

Heel lang geleden, in 1345, stichtte Hendrik van Neynsel het Neynsels Gasthuis, dat opvang bood aan 13 arme vrouwen. Nu, honderden jaren later, vinden vele ouderen in 's-Hertogenbosch en Vught een fijne woonplek, liefdevolle zorg en de leukste activiteiten bij Van Neynsel. En Hendrik? Hendrik van Neynsel leeft voort in de gepassioneerde werknemers en vrijwilligers van Van Neynsel. Zijn naam siert nog altijd onze gevels.

Din Hendrik

Jaargang 7

#22

Juni 2024

In deze editie:

Pagina 4

Van Neynsel



Vestingloop

Pagina 2

**Valpreventie:
soepel blijven
bewegen**

Pagina 5

**Een baantje
trekken**

Pagina 6

**Hoever stappen
zetten onze
medewerkers?**

Van Neynsel

Oog voor elkaar



In beweging

Heeft u het gehoord of zelfs gezien? Bijna honderd medewerkers van Van Neynsel hebben in mei meegedaan aan de Bossche Vestingloop. In een opvallend geel VanNeynsel-shirt met daarop een groot hart voor de zorg, wandelden en renden collega's door de prachtige omgeving en de prachtige stad van Den Bosch. Mijn vrouw en ik deden ook mee. Omdat we graag hardlopen, maar ook omdat ik ontzettend blij werd van dit initiatief vanuit de organisatie.

Een fanatieke collega trok de kar en kreeg al snel andere enthousiastelingen mee. En echt niet alleen collega's die fanatiek (hard) loper zijn. Nee, juist ook mensen die zich inschreven vanwege de gezelligheid, vanwege het sociale aspect of om te onderzoeken of deze vorm van lichaamsbeweging iets voor hem/haar zou zijn. En zo kwam het dat er 90 Van Neynsel-medewerkers op 26 mei aan de start verschenen. 'De gezelligste loop van Nederland' noemt de Vestingloop zichzelf. En dat kunnen wij inmiddels beamen!

Vooruit blijven gaan

Iedereen weet dat bewegen belangrijk is. Voor de lichamelijke en geestelijke gezondheid, maar ook om vooruit te blijven

gaan. Letterlijk en figuurlijk. Zelf houd ik het voornamelijk bij hardlopen en fietsen. Dat fietsen is inmiddels een gezamenlijke uitdaging geworden van mijn vrouw en mij. Afgelopen zomer – net voordat ik bij Van Neynsel begon – zijn we van Rome naar huis gefietst: 2.400 kilometer in zes weken tijd. We volgden grotendeels de toeristische Reitsma's Route, die door mooie, afwisselende landschappen en sfeervolle oude steden en dorpen voert. Het was een ervaring voor het leven.

Op de fiets in Corsica

We hebben de smaak te pakken. Als deze d'n Hendrik verschijnt, zitten wij op de fiets op Corsica, waar we een tocht van 600 kilometer gaan afleggen. Naar het schijnt één van de zwaarste fietstochten van Europa. We hebben weliswaar elektrische fietsen, maar de berg op is zelfs met ondersteuning nog best pittig. Bovendien haalt de accu het niet als je continu op maximale stand rijdt, dus ook daar moet je rekening mee houden.

Onze motivatie om veel te sporten en bewegen is eigenlijk simpel: we willen graag gezond en vitaal zijn, en ook op die manier ouder worden. Zo kan ik ook meteen een mooi bruggetje slaan naar Van Neynsel. Want voor een organisatie geldt hetzelfde: de organisatie moet in beweging blijven om gezond en vitaal te blijven. In de ouderenzorg is die noodzaak om te bewegen

misschien wel groter dan ooit: we moeten ons voorbereiden op de vergrijzingsgolf met gelijktijdig een krimp van de arbeidsmarkt en een tekort aan zorgmedewerkers. Bewegen is geen keuze meer, we moeten wel. En als bestuurder vind ik dat ook juist de uitdaging. Samen zoeken naar alternatieve oplossingen, naar innovaties, naar toekomstbestendige werkwijzen. Zodat medewerkers én bewoners zich gezien, gehoord en begrepen blijven voelen.

