www.zgvlaardingen.nl/over-ons/publicaties.

De papieren prijslijst is verkrijgbaar bij het servicepunt/receptie of in Adriaan Pauw bij de teamleider.

De Vrijwilligersraad

Wist u dat er bij Zonnehuisgroep Vlaardingen (ZGV) ook een Vrijwilligersraad is? De Vrijwilligersraad vertegenwoordigt alle vrijwilligers van ZGV. Dit zijn er inmiddels meer dan 470! Deze vrijwilligers zijn heel belangrijk. Ze helpen bij verschillende taken en activiteiten en ondersteunen zo de bewoners naast de professionele zorg.

De Vrijwilligersraad bestaat momenteel uit 7 leden: een voorzitter, een notulist en 5 andere leden. Eén van deze leden is de vice-voorzitter. De Vrijwilligersraad komt een paar keer per jaar bij elkaar. In deze vergaderingen bespreken ze onderwerpen die voor vrijwilligers belangrijk zijn. Bijvoorbeeld vragen, opmerkingen, ideeën of wensen over het vrijwilligerswerk. Elk kwartaal overlegt de voorzitter ook met de raad van bestuur.

De Vrijwilligersraad is aanwezig bij alle vrijwilligersoverleggen. Deze overleggen vinden minstens één keer per jaar plaats op iedere afdeling. Zo blijven we in contact met de vrijwilligers en de dagbestedingscoaches. We willen graag meer zichtbaar worden en laten zien hoe trots we zijn op onze vrijwilligers!

Kent u familie of vrienden die vrijwilliger bij ons willen worden? Ze kunnen zich aanmelden via de website of een mail sturen naar vrijwilligers@zgvlaardingen.nl.

Leo de Ruiter, voorzitter Vrijwilligersraad



Een nieuw begin

Als we nadenken over ons leven dan ontdekken wij dat het leven een ritme kent. Er zijn tijden van vreugde en tijden van verdriet, tijden om op te bouwen en tijden om af te breken, tijden om te huilen en tijden om te lachen. In deze woorden klinkt een diepe waarheid door: niets in ons leven staat stil. De cadans van het leven gaat door. Elk seizoen heeft zijn eigen schoonheid en betekenis, en het einde van het ene kan juist het begin zijn van het andere.

In het ritme van het leven hebben we vorige maand stil kunnen staan bij een wonderlijke onderbreking. Er is een heel nieuw begin gemaakt in de geschiedenis namelijk. Midden in de winternacht is het Kind van Bethlehem geboren. God maakt een nieuw begin. Jezus, het Licht van de wereld, komt in alle eenvoud in onze duisternis. Herders, eenvoudige mensen, waren de eersten die het nieuws hoorden. Er is een Redder geboren. Een Licht wordt ontstoken en midden in de nacht ontstaat er een nieuw begin. Heel kwetsbaar en onverwacht maakt God met ons een nieuw begin!

Laten we daarom ook in het jaar 2025 regelmatig stil staan en het levensritme doorbreken. Telkens weer kunnen we een nieuw begin maken. We krijgen elke keer weer een kans om het oude af te sluiten, los te laten, en iets nieuws beginnen. En ik weet het...dat is moeilijk...het oude vertrouwen loslaten, hoe schrijnend of zuur ook. We kunnen ook in het nieuwe jaar een voorbeeld nemen aan de herders. Zij laten de donkere nacht achter zich en ze knielen voor het Kindje neer!! Ze danken het Kind, omdat ze een nieuwe weg mogen inslaan. Een weg van licht, hoop en vertrouwen.

Ook u kunt in 2025 zo'n nieuwe weg inslaan! Van harte aanbevolen. Veel zegen en gezondheid voor het nieuwe jaar toegewenst.

Hilde Kruit Zwaan en Martin Padmos
geestelijkeverzorging@zgvlaardingen.nl

Terugblik feestmaand december 2024



Gezond en wel thuis

In Vlaardingen, net als in heel Nederland, worden mensen ouder en wonen ze langer thuis. Dit zorgt voor meer vraag naar zorg, maar er zijn niet genoeg mantelzorgers en zorgverleners om aan die vraag te voldoen. Om hierop in te spelen, zijn verschillende projecten gestart onder de naam Gezond en Wel Thuis, op initiatief van zorgverzekeraar DSW. Een van deze projecten vindt plaats bij Drieën-Huysen Zuid.

