

Heb je een tip voor de volgende Op de cover? Tip de redactie!



## Schrikkeltijd - door Klaas Lindeboom

Januari ligt achter ons. Even waren we gesloten, gelukkig maar kort. Februari staat voor ons met een extra dag dit jaar. We kijken vooruit: Plannen voor 2024 worden uitgedroefd. We kijken terug: De rapportage (het bestuursverslag) over 2023 is in volle gang. Daar kom ik in de komende Journalen graag op terug. Door de sluiting in januari kon helaas de hercertificatie waar we het in het vorig Journaal over hebben gehad, niet doorgaan. Medio april staat de nieuwe afspraak gepland.

Afgelopen week hebben we, samen met onze collega-ouderenzorgorganisaties in Noord-Nederland, een brandbrief geschreven aan de formulerende partijen in Den Haag over de verslechterende financiële situatie in de ouderenzorg in Nederland. Dat raakt ons uiteraard ook.

Verder in dit Journaal o.a. aandacht voor Balans in de teams, één van de speerpunten waar we de komende tijd verder aan gaan werken en we maken kennis met de kunstenaar die in afdeling Zuid de komende maanden exposeert.

Veel leesplezier!

Nog even dit: Op 31 januari jl. is de energiecoöperatie van Grootegast, Ecowold, opgericht en wij zijn daar lid van geworden. Zo zetten we een mooie stap op weg naar een DuurSaam HHH.



# Wat staat er in?

## inhoudsopgave

### Op de cover

De heren Van der Vaart en Bolt (I) in de Koek en Zopiekraam



Onder de pet van Klaasje de Vries over kleuters en muziek

### Tot Slot

de expositie van Zwanne Slagter op Zuid



### Colofon

#### Wie maakt dit Journaal?

HHH Journaal verschijnt aan het begin van elke maand en draagt bij aan de verbinding tussen bewoners, familie, medewerkers en vrijwilligers door korte, goed leesbare en nieuwswaardige artikelen te plaatsen over onderwerpen die ons allen aan het hart gaan.

Eindredactie:

Klaas Lindeboom

Coördinatie en vormgeving:

Myra Eeken-Hermans

Foto's: Aaltje Woudstra (tenzij anders vermeld)

Heb je een tip voor de redactie? Stuur een mail aan [communicatie@hethoogeheem.nl](mailto:communicatie@hethoogeheem.nl).

## bewoners

In verband met de privacy afspraken, vermelden wij in deze versie geen persoonlijke gegevens over onze bewoners



## activiteiten februari

Za 3	16.00-18.00 uur Snackmiddag
Wo 7	15.00-16.15 uur Dierenmiddag
Wo 14	08.00-10.00 uur Valentijnontbijt
Za 17	16.00-18.00 uur Snackmiddag

Vanaf maandag 19 februari:

Themaweek Carnaval

Wo 21 15.00-16.15 uur Soos met de Zingende Broeder

Za 24 15.00-16.15 uur Koor Spielersnocht



# Het kompas en de thermometer



**Op deze plaats kijken we vooruit naar de ontwikkelingen in de wereld van de ouderenzorg (kompas) of steken we de thermometer in de huidige stand van zaken in en om ons Hooge Heem. Dit keer vertelt Aaltje Woudstra over de aandacht voor Balans in de Teams.**

Iets naar links... en weer iets naar rechts.. Ja! Stop! Nu is het precies goed! Totdat er iets verschuift en de balans is weer weg. Denk je ook aan ouderwetse weegschaal? Of misschien een wipwap? Balans is nodig om in evenwicht te blijven.

## **Evenwichtig werken**

Ook in teams is het belangrijk om balans te hebben. Dat heeft bijvoorbeeld te maken met de inzet van de collega's (formatie) in combinatie met de gevraagde zorg van de bewoner (ZZP). Maar ook met het hebben van verschillende functies in het team (woonassistent, helpende, verzorgende (IG), verpleegkundige, EVV). En daarbij komen ook nog de verschillende leeftijden van collega's en roosterwensen, ziekte in

het team, noem maar op. Kortom: Er zijn veel verschillende factoren die invloed hebben op de balans in een team. Herken je dit? Heb jij al een voorstelling wat bij jou in het team voor (on) balans zorgt?

## **Inzoomen op teams**

Vanuit HR en Kwaliteit gaan we de komende tijd inzoomen op alle teams en gaan we alle factoren in kaart brengen. De eerste stap is om de formatie van het team te onderzoeken in combinatie met wat gewenst is qua ZZP mix op de afdeling. Gerbo zal bij een aantal teamsessies aansluiten om het complete plaatje van het team te laten zien. Samen gaan we in gesprek om hierover van gedachten te wisselen.

Een eerste conclusie die we al kunnen trekken is dat bijvoorbeeld toren Oost ruim in het jasje zit als het gaat om het aantal medewerkers in de teams. Voor toren West is dat veel minder ruim. Om hierin een betere balans te brengen, kunnen collega's gevraagd worden om een overstap te maken naar een ander team. Wees dan ook niet verrast wanneer je hiervoor wordt benaderd!