Vanuit de organisatie meedoen aan de Vestingloop past daar ook bij: want gezonde en vitale medewerkers zitten goed in hun vel en zijn in staat om de beste zorg en aandacht aan bewoners, cliënten en elkaar te geven. Samen vormen we tenslotte de organisatie. Achter de schermen werken we hier ook hard aan. We bieden workshops, trainingen en begeleidingstrajecten voor medewerkers die zich mentaal en/of lichamelijk willen ontwikkelen. We hebben sinds enige tijd vers fruit beschikbaar voor onze mensen, waar veel gebruik van wordt gemaakt. Het zijn de kleine dingen die het verschil maken, en de kleine dingen die maken dat mensen zich gezien voelen.

Ik wens iedereen een mooie zomer toe. ●

Marco Verheul
bestuurder Van Neynsel

Rust roest, dus blijf in beweging

Rust roest. Een cliché eerste klas, maar voor fysiotherapeut Elke van Nunen – en heel veel vakgenoten – nog steeds een soort mantra. "Ons lichaam moet blijven bewegen. Dan blijft het bloed stromen, blijven lijf en ledematen soepel en houden we ons brein fit. Daar continu op hameren is een kerntaak van de fysiotherapeut."



Al vijftien jaar werkt Elke bij Van Neynsel, en in die jaren heeft ze misschien wel duizenden bewoners en cliënten bijgestaan.

"Een groot verschil met vroeger is dat we een meer coachende en adviserende rol hebben. Ons werk is preventiever geworden, waarmee we bedoelen dat we mensen zo lang mogelijk zelfstandig willen houden. Goed kunnen bewegen is hierbij onmisbaar, want dan kun je jezelf blijven aankleden, zelf naar het toilet blijven gaan, in de keuken naar de kastjes reiken en je eigen maaltijd verzorgen. Allemaal zaken die van groot belang zijn in het houden van je eigen regio en dus bij kwaliteit van leven."

Een gemiddelde werkdag beschrijven is lastig. "Je ziet veel verschillende mensen, met elk hun eigen verhaal, kwaal en/of klacht. Bij de één werk je vooral aan pijn- of klachtenbestrijding, bij de ander richt je je op herstel na een heupoperatie."

Superkorte lijntjes

Van Neynsel heeft 14 fysiotherapeuten in dienst, die verspreid over de locaties en in

de wijk werken. Een professioneel team dat nauw samenwerkt met bijvoorbeeld de ergotherapeuten en zorgmedewerkers. "Dit is de meerwaarde van ons in vergelijking met externe fysiotherapeuten", vertelt Elke. "Onze lijntjes zijn superkort en we hebben indien nodig meteen andere disciplines aangehaakt, zoals de ergotherapeut, diëtist, specialist ouderengeneeskunde of de eerst verantwoordelijke verzorgende van de bewoner in kwestie."

Beweegroutes

De fysiotherapeuten willen bewoners van de locaties dus in beweging houden en/of krijgen. Daarom is de beweegroute in het leven geroepen. Enkele jaren geleden werd deze bij De Taling opgezet, en inmiddels zijn ook De Grevelingen en Antoniegaarde aangehaakt. Het principe is heel simpel: verspreid over een of twee etages hangen posters met daarop oefeningen die in verschillende niveaus te doen zijn. Voor iedereen geschikt dus: zowel de mobiele bewoner als de bewoner die in een rolstoel zit. "Dus kom in beweging", roept Elke op. "De beweegroute volgen kan alleen, maar is nog gezelliger als u het samen met een naaste of mede-bewoner doet." ●



Naam
Elke van Nunen
Functie:
Fysiotherapeut
Werkzaam bij:
De Grevelingen en in de wijk (thuiszorg)



Op de foto begeleidt Elke mevrouw Sonja Meisenbourg, bewoner van De Grevelingen, die gebruik maakt van de MOTOMed bewegingstrainer.