Zonnehuisgroep Vlaardingen en woningstichting Samenwerking startten in maart 2024, samen met welzijnspartners en buurtbewoners, een nieuw woonzorgconcept. Dit concept zit tussen zelfstandig thuis wonen en een verpleeghuis in.



Samen werken aan een levendige buurt

Het doel van het project is om een gemeenschap te creëren waar mensen elkaar helpen. Hierbij maken de betrokken partijen gebruik van de bestaande voorzieningen van Zonnehuisgroep Vlaardingen en Samenwerking. Door wonen, welzijn en zorg slim te combineren en in te zetten op preventie, willen ze de kwaliteit van leven voor ouderen verbeteren. Op deze manier kunnen zorgvragen worden uitgesteld of zelfs voorkomen, zodat ouderen langer vitaal en zelfstandig thuis kunnen wonen.

In de afgelopen maanden zijn er al verschillende activiteiten georganiseerd. Zo zorgen dagbestedingscoaches voor ontmoetings- en beweegactiviteiten voor de buurtbewoners. Ook worden bewoners aangemoedigd om zelf ideeën en initiatieven te bedenken. Er zijn bijeenkomsten geweest over onderwerpen als valpreventie, gezond eten, beweging en het gebruik van hulpmiddelen.

Zonnehuis Thuis speelt een belangrijke rol in dit project. Bij de intake wordt gekeken of de vraag van een bewoner vooral om zorg of juist om welzijn draait. Naast reguliere thuiszorg helpen de medewerkers cliënten zoveel mogelijk om zelfredzaam te blijven. Een goed voorbeeld hiervan is de medicijnendispenser Medido. Dit apparaat helpt cliënten zelfstandig hun medicijnen in te nemen.

Voor wie is het project bedoeld?

In eerste instantie richt het project zich op kwetsbare bewoners van de wooncomplexen bij Parc Drieën-Huysen. Later kunnen ook bewoners uit de omliggende wijk meedoen aan de activiteiten.

De Brasserie van Drieën-Huysen speelt hierin een belangrijke rol. Het is een gezellige plek waar mensen elkaar kunnen ontmoeten, als een soort huiskamer voor de wijk.

Woordzoeker Winters Vlaardingen

S	C	H	N	D	A	T	S	G	N	I	R	A	H	N
P	A	R	I	S	W	I	N	T	E	R	P	R	E	T
S	O	A	E	F	E	I	J	S	B	A	A	N	G	H
T	N	P	U	D	R	J	T	J	S	E	N	I	J	O
U	E	N	W	T	L	O	K	O	A	I	E	S	U	R
M	N	S	J	U	K	O	K	E	D	A	E	M	T	I
S	E	C	A	T	E	R	P	R	O	P	L	O	V	N
A	O	H	A	R	D	E	A	K	U	K	S	P	U	G
J	H	A	R	A	E	A	N	M	E	U	R	P	U	K
R	C	A	S	A	L	V	A	S	T	O	V	E	R	O
E	S	T	D	V	W	U	E	E	N	S	R	N	Z	P
T	D	S	U	K	A	T	E	R	A	M	R	B	A	I
N	N	E	I	P	O	Z	-	N	E	-	K	E	O	K
I	A	N	K	C	H	O	C	O	M	E	L	K	K	R
W	H	T	T	H	C	I	L	N	E	R	R	E	T	S

BROEKPOLDER
 CHOCOMELK
 HANDSCHOENEN
 HARINGKOP
 HARINGSTAD
 HOUTVUUR
 KERSTMARKT
 KOEK-EN-ZOPIE
 MARETAK
 MUTS
 NIEUWJAARSDUIK
 SCHAATSEN

SJAAL
 SLEE
 SNEEUW
 SNEEUWPOP
 STERRENLICHT
 VAART
 VLAARDINGEN
 VUURKORF
 WINTERJAS
 WINTERPRET
 IJSBAAN
 IJSMOPPEN
 IJZERKOEKJES

De overgebleven
 letters vormen een
 zin over Winters
 Vlaardingen.