Mocht je zelf wensen hebben om eens mee te lopen op een andere afdeling, dan mag je dit altijd aangeven aan Sven of Agnetha. Heb je vragen over balans in jouw team, bespreek dat in de teamsessies. Samen zoeken we in de hele organisatie naar balans om in evenwicht te blijven.



# Onder de pet

## interview met Klaasje de Vries



### Kleuters en muziek

Klaasje is de oudste van een gezin van 9 kinderen. “Mijn vader was bakker en ging langs de deuren om het brood uit te venten. Dat was niks voor mij, mijn zus was daar veel beter in. Zo kon ik naar de kleuterkerkweekschool.” Na ruim een half jaar werken werd ze alweer ontslagen. “Ja, toentertijd werden vrouwen ontslagen als ze gingen trouwen, maar invalwerk mocht ik wel doen. Ik heb aan kleuterscholen in Warfstermolen, Burum en Kommerzijl gestaan en ik ben wel 22 jaar de vaste invalster geweest op de school in Lutjegast. Onze drie kinderen vonden het maar wat mooi dat ze bij mij in de klas konden komen. Ze noemden me steevast juf en thuis was ik weer mama. En iedereen kwam altijd bij ons spelen, want bij juf spelen is hartstikke leuk.”

### De liefde

Ze leerde Eelke kennen in de auto. “Ik kreeg mijn rijles van hem. Mijn moeder wilde al weten of hij getrouwd of verloofd was, want die zag hem wel zitten. Ik vond dat in eerste instantie nog niks. Pas toen ik mijn rijexamen moest doen zei Eelke tegen de examinerator: Of ze het nu haalt of niet, we gaan toch wel door met rijlessen! Nou, toen wist ik het wel. We trouwden op 6 november 1969 en gingen in Lutjegast wonen.”

Klaasje komt uit een muzikale familie. Zelf speelde ze niet onverdienstelijk op het orgel. Door haar ziekte (SCA) lukt dat helaas niet meer. “Mijn vader was dirigent van wel 8 koren en hij speelde orgel, dochter Mieneke heeft het conservatorium gedaan en speelt ook orgel. Al onze kinderen en kleinkinderen zijn muzikaal en een aantal spelen in De Bazuin in Lutjegast. Mijn oudste kleindochter heeft in de Belgische meidengroep K3 gezongen,” vertelt Klaasje apetrots.

Al 9 jaar woont ze in Het Hooge Heem. “Ik vond de afgelopen quarantaineweek in verband met NORO veel erger dan de hele coronaperiode. Ik was toen namelijk nog samen met Eelke. Hij zei weinig, maar we waren toch samen. Nu was ik echt helemaal alleen. Ik ben heel blij dat het weer voorbij is en mijn familie weer bij me kan komen.”

### Paspoort:

*Naam:*

Klaasje de Vries-Smit

*Geboren:*

11 augustus 1947 in Kommerzijl

*Getrouwd geweest met:*

Eelke (overleden 2021)

*Kinderen:*

3, Mieneke, Jochum en Marjan. En 10 kleinkinderen!

*Opleidingen*  
Kleuterkerkweek

# Verbinding

## Governance

### Samen lekker eten

De OR en de CR buigen zich de komende tijd over de maaltijdverandering voor onze bewoners van de begane grond en de derde verdieping. Dit zijn bewoners die niet in een groep wonen, maar individueel. De bewoners die in een groep wonen hebben een gezamenlijke woonkamer waar ze samen kunnen eten, koffiedrinken en spelletjes doen. De individuele bewoners van HHH hebben dat niet, maar zochten elkaar 's avonds op in de ruimte van de dagopvang, Het Kleine Heem.

### Wat verandert er?

De warme maaltijd van tussen de middag verschuift naar de avond en tussen de middag verzorgen we een broodmaaltijd in het restaurant.

### Waarom?

Voor deze bewoners was de warme maaltijd nog altijd 's middags gepland. Ze konden naar het restaurant komen voor deze maaltijd of in het eigen appartement eten. De zorg voor deze groep bewoners wordt echter steeds intensiever, waardoor de tijd tussen opstaan – aankleden - (medische) verzorging - ontbijt en de warme maaltijd erg kort is. Het aantal gasten in het restaurant tussen de middag werd steeds kleiner.

Een andere reden is dat deze bewoners elkaar steeds meer opzoeken in de avond. Van een klein groepje van 4-6 bewoners groeide dat al naar soms 20 bewoners. Het is wel zo gezellig om dan ook samen te gaan eten, een leuke avond te hebben en vervuld naar bed te gaan.

Tot slot geeft deze verandering ook de mogelijkheid om elke avond het restaurant open te stellen voor mensen die niet bij ons wonen, maar wel in de buurt.

Zoals gezegd, de OR en de CR buigen zich de komende tijd nog over deze ontwikkeling en wat dit betekent voor bewoners en collega's. We houden jullie uiteraard op de hoogte.

<< In dit plaatje hebben we de speerpunten voor 2024 gebundeld, die per kwartaal door het ondersteunende team worden geactualiseerd en bijgesteld.