"Zelfstandig blijven is voor mij het allerbelangrijkste", vertelt mevrouw Meisenbourg. "Ik hou van fietsen en vroeger ging ik graag op de fiets naar mijn werk. Ik ben zo blij dat deze fiets er is. Als ik fiets, denk ik: 'Wat goed dat ik dat nog kan! Ik wil nog zo graag bewegen, al zit ik sinds een tijdje in een elektrische rolstoel. Ik merk ook aan mijn beenspieren dat het goed is om te fietsen. Ik doe dit twee keer per week onder begeleiding van Elke." Elke: "Op het scherm kun je kiezen waar je fietst en zie je de route. Naast steden in Nederland kun je ook plaatsen in Indonesië kiezen, zoals Jakarta. Sonja: "Daar ben ik opgegroeid en heb ik geleerd om te fietsen. Het verkeer is daar wel een beetje hectisch. Als mijn broer op visite komt, dan zegt hij: 'Gaan we nog een stukje fietsen?' Dan fiets ik en zit hij naast me. Zeggen we tegen elkaar: 'weet je nog vroeger'."

Valpreventie: soepel blijven bewegen

Op dinsdagochtend komt een klein clubje bewoners van Wij zijn Zuiderschans samen om ervoor te zorgen dat ze zo soepel mogelijk blijven bewegen. Dan vindt de zogenoemde valpreventieles plaats. Docent Marije vertelt:



'Een deel van deze les gaat over het sterker maken van houdingspijlen om te voorkomen dat je valt. Een ander deel van de les bestaat uit zorgen dat je soepel kunt blijven bewegen. Dat je nog voldoende bewegingsvrijheid hebt in je lijf. We zijn geneigd vaak in dezelfde patronen te bewegen (zeker naarmate we ouder worden). Als je je lijf niet uitdaagt om zo multidimensionaal mogelijk te bewegen, kun je het op een gegeven ogenblik ook niet meer. Met als

resultaat dat je niet meer zo soepel beweegt als vroeger, want je beweging is ingeperkt. Ze zeggen in het Engels dan ook 'if you don't use it, you lose it'. Vrij vertaald: wat je niet gebruikt, raak je kwijt. Het goede nieuws is: je bent nooit te oud om die bewegingsvrijheid terug te winnen. Maar dan moet je wel iets anders/iets nieuws doen met je lijf.

Tijdens de valpreventieles doen we de oefeningen staand of liggend. Als dat niet

meer gaat, geef ik alternatieve oefeningen voor op een stoel. Een bijkomstig voordeel van oefeningen op de vloer doen, is dat we dan meteen oefenen met opstaan. Mocht het namelijk toch een keer voorkomen dat je valt, dan is het wel zo fijn als je zelf kunt opstaan, zonder hulp van anderen.

Sluit gerust een keertje vrijblijvend aan. Graag tot een dinsdagochtend 9.00 uur bij Wij zijn Zuiderschans. ●



U vindt de beweegroutes hier:
De Grevelingen:
eerste en tweede verdieping (bij de inleunwoningen).

Antoniegaarde:
de begane grond (in het nisje bij de fysiotherapieruimte), en op de eerste en tweede verdieping van het hoofdgebouw.

De Taling:
op de eerste verdieping rondom het Atrium.

Van Neynsel Vestingloop

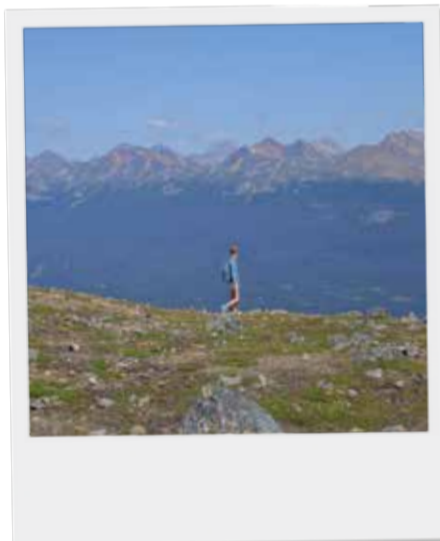
Een aantal sportievelingen zag het helemaal zitten: namens Van Neynsel meedoen aan de Vestingloop, en zoveel mogelijk collega's vinden die meedoen. Zo gezegd, zo gedaan.

