

Nieuwsbrief

Voor en door cliënten van Zorggroep Achterhoek

lente/zomer 2024

in verbinding met elkaar · in verbinding met elkaar ·

Deze nieuwsbrief:

Interview met Hanita

Terugblik activiteiten

Hoe zit het met jouw privacy?

Recept: tortellinisoep met spinazie

ZGA Doet Cultuur

Column van Lucas

Hanita in de spotlight



jouw eigen leven leiden · jouw eigen leven leiden ·

Hanita woont sinds twee jaar in haar eigen appartement en krijgt ambulante begeleiding. 'Het was mijn wens om op mijzelf te wonen, en dat heb ik voor elkaar gekregen. Ik ben hartstikke trots op mezelf!'

Welke zorg heb je van Zorggroep Achterhoek en waarom krijg je dit, kun je daar iets over vertellen?

De zorg die ik krijg is er om mij te helpen als ik iets niet begrijp of als er problemen zijn. Dan kan ik bij mijn begeleiders terecht. Ik woon hier nu twee jaar, ik heb eerst bij Groenendaal gewoond. Daarvoor heb ik samengewoond, maar dat ging gewoon niet. Toen heb ik drie maanden bij een andere zorgorganisatie gewoond en vervolgens kwam ik bij Groenendaal terecht. Bij Groenendaal had ik het heel fijn, maar toch wilde ik heel graag zelfstandig wonen zonder begeleiding. Die vrijheid was iets wat ik heel graag wilde.

Hoe ziet die zorg er uit, elke week/elke dag? Telefonisch of thuis? Wie begeleidt jou? Heb je er veel aan?

Een keer per week komt mijn begeleider bij mij thuis, en een keer in de week heb ik telefonisch contact met een andere begeleider van het COT (Cliënt Ondersteunings Team). Ze vragen hoe het met me gaat en of er iets is waar ze mij mee kunnen helpen. Ik vind het heel lastig om hulp te vragen aan anderen, alleen als het echt dringend is. Als het kan doe ik het zelf, ik probeer altijd eerst zelf dingen op te lossen, en

als dat niet lukt dan schakel ik de hulp van mijn begeleiders in. Ik vind het een fijn idee dat ik op hen kan terugvallen, ze doen wat ze zeggen en dat is heel prettig.

Wat deed je 5 jaar geleden? Waar woonde je, werkte je en kreeg je toen ook al begeleiding? 5 jaar geleden... dat was in 2019. Dan moet ik even nadenken hoor... In 2019 woonde ik zelfstandig in Zelhem, toen deed ik alles zelf en kreeg ik geen begeleiding. In die tijd leerde ik iemand kennen en ben ik naar Tiel verhuisd, hier heb ik ook samengewoond. Mijn partner en ik kregen allebei begeleiding, we hadden allebei een eigen begeleider. Het ging destijds



"Mijn wens om zelfstandig te wonen is uitgekomen en daar ben ik heel trots op!"



niet goed tussen mij en mijn partner en vanuit die situatie ben ik begeleid gaan wonen. Vanuit daar ben ik naar Groenendaal gegaan en nu woon ik sinds twee jaar zelfstandig in mijn appartement.

Wat had je 5 jaar geleden tegen jezelf willen zeggen?
Ik was 5 jaar geleden 52 jaar. Dan had ik tegen mezelf gezegd dat ik mijn best moest gaan doen om mijn wens die ik had (zelfstandig wonen) uit te laten komen.

Wat vind je leuk om te doen op een dag?
Ik vind het heerlijk om te fietsen. Ik neem dan brood en koffie mee en dan ben ik de hele dag onderweg! Lekker in het zonnetje. Ook koop ik wel eens stof zodat ik mijn eigen kleding kan maken op de naaimachine. Ik maak dan shirts of een blouse. Ik heb vroeger op naailes gezeten in Lichtenvoorde, en toen ik naar Tiel verhuisde heb ik daar ook naailes gehad. Ik zou best weer wat lessen willen volgen, maar hier in Doetinchem kan ik nog niet iets vinden.

Waar mogen we je voor wakker maken?
Paling! Dat ik vind ik zo lekker, daar kun je me 's nachts voor wakker maken.

Waar ben je trots op?
Dat ik trots op mezelf mag zijn hoe het gaat. Dat ik plezier in het leven heb, zelfstandig woon, dat ik naar mijn zus toe kan wanneer ik dat wil, ik heb werk en ik heb een auto. Ik heb het goed voor elkaar en ik ben tevreden hoe het nu allemaal gaat. Daar ben ik heel blij mee! Ik ben tevreden hoe het nu is, ik heb het goed voor elkaar. Ik had niet verwacht dat ik zo snel een eigen huisje zou hebben, daar ben ik trots op! Ook was mijn grootste wens om zelf een auto te kunnen kopen. Ik werk als schoonmaakster en het geld wat ik daarmee verdien heb ik apart gezet en een auto voor gekocht. Ik vind die vrijheid heerlijk, als ik een keer naar mijn zus in Brummen wil dan kan ik er zelf komen in plaats van dat ik met de bus moet of dat ze me op moet komen halen. Ook kan ik nu boodschappen doen met de auto en kan ik wat meer dingen meenemen. Ik hoef niet bij iedereen te vragen of ze me weg willen brengen of ophalen als ik naar een afspraak moet. Die vrijheid van een eigen auto hebben betekent veel voor mij.