Bijna 100 medewerkers verschenen zondag 26 mei aan de start van het recreatieve loop- en wandelevent. Samen een mooie dag beleven en – in sommige gevallen – ook sportieve grenzen verleggen. Daar draaide het om!

Deze d'n Hendrik ging voor 26 mei naar de drukker, dus foto's van de Vestingloop zelf kunnen we niet delen. Een aantal collega's vertelde wel graag over hun voorbereidingen:

Nicole van Lare manager vastgoed

'Weer eens een andere wandeling!'



'Wandelen helpt mij om mijn blik open te zetten. Letterlijk ver te kijken, in beweging zijn, in de natuur zijn en mijn hoofd leegmaken. Of juist op goede ideeën komen. Maar ook voor mij geldt; ik haal er nog meer plezier

uit als het een nieuwe omgeving of uitdaging is. En daarom doe ik mee aan de Vestingloop. Want er zijn niet alleen hardloonderdelen, maar ook wandelonderdelen: 10 of 25 kilometer. Een prachtig uitgezette route in en rond 's-Hertogenbosch. Voor mij weer een nieuwe omgeving. En leuk want ik heb nog nooit met zo'n wandelevenement meegedaan!'

Flavienne van Oort
beleidsadviseur

'Je kunt veel meer dan je denkt'



'Ik loop regelmatig, maar niet vaak langere afstanden. Bij de Vestingloop heb ik me ingeschreven voor de 10 kilometer. Ik doe mee omdat ik het zo leuk vind dat collega's dit initiatief namen. We lopen met een flink aantal collega's samen en verzamelen 's morgens in de buurt van de start. Een keer op een andere manier met collega's omgaan is waardevol voor de band die je hebt. Plus: ik loop dan eens een andere route in een nieuwe omgeving.

De eerste zondag van mei heb ik de meeste kilometers gemaakt wat betreft training. 23 kilometer in totaal. Toen deed ik met een vriendin mee aan het dauwtrappen. In de meimaand – Mariamaand – is dit een happening waarbij veel mensen in alle vroegte naar de Sint-Jan in Den Bosch lopen.

Wij vertrokken om 5.15 uur met 120 dorpsgenoten en harmonie Kunst Adelt voorop. Pas toen het licht werd ging de harmonie muziek maken, want daarvoor konden ze de bladmuziek nog niet lezen. Het was een hele bijzondere happening. We ontbeten halverwege, en toen we in Den Bosch door de Vughterstraat kwamen, zagen we in de bovenwoningen allemaal mensen in badjas of pyjama nieuwsgierig naar buiten kijken. Om 8.00 uur zaten we bij de Heilige Mis in de Sint-Jan. Het was ver lopen, maar zo leuk om meegemaakt te hebben.

Als je vooraf zou hebben gevraagd 'ga je mee 23 kilometer op één dag lopen', dan had ik 'nee' gezegd. Maar als je eenmaal bezig bent, merk je het dus echt niet. Je kunt altijd veel meer dan je denkt.'



Eline Laro specialist ouderengeneeskunde

'Iedere week een klein stapje erbij'

'Vorig jaar heb ik ook de 25 kilometer gelopen met de Vestingloop. Daarvoor wandelde ik wekelijks wel even een uurtje, maar zo lang achter elkaar: dat lukte mij niet meteen. Daarom ben ik gaan trainen: iedere week een klein stapje erbij. Bijna iedere week plakte ik er 30 minuten aan vast, tot ik dan uiteindelijk op ongeveer 25 kilometer uitkwam.

En het heeft zijn vruchten afgeworpen: ik kwam over de finish! Erg mooi om de omgeving van Den Bosch op deze manier beter te leren kennen. Daarnaast is het bijzonder om dit met een grote groep te doen: het verbindt. Dus extra leuk om het dit jaar samen met zoveel collega's te kunnen doen!'

Vina Sahtoe geriatriefysiotherapeut

'Schoentjes aan en gas er op!'

'Deze Vestingloop betekent meer voor mij dan alleen een dagje hardlopen. Vroeger was sporten onderdeel van mijn leven. De laatste jaren niet meer. Ja, ik doe wel wat, maar niet meer zo vaak.

Voor mij betekent deelname:

- een doel om naar toe te werken.
- met mezelf een commitment aangaan en de berg in mij overwinnen. Nee geen Netflix-marathons op de bank, of geen zin maar schoentjes aan en gas erop.
- super tof samen met collega's
- niet alleen trainen voor de Vestingloop, maar sporten en een gezonde leefstijl worden weer onderdeel van mijn leven, net als vroeger.'



Een baantje trekken

Buurvrouw Tineke van Bentveld (84) en buurman Nico Evenhuis (94), bewoners van De Grevelingen, hebben de vaste afspraak om na het middageten op de gang te lopen. Of zoals Tineke met gevoel voor humor zegt: 'een baantje trekken'. Hun dagelijkse wandelingetje noemt ze zo, omdat ze het baantjes trekken in het zwembad zo mist.

Tineke houdt van zwemmen, het geeft haar een gevoel van vrijheid. Maar nadat haar knie was verwijderd, ging zwemmen niet meer. Daarom gebruiken ze nu voor hun dagelijkse wandelingetje op de gang, geksherend de term 'een baantje trekken'.

Een routine

Tineke is de aanjager van de twee. Nico: "Ik ga niet alleen lopen. Dat we een vaste afspraak hebben, helpt mij om in beweging te komen. Dat is zo gekomen na het overlijden van mijn vrouw." Tineke: "In het begin heb ik hem bewust meegenomen naar beneden, want ik wist hoe moeilijk dat is, als je partner er niet meer is. Dan krijg je allemaal goedbedoelde vragen, maar het is allemaal al zo verdrietig. Ik had dat ook, toen mijn man naar de PG ging. Nico en ik eten niet aan dezelfde tafel. Dat vinden we niet nodig. Er is vanzelf een routine ontstaan." Nico: "Ik moet blijven

bewegen om mijn energie kwijt te raken. Van alleen maar zitten worden je spieren stijf. En na het eten bewegen helpt ook om het eten te laten zakken."

Foto's aan de muur

Op de gang waar ze lopen hangen foto's. Daar kijken ze graag naar. Nico: "Ik heb als machinist bij het spoor gewerkt. Hier op de zwart-witfoto's staan de Tramkade en De Gruyter. Daar heb ik vroeger over het spoor nog wagons naar gebracht. Dat vind ik leuk om te zien. Tineke ziet liever de afbeeldingen van de boeddha met de exotische bloemen, want "die straalt rust uit. Het doet me ook denken aan de buitenlandse reizen die ik heb gemaakt toen ik bij de KLM werkte. Daar denk ik vaak met plezier aan terug." De afbeeldingen van de beweegroute hangen er ook, maar dat is voor beiden fysiek niet meer mogelijk. Het baantje trekken is voldoende.

Een geintje

De twee burens hebben een groot gevoel voor humor en maken graag een praatje met deze of gene. Dat bevestigt ook verzorgende Corrinne die in de gang voorbij loopt. Corrinne: "Die twee hebben altijd goeie zin en ik maak graag een geintje met ze. Ik vind dat ze goed bezig zijn. We hebben meer bewoners die op de gang wandelen, bijvoorbeeld omdat ze buiten wandelen te gevaarlijk vinden." Tineke en Nico vinden zelfstandig buiten wandelen ook te gevaarlijk. "Al die ongelijke stenen", zegt Tineke. "Ik ben bang om te vallen en iets te breken." Bovendien zegt Tineke: "Als ik Nico straks thuis aflever, dan loop ik op mijn tandvlees. Dan is mijn energie op. Maar ik ben van de ijzeren zelfdiscipline. Ik moet van mezelf lopen, daarna voel ik me beter." ●

Stappenteller

De meeste collega's van Van Neynsel zitten niet stil. In de horeca, in de zorgteams en bij de schoonmaak worden op een dag heel wat meters afgelegd. Speciaal voor deze d'n Hendrik hielden enkele collega's tijdens een of meerdere diensten bij hoeveel stappen ze zetten.