Wie is er belangrijk in jouw leven?
Mijn zus staat op de eerste plek, ik zie haar regelmatig. Ze komt wel eens bij mij of ik ga naar haar toe om een kopje koffie te drinken. Ze is heel belangrijk voor mij en ik heb veel steun aan haar.
Ik heb ook vrienden en vriendinnen, eens in de maand spreken we af bij Streeckgenoot en dan gaan we spelletjes doen en gezellig kletsen. Het is een vast clubje maar soms komen er ook mensen bij zitten die ik niet ken, maar dan maken we er een gezellige avond van. De ene keer bestelt iemand bitterballen en de andere keer bestelt iemand anders wat. De

meeste mensen ken ik er wel! Het is heel leuk, iedereen praat met elkaar en je kunt er jezelf zijn.

Heb je veel aan je buurt?
Hier wonen veel oudere mensen, en het is hier heel rustig. Dat vind ik fijn. Als burens groeten we elkaar en maken we een praatje met elkaar. Er is hier beneden een buurtkamer waar je kunt eten en spelletjes doen, maar daar ga ik niet naar toe. Ik werk overdag en 's avonds en in het weekend is de buurtkamer gesloten.

Ga je wel eens naar het theater, concert of bioscoop?
Nee, ik hou niet zo van het theater of bioscoop. Wat ik wel leuk vind is dansen! Als er in de stad wat te doen is met muziek, bijvoorbeeld met Koningsdag of met het Stadsfeest, dan spreek ik samen met vrienden af om daar heen te gaan. Dan maken we er een gezellige dag van!

Wat wil je over 5 jaar doen in je leven? Heb je een wens of wil je iets bereiken?
Mijn wens is dat ik heel graag een keertje op vakantie wil. Gewoon in Nederland, Limburg lijkt me heel mooi. Samen met iemand een paar dagen weg, want alleen vind ik niet fijn. In een mooi huisje op een vakantiepark, dat lijkt me wel wat. Dat er een zwembad is waar je lekker kunt zwemmen. Vroeger hadden we een caravan, dat mis ik wel eens. Dat lijkt me ook heerlijk, op de camping met mijn caravan en dan genieten van alles om me heen. Het lijkt me ook heel leuk om eens een reis te maken op een cruiseschip, dat je helemaal verwend wordt en lekker aan het varen bent.



Wil jij ook een keer in de spotlight staan? Of ken jij iemand die een plekje in de spotlight verdient? Stuur dan een mailtje naar redactie@zgachterhoek.nl.



Excursies en activiteiten

Glowgolf

Golfen in het donker...

Op dinsdag 5 maart was het weer tijd om in actie te komen in het kader van beweging. Dit keer zijn we naar Winterswijk geweest waar we hebben gegolf! En dat was niet zomaar een balletje slaan, maar in een heel bijzondere omgeving. Namelijk in het donker! Door speciale lampen lichten de banen op, waardoor je de baan kunt zien. Dit heet glowgolf.

Ook al is niet iedereen een geboren glow-golf-talent: we hebben gelachen en veel lol gehad!



Boogschieten en doolhof

Richt de pijlen, en... schiet!

Op donderdag 6 juni zijn we naar Ruurlo geweest, waar we de fijne kneepjes van het boogschieten hebben geleerd. Het vergt aardig wat oefenen om de pijlen midden in de roos te schieten! Maar iemand had geluk en schoot meteen de eerste keer in de roos. Daarna zijn we nog in het langste doolhof van Nederland geweest, met ongeveer 1188 meter aan wandelpad hebben we zeker onze beweging voor die dag gehad. Het was nog even spannend of we met zijn allen terug zouden gaan, want er was 1 iemand verdwaald in het doolhof. Gelukkig kwam hij met aanwijzingen van de groep weer bij de uitgang! We hebben samen nog wat gedronken in het bos en een ijsje gegeten. Het was een hele gezellige middag!



Excursies en activiteiten

Paaslunch

Paaslunch bij de Spot!

Op woensdag 27 maart was het weer tijd voor de jaarlijkse paaslunch bij de Spot! Van 12.00 tot 14.00 uur werd de creatieve ruimte omgetoverd tot een heerlijk lopend buffet.

's Morgens heeft iedereen de mouwen opgestroopt om de lunch zo goed mogelijk voor te bereiden. Iedereen droeg zijn of haar steentje bij door de tafels mooi te dekken, broodjes te smeren, zelf croissantjes te bakken en eieren te koken. Want geen paaslunch zonder een lekker gekookt eitje!

Ook is de paashaas nog even komen buurten, want hij had door het hele gebouw 6 hele speciale kippen verstopt: namelijk grote chocoladekippen. Heb je een chocoladekip gevonden? Dan kon je dag niet meer stuk, want die mocht je houden!

Om 12 uur schoof iedereen aan de mooi gedekte tafels om heerlijk te lunchen. Het was gezellig en drukbezocht, en iedereen heeft heel lekker gegeten.



Verwantendag

Op woensdag 20 maart vond de Verwantendag plaats op de Spot!

De Spot gooide deze dag de deuren open voor iedereen die graag eens bij de Spot wilde kijken. De deelnemers namen hun familie, vrienden en andere mensen mee die belangrijk voor hen zijn om te laten zien waar ze mee bezig zijn en wat er allemaal te doen is bij de Spot. Er waren zelfgebakken cupcakes, een hapje en een drankje mochten niet ontbreken en iedereen vertelde enthousiast over de Spot. Bij de beweegagogen kon je deelnemen aan verschillende activiteiten, in de creatieve ruimte

werden de mooiste fotolijstjes versierd en in de werkplaats was er gelegenheid om een potje te sjoelen. Kortom: er was vanalles te zien én te doen!

Het was een geslaagde middag waarbij we hebben laten zien waar de Spot voor staat en wat er allemaal te doen is. Iedereen die geweest is: bedankt!

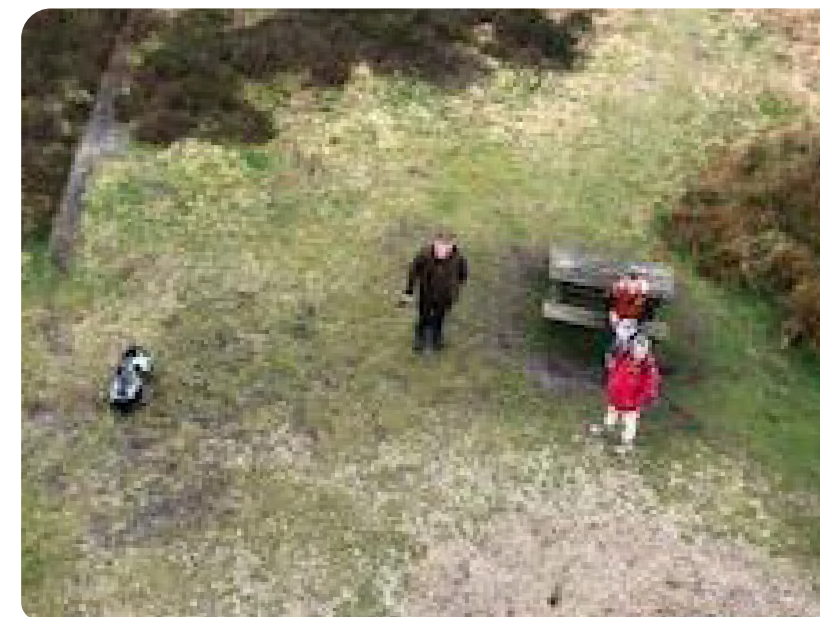
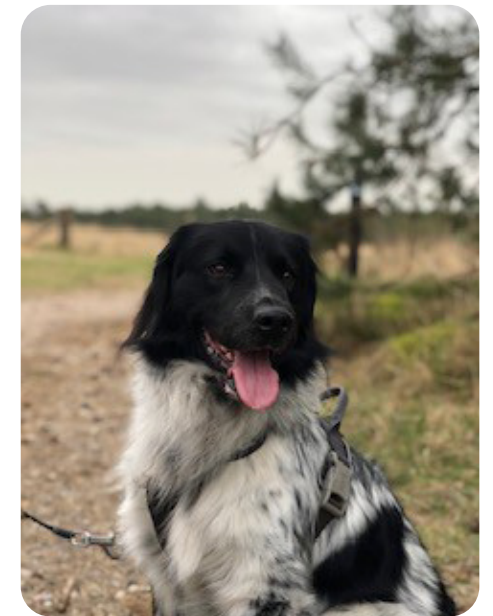


Paaswandeling

Paaswandeling op de Posbank

Op zaterdag 30 maart zijn Esther en Eva samen met een aantal bewoners van de Elzen naar de Posbank geweest, dit is een natuurgebied tussen Arnhem en Dieren. De vriend van Esther (Ronald) heeft een informatieve excursie verzorgd waarbij hij verteld heeft over verschillende onderwerpen over het gebied waar we hebben gewandeld en de natuur. We hebben schedels en geweien gezien van de dieren die er leven, Ronald heeft verteld over de stenen die te maken hebben met de oorlog. Ook hebben we allemaal een folder gekregen met informatie over de wolf. Bewoner Roy heeft voor de lunch gezorgd en heeft voor iedereen een heerlijke clubsandwich gemaakt en we hebben gezellig thee en koffie gedronken.