Hoeveel stappen zetten onze medewerkers?



Bianca van Hirtum
Verpleegkundige Tijdelijk Verblijf, afdeling C7 in het Jeroen Bosch Ziekenhuis

Dagdienst: **9.341 stappen**
(waarvan 8.000 op de afdeling)

'Ik houd dagelijks allerlei metingen bij met mijn Fitbit-horloge: het aantal stappen dat ik zet, maar ook hartslag, calorieverbruik en hoe ik slaap. Dit is ook afhankelijk van wat ik na mijn werk doe. Soms ga ik nog een stukje wandelen om extra te bewegen en dan lopen de stappen snel op.'

Het was een gemiddeld drukke dag toen ik de stappen telde voor dit artikel. Op onze afdeling verblijven cliënten die na bijvoorbeeld een val of operatie een tijdelijk zorg- of mobiliteitsprobleem hebben en nog niet naar huis kunnen. Er wordt dus veel geoefend in bewegen, en cliënten krijgen van de fysiotherapeuten oefenprogramma's. Daar heb ik die dag ook mee geholpen.

Mijn doel is om elke dag in ieder geval 10.000 stappen te halen en om natuurlijk met veel plezier naar mijn werk te gaan.'



Yvonne van Geffen
Verzorgende IG & werkbegeleidster bij Antoniegarde

Vroege dienst (7.00 – 12.30 uur): **3671 stappen**
Late dienst (15.15 – 23.00 uur): **341 stappen**

'Bij allebei de diensten heb ik een route genomen en die geheel gewerkt. Dat houdt in: medicatie uitdelen, bewoners verzorgen en aankleden, maar ook bewoners van en naar het toilet begeleiden. Tijdens de route komen er ook alarmeringen van bewoners binnen waar je op reageert.'

Judith Distelbrink
Verzorgende IG in woning 72C bij De Grevelingen

Vroege dienst (8.00 – 13.00 uur): **1.157 stappen**

'Zoals je ziet lopen wij behoorlijk veel binnen de woning.'

De zelfredzaamheid wordt bevorderd

In haar ruime appartement in Antoniegarde, met uitzicht op de Zuid-Willemsvaart en Sint Jan laat Bettine Uhe de 'aantrekthulp voor steunkousen' zien (zie foto). Dankzij deze aantrekthulp - de easy on of medibutler geheten - kan mevrouw Uhe het weer zelf, en is ze niet meer afhankelijk van medewerkers van Van Neynsel Thuis. En wat fijn is dat!



Mevrouw Uhe heeft deelgenomen aan het Langer Actief Thuis (LAT)-traject. Dat gaat uit van behoud van eigen regie/zelfstandigheid en zelf dingen aanleren. Sinds een paar weken komen er geen medewerkers meer van Van Neynsel Thuis over de vloer. Met behulp van de aantrekthulp kan mevrouw Uhe voortaan zelf haar steunkousen aantrekken. Haar zelfredzaamheid is hiermee bevorderd.

Toen haar gevraagd werd mee te doen aan het LAT-traject stond ze hier positief

tegenover. Ze vond het prettig dat ze - mocht het toch niet lukken - ze altijd weer een beroep kon doen op de thuiszorg-medewerkers. Verschillende hulpmiddelen zijn geprobeerd, en de aantrekthulp beviel het beste. "De medewerkers waren heel geduldig. Ze waren inlevend en stelden vragen en hadden ieder hun eigen aanpak."

Als voormalig docente voor de theorie en praktijk van de sociale arbeid - de opleiding voor Maatschappelijk en Sociaal Cultureel Werk - zag ze terug wat ze haar leerlingen heeft willen leren: empathie binnen een goede verhouding tussen afstand en nabijheid. Uhe's motto is dat je moet meebewegen met de tijd en kijken naar wat nog mogelijk is. Wat ze nog graag wil meegeven is dat organisaties en instellingen niet te snel moeten hospitaliseren. "We moeten blijven

nadenken over kwaliteit van leven en participeren in de samenleving. Want het voorkomen van eenzaamheid is heel belangrijk. Ook het LAT-traject kan daar een bijdrage aan leveren."

Kleine stapjes vooruit

Van Neynsel heeft in het Jeroen Bosch Ziekenhuis een speciale afdeling voor geriatrische revalidatie (GRZ). Daar brengen medewerkers cliënten letterlijk iedere dag in beweging. Alles richt zich hier op het herstel.

Simone de Bruijn-Stokkermans (33) is geriatrische revalidatieverpleegkundige en is een belangrijke schakel in het revalidatieproces. Zij zorgt voor korte lijnen met behandelaren, denk aan een fysio- of ergotherapeut of logopedist. Ze coacht collega's specifiek op revaliderend werken. Soms geeft ze ook een klinische les. Zo werkt het team bij de GRZ samen voor het beste resultaat.

Veel oefenen

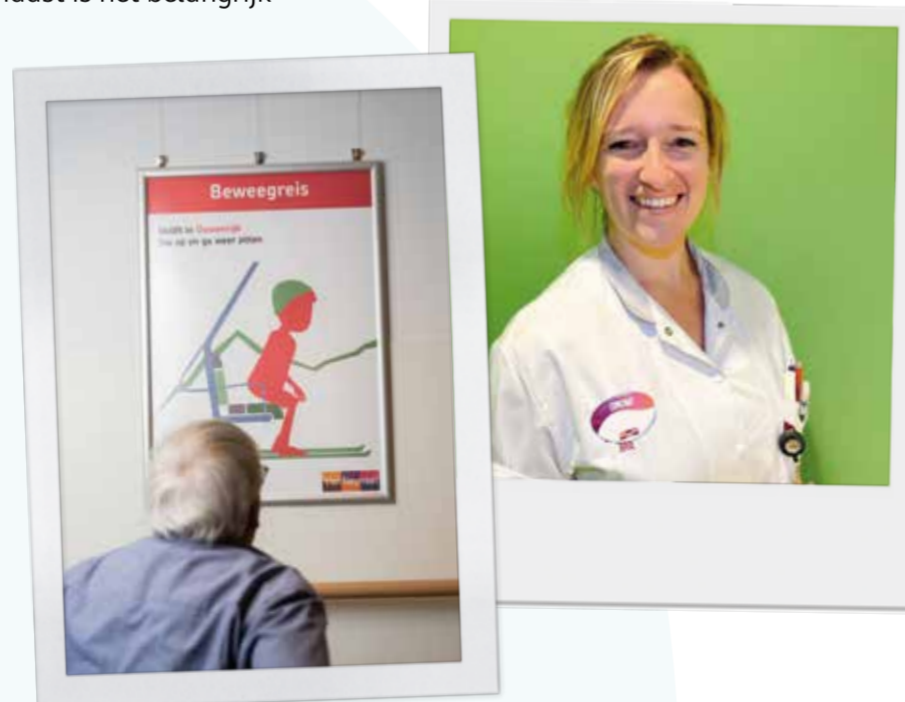
Cliënten worden iedere dag positief gestimuleerd door zelf veel te oefenen. "De balans tussen bewegen en rust is belangrijk. Sommige cliënten moet je juist afremmen, anderen weer meer motiveren. Kleine stapjes vooruit is ook vooruitgang. Bijvoorbeeld als een cliënt zelfstandig een shirt moet uittrekken

maar het nog niet helemaal lukt. We leggen de aandacht juist op de vooruitgang, ook al is het maar een klein beetje", vertelt Simone.