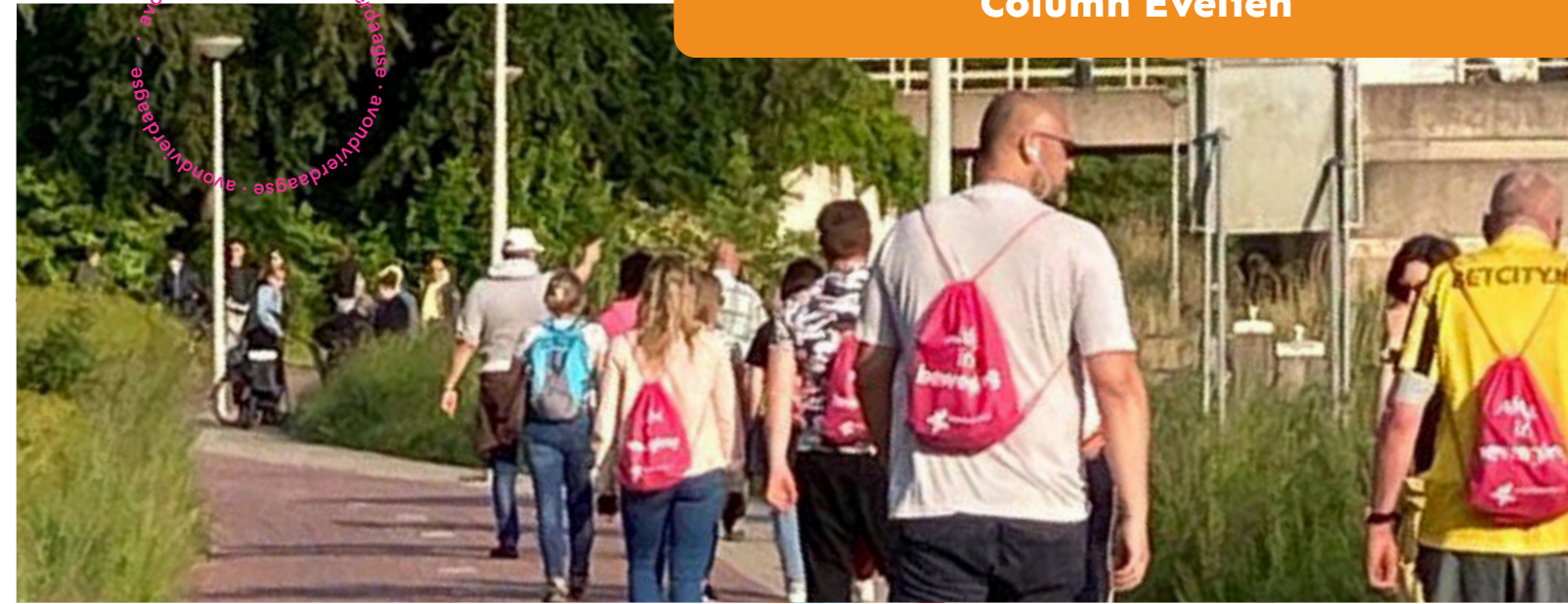
Esther heeft haar camera meegenomen en heeft prachtige foto's gemaakt tijdens de wandeling. Ook Doeke was van de partij, de hond van Esther en Ronald. Het was een hele gezellige en interessante dag, we zijn een heleboel wijzer geworden over het gebied de Posbank. Iedereen heeft genoten!



Avondvierdaagse



Column Evelien



Samen op stap tijdens de Doetinchemse Avondvierdaagse

Het is alweer ruim een jaar geleden dat we met cliënten en medewerkers voor het eerst aan de start stonden van de avondvierdaagse. Dit jaarlijks terugkerende wandelevenement is voor zowel begeleiders als cliënten weer iets om naar uit te kijken. Geïnspireerd door het succes van vorig jaar verschenen we ook dit jaar weer met elkaar aan de start.

Wat hebben we er naar uit gekeken om weer over de vertrouwde, maar ook over de nieuwe paden van onze prachtige stand Doetinchem te mogen wandelen!

Door mee te doen aan de avondvierdaagse bewegen we samen en werken we op een leuke en gezellige manier aan onze vitaliteit en gezondheid. Door samen te bewegen krijg je niet alleen fysiek, maar ook mentaal een enorme boost. Iedereen wil zich graag vitaal en gezond voelen!

Gezondheid is veel meer dan alleen een goede weerstand: tijdens het wandelen ontstaan er mooie gesprekken, er wordt gelachen en samen overwinnen we de vermoeiende kilometers. De avondvierdaagse biedt ook een podium om

gezien en gehoord te worden. De deelnemers zijn de helden van deze vier dagen waarin ze ervaren en laten zien wat doorzettingsvermogen is. Met elke stap vierten we ieders individuele prestaties.

In beweging blijven, zowel letterlijk als figuurlijk, is heel belangrijk voor een levendige en gezonde maatschappij. De avondvierdaagse is voor ons als Zorggroep Achterhoek dan ook niet een evenement zoals zovelen, maar een jaarlijks hoogtepunt waar we verbinding met elkaar en met de stad opzoeken.

De stappen die we hebben gezet tijdens de avondvierdaagse zijn ook stappen naar een gezond leven, en verbinding met elkaar!

Evelien

Bewegings-
agoog





Je moet schieten, anders kun je niet scoren.

Johan cruijff

ZAALVOETBAL

voor alle cliënten met hun begeleiders!



vanaf 26 maart 2024

Elke dinsdag van 15.00 – 16.30 uur

Gymzaal Rozengarde

Bezelhorstweg 115, Doetinchem

Ook gezellig een potje voetballen?

Voor meer informatie kun je contact opnemen met een van de beweegagogen.
Opgeven? Bel, stuur een mailtje of appje naar de Spot.
despot@zgachterhoek.nl of 06 81 33 90 32.

Zaalvoetbal



Elke dinsdag
van
15.00-16.30u!

Voetbal je
mee?

Geschreven door Lucas

Wist je al dat je elke dinsdagmiddag van 15:00 tot 16:30 mee kunt doen met zaalvoetbal? Ook begeleiders van Zorggroep Achterhoek kunnen meespelen!

In sporthal Rozengarde (gevestigd in het gebouw van het zwembad) wordt sinds kort gezellig gevoetbald onder leiding van bewegingsagoog Mike. Als hij verhinderd is voetbalt activiteitenbegeleider Ben van De Spot met ons mee. Er zijn verschillende goede voetballen gekocht en we hebben op de dinsdagmiddag de hele zaal voor ons alleen.

We zijn begonnen met een klein groepje en daarom hebben we momenteel te weinig spelers voor een officieel partijtje. Toch hebben we een wedstrijdje gespeeld waarbij Mike de Kameleon was. Dit houdt in dat Mike aansluit bij het team dat op dat moment in balbezit is. Hij wisselt dus telkens van team.

Daarnaast hebben de deelnemers de tijd om aan hun techniek te werken. We schieten om de beurt op doel en proberen de keeper te verrassen en te scoren. Het gaat echter vooral om het plezier van het sporten en bewegen. Het is heel gezellig en gelachen wordt er zeker ook. Iedereen die Mike kent weet dat hij veel humor heeft. Daardoor ontstaat er een leuke sfeer tijdens het voetballen.

Mike heeft sinds een tijdje een nieuwe telefoon. In de grote sporthal ligt die nergens echt veilig. Verschillende malen werd de telefoon op een haar na vol geraakt door de bal. Een kleine tip van mij is om de telefoon voortaan in een kluisje te leggen. Hiernaast staan een aantal mooie foto's van het zaalvoetbal, gemaakt uiteraard met de mobiel van Mike.

Als je enthousiast bent na het lezen van dit artikel en het zien van de foto's, of als je een keertje vrijblijvend mee wilt doen, meld je dan aan bij De Spot of Mike!



Privacy



Hoe zit het eigenlijk met jouw Digid gegevens?

De laatste tijd hoor je bijna niet anders: je privacy. Van de wachtwoorden op je computer, de cookies als je een website bezoekt en wat gebeurt er met je gegevens als je iets via internet bestelt?

We gaan nu wat dieper in op specifiek een kopie van je ID kaart en hoe je je Digid zo veilig mogelijk houdt. Want heb je wel eens je paspoort afgegeven om Je ID-kaart of paspoort en je Digid inloggegevens is persoonlijke informatie die je niet zomaar met iedereen moet delen. Het is belangrijk dat je hier voorzichtig mee omgaat! Daarom hebben we wat tips op een rijtje gezet hoe je hier veilig mee omgaat.



Digid app



Tips Digid

- Houd je wachtwoord geheim en vertel het aan niemand
- Vraag iemand die je vertrouwt om je te helpen
- Stel in dat je bij het inloggen altijd een extra code via de app DigiD, via sms of e-mail nodig hebt.

Kopie ID kaart/paspoort

- Geef je ID of paspoort niet zomaar af aan andere mensen
- Niet iedereen mag zomaar een kopie van jouw ID of paspoort maken. Vraag waarom dat nodig is.
- Gebruik de app van de overheid om veilig een kopie van jouw ID of paspoort te maken. Deze app heet: **KopieID**



- Maak op de kopie je BSN-nummer onleesbaar. Deze staat op de achterkant en aan de voorkant onderaan in de cijferreeks.
- Schrijf op de kopie dat het een kopie is.
- Schrijf op de kopie voor wie of waarvoor de kopie is bedoeld.
- Schrijf op de kopie de datum waarop je de kopie afgeeft.



Recept



Tortellinisoep met spinazie

Nu het lekkere weer er aan komt hebben we een snel recept voor je. Hiervoor hoef je niet lang in de keuken te staan, des te sneller kun je weer lekker naar buiten! Simpel, snel en dan ook nog eens gezond én lekker! Meer heb je niet nodig toch? Lekker stokbroodje er bij en genieten maar!

Eet smakelijk!

Heb jij nog een lekker recept dat je wil delen met de lezers van de cliëntennieuwsbrief? Stuur een mailtje naar redactie@zgachterhoek.nl en wie weet ben jij de volgende die in deze rubriek verschijnt!

BOODSCHAPPENLIJSTJE

1 liter groentenbouillion
400 gram soepgroenten
400 gram (1 blik) cannellini bonen
220 gram tortellini
400 gram verse spinazie
1 eetlepel rode pesto
50 gram Parmezaanse kaas

RECEPT IN STAPPEN

1.

Breng de bouillon in een soeppan aan de kook. Voeg de soepgroenten toe en laat ongeveer 10 minuten koken.

2.

Voeg de bonen en de tortellini toe en kook 8 minuten mee totdat de pasta gaar is.

3.

Voeg de spinazie toe en laat slinken.

4.

Breng de soep op smaak met de rode pesto, peper en zout.

5.

Serveer de soep in kommen en schaaft wat Parmezaanse kaas er over heen.



Eet smakelijk!

Tip

Toch een stukje vlees er bij? Snij wat worstjes van goede kwaliteit aan stukjes en bak deze in een pan met een beetje boter op hoog vuur gaar. En klaar zijn je soepballen!

Woonlocatie Korenveen



Zorggroep Achterhoek bouwt samen met ZoZijn en GGNet aan Park Achterhoek in Winterswijk.

Zoals je in de vorige nieuwsbrief hebt kunnen lezen bouwt Zorggroep Achterhoek samen met ZoZijn en GGNet aan een nieuwe locatie in Winterswijk: Park Achterhoek. Achter de schermen wordt er hard gewerkt om de bouw en alles wat daarbij hoort soepeltjes te laten verlopen.

Inmiddels is ook de nieuwe naam van de nieuwe woonlocatie in Winterswijk bekend. Er is gekozen voor **Korenveen**, een verwijzing naar het natuurgebied 'Korenburgerveen', wat dicht bij de nieuwe woonlocatie ligt.

Bij Korenveen woon je (langdurig) zelfstandig met begeleiding. Je persoonlijk begeleider helpt je met het maken van keuzes in je leven en ondersteunt je om dit vol te houden en te ontwikkelen. Ook kun je hulp krijgen met bijvoorbeeld administratie, huishouden, gezondheid of een ander levensgebied. Naast een zelfstandig appartement zijn er ook gemeenschappelijke ruimtes waar je andere bewoners kunt ontmoeten, mijlpalen vieren, koken en samen eten. Het centrum van

Winterswijk is dichtbij maar je kunt ook de rust opzoeken in de natuur.