Blijf bewegen

Een mooie tip van Simone: "Kijk naar de mogelijkheden en richt je niet op de beperkingen." Daarnaast is het belangrijk om te blijven bewegen. "Van stilstaan wordt niemand beter", geeft Simone aan. De afdeling heeft daar in samenwerking met het ziekenhuis ook een speciale beweegroute voor samengesteld. Op de gangen zijn er diverse creatieve oefeningen. Zo worden cliënten uitgedaagd over een denkbeeldige

muur te lopen (uitgebeeld als streep op de vloer), of op te staan uit een denkbeeldige skilift. Bent u een keer bij GRZ op bezoek? Neem dan zeker een kijkje bij de beweegroute en probeer de oefeningen eens zelf. Zo blijven we allemaal fit en in beweging. ●



Langer Actief Thuis

In januari startte Van Neynsel met Langer Actief Thuis (LAT). Ouderen die hulpbehoevend zijn maar toch thuis willen blijven wonen, krijgen over het algemeen het standaardaanbod van thuishulp en thuiszorg aangeboden.

Het LAT-traject is een manier van zorgen om samen met de zorgvrager te werken aan zelfredzaamheid en herstel van diens leven. Gedurende een vooraf vastgestelde periode van 12 weken werkt de cliënt, samen met het netwerk en behandelaren of andere (zorg)professionals, aan zelf-geformuleerde doelstellingen. Dit intensieve, op maat gemaakte revalidatietraject is erop gericht de zorgvrager weer helemaal zelfstandig te maken.

Waarom doen we dit bij Van Neynsel?

Resultaten bij andere organisaties laten zien dat het de kwaliteit van leven verhoogt omdat iemand minder of niet meer afhankelijk is van een (zorg)medewerker of naaste voor het uitvoeren van alledaagse handelingen. Tegelijk geeft het medewerkers meer ruimte binnen hun werkzaamheden. Het past bij de visie van Van Neynsel, waarbij regie op je eigen leven behouden het uitgangspunt is.

Zo bewegen wij als organisatie mee om de ouderenzorg toekomstbestendig te maken. De aanpak richt zich momenteel vooral op de wijkverpleging.



PAASBOORD

Wat gebeurt er op social media?



Wandel-3-daagse

Het facebookbericht hiernaast dateert van 14 mei. Toen hebben bewoners en medewerkers de routes voor de avond-3-driedaagse van De Taling - die begin juni plaatsvindt - in het heerlijke lentezonnetje getest.



Paasactie was smullen

De buiken zitten er nog vol van! Onze Paasactie was een groot succes, en bij elke locatie en onze afdelingen in het Jeroen Bosch Ziekenhuis werd vrijdag 29 maart volop gespeurd naar de 'beizonder verrukkeleike paaspakketten'. Een paar vinders lieten dit weten aan de redactie:

Mevrouw Sommers-Behr, bewoner van De Grevelingen, vond daar de lekkernijen (en genoot er volop van).

Bij Boswijk was meneer Van Eck de gelukkige vinder.



PUZZELtijd

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



Bij Antoniegarde vonden collega's Yvonne en Jean de chocolade.



- | | | | |
|---------------|-----------|-------------|-------------|
| Beweegroute | Klompen | Schoenen | Wandelroute |
| Bewegen | Lenigheid | Sporten | Wandelstok |
| Fysiotherapie | Ommetje | Vestingloop | Yoga |
| Gewrichten | Rollator | Vierdaagse | |
| Hardlopen | Rolstoel | Wandelen | |

Lost u deze woordzoeker op?

Stuur uw inzending vóór 10 september 2024 naar communicatie@vanneynsel.nl en maak kans op een tegoedbon ter waarde van € 22,50, te besteden bij de Grand Cafés en restaurants van Van Neynsel. Over de uitslag kan niet worden gecorrespondeerd. De winnaar ontvangt persoonlijk bericht.

Colofon

Redactie:

- Mireille Borg
- Henriëtte van Esch
- Tjanne Hartman
- Helena Kysela
- Flavienne van Oort
- Brigitte Peeters
- Inge van Zoggel

Met speciale dank aan

- Bettine Uhe, Sonja Meisenbourg, Tineke van Bentveld, Nico Evenhuis, Bianca van Hirtum, Yvonne van Geffen, Judith Distelbrink, Eline Laro, Nicole van Lare, Vina Sahtoe en Marco Verheul.

Vormgeving:

- Sandra Batelaan | baats ontwerp
- Drukwerk: Dekkers van Gerwen

www.vanneynsel.nl