Naast Zorggroep Achterhoek zijn er nog een aantal organisaties die zich op Park Achterhoek zullen vestigen. Samen met GGNet, ZoZijn en BijzonderGewoon bundelen we onze krachten om samen zo goed mogelijke zorg te kunnen bieden.

GGNet opent een woonlocatie in combinatie met de mogelijkheid voor diverse behandelingen. ZoZijn start met een dagbesteding op Park Achterhoek. Bijzonder Gewoon runt de Dorpsakker, een mooi stuk grond nabij Park Achterhoek waar medewerkers, vrijwilligers en mensen met een afstand tot de arbeidsmarkt de handen uit de mouwen kunnen steken. Samen met zorgprofessionals en een enthousiast team zorgen zij voor verse groenten en fruit voor de inwoners van Winterswijk en omgeving.



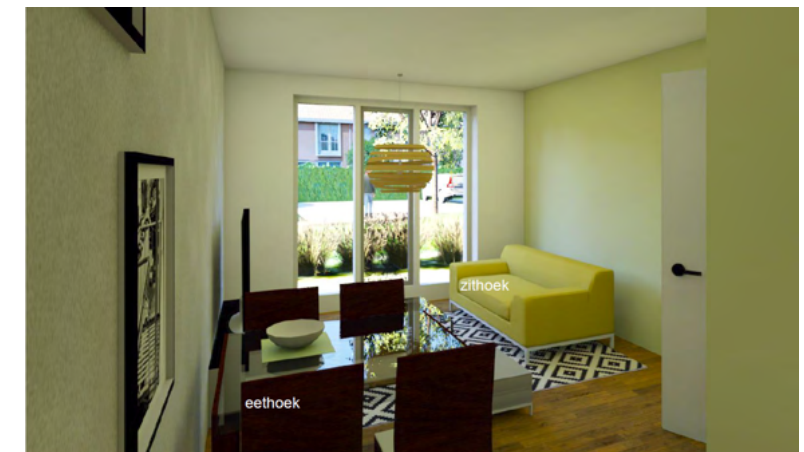
Woonlocatie Korenveen



Bij woonlocatie Korenveen worden 30 zelfstandige woningen gebouwd. Hieronder zie je een impressie hoe de woningen er uit komen te zien!

Wonen bij woonlocatie Korenveen in Winterswijk.

Scan de QR code en schrijf je in voor de digitale nieuwsbrief. Zo blijf je als eerste op de hoogte van alle ontwikkelingen!



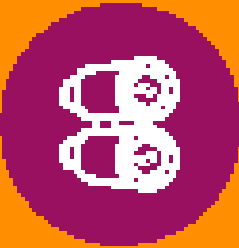
DigiZorg



DigiZorg 1

COT WORDT DIGIZORG!

Binnen Zorggroep Achterhoek gaan we de komende tijd aan de slag met het project DigiZorg. Ook onze cliënten krijgen met DigiZorg te maken. In dit bericht vertellen we je wat we willen gaan doen en waarom dit zo belangrijk is. Op de vraag hoe we het precies gaan doen willen we de komende tijd samen met jullie de antwoorden vinden.



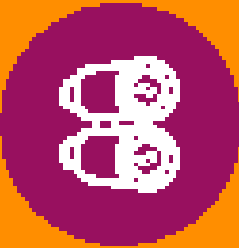
WAAROM?

Het wordt steeds ingewikkelder om goede medewerkers te vinden. Dat komt omdat er steeds meer ouders mensen zijn die zorg nodig hebben. Het aantal jonge mensen die in de zorg willen werken wordt juist minder. Oudere medewerkers gaan met pensioen en er is steeds minder instroom van nieuwe medewerkers, maar de vraag voor zorg wordt alleen maar meer. Als we zo doorgaan, zullen de zorgkosten steeds verder stijgen.



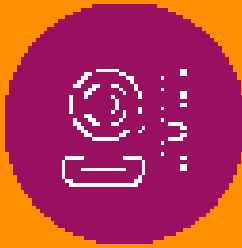
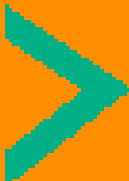
DIGIZORG IN DE TOEKOMST

In de toekomst moet er ook goede zorg zijn, voor iedereen. Daarom moeten we kijken naar nieuwe mogelijkheden. We moeten nieuwe manieren zoeken om iedereen van goede en passende zorg te kunnen voorzien. We zijn in ontwikkeling. Het programma waar we mee gaan werken is al bekend: CareScreen. We hebben hiervoor gekozen omdat dit gebruiksvriendelijker is en er meer mogelijkheden zijn om de zorg nog beter in te richten.

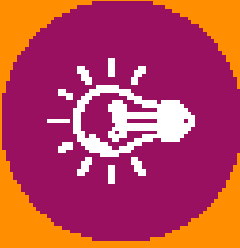


WAT IS DIGIZORG?

Via DigiZorg kun je digitale hulp vragen als je daar behoefte aan hebt. Dit noemen we beeldschermzorg. Dat kan op afspraak, maar ook als je meteen iemand nodig hebt staan er medewerkers voor je klaar. Doordat er altijd iemand stand-by staat kun je terugvallen op deze hulplijn. De mensen die momenteel gebruik maken van Minddistrict gaan als eerste over op CareScreen.



HOE PAKKEN WE DIT AAN?



- * De kwaliteit van zorg aan onze cliënten moet in orde zijn
- * Wat we doen moet passen bij Zorggroep Achterhoek en waar we voor staan
- * We blijven op zoek naar nieuwe kansen en mogelijkheden
- * We betrekken jullie bij de vraag hoe we dit gaan doen

Wil je meedenken en meehelpen om DigiZorg verder te ontwikkelen binnen Zorggroep Achterhoek?
Meld je bij je begeleider.

ZGA Doet Cultuur

Onze Razende Reporter Lucas was een van de gelukkigen die naar de Johnny Cash Roadshow mocht in het Amphion. Hij deelt graag zijn ervaring!

Op een doordeweekse dag werd ik gebeld door de Spot. Of ik zin had om naar het Amphion Theater te gaan? Dat had ik zeker! Al eerder ben ik naar een toneelstuk geweest via Zorggroep Achterhoek. Een avond theater is altijd een mooie ervaring om mee te maken.

Samen met een vriend van mijn vrijwilligerswerk zag ik die vrijdagavond een concert van de Johnny Cash Roadshow. Wat hebben we een mooie show gezien van maar liefst 2 uur. De Johnny Cash Tribute band uit Engeland zette een hele energieke show neer. Dit terwijl op het scherm achter hen foto's en video's van de echte Johnny Cash voorbijkwamen. Er werden veel country liedjes van Johnny Cash gespeeld, maar ook songs uit zijn gospel periode kwamen voorbij. Natuurlijk mocht ook zijn bekendste hit "Hurt" niet ontbreken.

We hadden mooie zitplaatsen op het balkon en konden alles daardoor goed zien en meemaken. De zaal was goed gevuld en de muziek stond erg hard. Maar dat mocht de pret zeker niet drukken. Al met al hebben we een hele mooie theateravond beleefd.

Heb jij ook zin om een keer naar het Amphion Theater te gaan? Neem dan contact op met de Spot!

Als je vragen hebt of je wil je graag opgeven voor een bepaalde show, neem dan contact op met de Spot. Zij helpen je graag verder! Stuur een mailtje naar despot@zgachterhoek.nl of bel/app naar 06 81 33 90 32.



Eva, Roy, Destiny en Bram bij Murder on the Orient Express

Voor dit seizoen zit ZGA Doet Cultuur er op! Maar niet getreurd... voor het aankomende seizoen staan er weer een aantal hele mooie shows op het programma. Hou de nieuwsbrief in de gaten en wie weet zit jij binnenkort wel in het theater!



Ik heb een vol hoofd

Ik doe niks goed

Ik heb moeite met samenwerken

Ik kan niet ontspannen

Ik zit niet lekker in mijn vel

Het lukt niet om positief te zijn

Ik heb last van vage lichamelijke klachten

Ik heb moeite met structuur aanbrengen



Herken je jezelf in een of meer van bovenstaande punten? Denk dan eens aan PMT!

We helpen je met: ontspannen, positief denken en regelmaat aanbrengen. Je krijgt duidelijke handvaten en oefeningen waar je mee aan de slag kunt gaan. Dat hoeft geen lange weg te zijn: met een duidelijke vraag kunnen we in een periode van een paar weken al veel bereiken.

Heb je vragen of wil je meer weten?
Onze PMT-ers Serena en Esther staan voor je klaar!



Serena: Bel/app naar 06 48 44 30 65 of mail naar s.vanoverbeeke@zgachterhoek.nl.
Esther: Bel/app naar 06 46 91 70 17 of mail naar e.hesselink@zgachterhoek.nl.



Bij zwangerschapsverlof hoort natuurlijk een babyshower! Kylie werd dan ook flink in het zonnetje gezet op haar laatste werkdag voordat ze met verlof ging. Slingers, wat lekkers, cadeautjes, een spel... het ontbrak aan niks en Kylie werd goed verwend. Inmiddels kunnen we het mooie nieuws delen dat op 30 april haar zoontje Damon is geboren!

Ook activiteitenbegeleider bij de Spot Heike is inmiddels moeder geworden van haar tweede kindje, zoon Joes is geboren op 30 mei. Ook Heike werd op de Spot verrast met een babyshower en geniet inmiddels, net als Kylie, van haar verlof.



In de spotlight: Kylie



Deze keer in de spotlight:
Kylie, activiteitenbegeleider de Spot.

Wat maakt jouw dag?

Een lekker ontbijtje om mee te beginnen (croissantjes!).

Wat vind jij leuk om mee bezig te zijn?

Tekenen en Do-It-Yourself decoratiestukken met bijvoorbeeld hout maken.

Wat brengt jou in beweging?

Mijn honden en als het buiten lekker zonnig is.

Waar ben jij trots op?

Mijn man en kind(eren over een paar weken).

Wat maakt jouw gezelligheid?

Spelletjes, muziek, eten en grapjes.

Naar welke voorstelling in het theater zou je nog een keer willen?

Ik wilde graag naar the Lion King, maar volgens mij speelt die al niet meer in Nederland.. Oeps

Als jij een regisseur was van een film, waar zou het dan over gaan?

Dan zou het een horrorfilm zijn (dit kijk ik zelf het liefst), over allerlei enge dingen, behalve over clowns.

Als alles kan en mag, wat zou je dan willen wensen?

Dat ik mijn geliefden voor altijd bij mij mag hebben.



Column Lucas

Onze reporter Lucas woont bij Groenendaal en we kunnen wel stellen dat hij een bezige bij is! Naast dat hij zich sinds kort inzet voor de nieuwsbrief, is hij ook vrijwilliger bij woonzorgcentrum Schavenweide. Hij vertelt graag wat hij daar zoal doet en waarom hij zijn vrijwilligerswerk zo leuk vindt.

In maart 2021 ben ik op Groenendaal komen wonen. Vier dagdelen per week ben ik op de Spot aan de slag gegaan. Daar heb ik een hele leuke tijd gehad, en eigenlijk wilde ik er nog meer naast doen om me in te zetten voor de maatschappij en een nuttige tijdsbesteding te hebben. In gesprek met mijn PB-er kwam ik er achter dat werken met ouderen mij wel interessant leek. We stuurden een open sollicitatie naar verzorgingshuis Schavenweide. Gelukkig mochten we op gesprek komen en werd ik aangenomen!

In het begin ging ik aan de slag op de afdeling groepswonen, waar mensen wonen met dementie. Met twee heren wandelden we twee keer per week. Vaak gingen we naar de Spar om daar koffie te drinken. Ook het bezoek aan tuincentrum Vriezen stond regelmatig op het programma. Gelukkig zijn deze twee winkels dicht in de buurt. Nog steeds vinden ouderen het heel leuk om bij het tuincentrum te kijken naar alle planten.

Lucas

Razende Reporter

Tegenwoordig werk ik drie ochtenden op een reguliere afdeling van Schavenweide. Voor de ouderen kan ik een luisterend oor zijn, en hen helpen met praktische zaken zoals het ophalen van de post. Of samen naar de hoorwinkel om batterijen te kopen voor het gehoorapparaat. Ook ben ik eens met een meneer naar de tandarts geweest omdat hij kiespijn had. Samen hebben we de praktijk gebeld en zijn we er naartoe gegaan. Ook deze praktijk zit gelukkig dichtbij, en het voelde goed om op deze manier te kunnen helpen.

Er wonen veel verschillende ouderen op Schavenweide met uiteenlopende interesses. Daarom zijn er veel activiteiten waar ze aan mee kunnen doen. Van bloemschikken en bingo, tot tekenen en schilderen. Ook is er een keer per maand een geestelijke gespreksgroep waar ouderen over het christelijk geloof kunnen praten. Het thema wordt voorbereid door de geestelijk verzorgers Helmi en Edwin. Het is om mooi om te zien hoeveel tijd en aandacht Edwin heeft voor iedereen in de groep. Sinds kort ben ik hier ook bij om koffie te schenken en te helpen.

Er zijn ook vrijwilligers die de koffierondes verzorgen. Daarmee voorzien ze iedereen van een kopje koffie, thee of fris en hebben ze vaak een gesprekje met de ouderen wat heel waardevol is. Af en toe drink ik ook met hen een kopje koffie in het restaurant om bij te praten. Eén van deze vrijwilligers is Tom, met wie ik bevriend ben geraakt. Hij houdt ook van voetbal kijken, wat we dan ook regelmatig doen. We gaan ook weleens naar de bioscoop of het theater. Eens per jaar is er een vrijwilligersavond en dan is goed te zien hoeveel mensen zich eigenlijk vrijwillig inzetten voor de ouderen. Deze avonden zijn vaak heel gezellig en onder het genot van een hapje en drankje kunnen we bijpraten en elkaar ontmoeten. Al met al ben ik blij dat ik nu al bijna drie jaar in Schavenweide werk!

Lentepuzzel



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

APRIL	LENTEBRIES
BLOEIEN	MEI
BLOEMEN	NARCISSEN
BLOESEM	NATUUR
HYACINT	NESTJES
JAARGETIJD	SEIZOEN
JONGEN	TREKVOGELS
KALFJES	TULPEN
KROKUSSEN	VOORJAAR
LAMMETJES	ZAAIEN
LENTEBLOEM	ZONNEBRIL

Oplossing

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Heb je vragen of aanvullingen voor deze nieuwsbrief, mail dan naar redactie@zgachterhoek.nl

Voor vragen over zorg kun je mailen naar info@zgachterhoek.nl of bel naar (0314) 362 990.

jouw eigen leven leiden

jouw eigen leven leiden

jouw eigen leven leiden

jouw eigen leven leiden

jouw eigen leven leiden

jouw eigen leven leiden

jouw eigen leven leiden

jouw eigen leven leiden

Wist je dat...

Op de hoogte blijven van de laatste nieuwtjes? Volg ons op social media!

... de zomerbbq bij de Spot dit jaar op donderdag 11 juli plaatsvindt?

... de weggeefkast bij de Spot in een nieuw jasje is gestoken? Kom snel kijken!

Clïentennieuwsbrief lente/zomer 2024
© redactie Zorggroep Achterhoek

Heb je vragen, klachten of opmerkingen over de inhoud van deze nieuwsbrief? Mail deze dan naar redactie@zgachterhoek.nl.

DISCLAIMER: Ondanks alle zorg en aandacht die wij besteden aan de samenstelling van deze nieuwsbrief kan de redactie van de ZGA Clïentennieuwsbrief niet instaan voor de volledigheid, juistheid of voortdurende actualiteit van de gegevens en de inhoud van deze uitgave. Beweringen of meningen, geuit in artikelen zijn die van de auteurs en niet (noodzakelijkerwijs) die van de organisatie.