# Personeel veranderingen

## Mutaties

Medewerkers die de organisatie verlaten.

- Nicole Timme
- Daphne Niewijk
- Jolanda Venema

Dank jullie wel voor jullie inzet en veel succes met jullie verdere stappen!



## Geboren!

Reanne Roekel is bevallen van haar dochter Bregje



## Pensioen

Woensdag 13 maart nemen we met een kopje koffie om 10 uur afscheid van Guus Raats. Hij gaat van zijn pensioen genieten.

Douwina Ellens gaat ook met pensioen. Haar laatste dag, 8 februari, viert ze samen met collega's en bewoners op de afdeling.

## Van Ciska Kits

Het is misschien al wel opgevallen dat ik weer wat aanwezig ben in HHH. Ik ben sinds november bezig met re-integratie. Dit gaat heel goed! ik ben mijn uren aan het opbouwen en zoals het nu lijkt ga ik in februari/begin maart weer volledig aan het werk. Ik ben erg blij dat ik weer zover ben en ga dan ook met positieve energie weer aan het werk.

Nogmaals wil ik een ieder bedanken voor de lieve berichten die ik heb gekregen tijdens mijn ziek zijn. Dit heeft mij heel goed gedaan !



## Foute party

Vrijdagavond 26 januari was het tijd voor de 'Foute Party'. Flink 'Fout' uitgedost genoten de collega's van een gezellige feestavond, georganiseerd door de personeelsvereniging. Topavond!

## Infectiepreventie in beeld

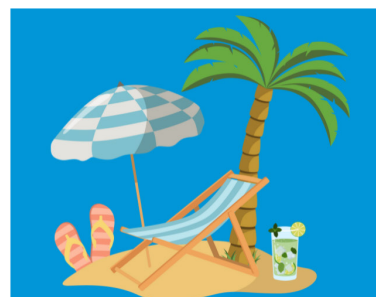
Februari:



### GRIEPGOLVEN

**HET WORDT TIJD  
VOOR HET STRAND**

*Loesje*



# Varia

## Stokje doorgeven

### Wie ben je?

Mijn naam is Hetty Molenhuis en ik werk ongeveer 35 jaar in Het Hooge Heem. Op dit moment werk ik voornamelijk op de dagopvang. Leuk detail: Het stokje voor deze rubriek is gemaakt door deelnemers van de dagopvang!

### Wat weten de meeste mensen niet over jou?

Ik doe aan dans aerobics en ik heb een op-pashondje genaamd: Bodie.

### Aan wie zou je het stokje door willen geven en welke vraag heb je voor diegene?

Ik wil het stokje graag doorgeven aan Marije van Welzijn en heb de volgende vraag aan haar: Ik weet dat je graag motorrijdt. Waar ga je overal heen op de motor en ga je er ook mee op vakantie?



## Wist u dat ...

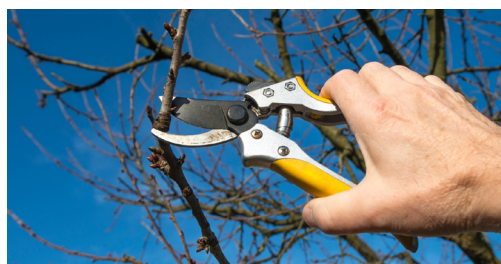
- de vorig jaar gekregen fruitboompjes nu al gesnoeid moeten worden? Hoe?

### Fruitbomen snoeien voor veel vruchten

*Snoei in het vroege voorjaar de nieuwe groei aan de hoofdtakken voor 30% terug tot vlak boven een knop. Snoei dan alle zijtakken terug tot op 3-6 knoppen. Aan deze korte zijtakjes zullen de vruchten gaan groeien.*

*Nog veel meer snoeitips vind je op:*

*<https://velt.nu/tip/hoe-snoei-je-een-fruitboom>*



- wij het zeer op prijs stellen wanneer familie zich ontfermt over **de afwas** die ontstaat na een gezellig koffiemomentje bij de bewoners  
- op **3 april** een herdenkingsbijeenkomst wordt georganiseerd voor de bewoners die het afgelopen half jaar zijn overleden.



## Zin in HHH

Iedere maand licht ik in deze rubriek een uitspraak, plaatje of gedachte uit. Iets om bij stil te staan, ter inspiratie of vermaak. Misschien stof tot nadenken voor uzelf, of in gesprek met anderen.

“Troosten betekent geen dam opwerpen tegen het verdriet, maar juist een bedding bieden zodat het verdriet mag stromen.”  
Bron: Vlaamse emeritus hoogleraar en rouwexpert Manu Keirse

Ik wens u een zinvolle dag.

Tanja Schoep

Geestelijk verzorger | [tanjaschoep@hethoogeheem.nl](mailto:tanjaschoep@hethoogeheem.nl) | maandag en/of woensdag aanwezig

# Tot slot

## actualiteit



### Kunst op Zuid

Het Hooge Heem is afgelopen jaar de samenwerking met de kunstenaarsvereniging Zichtlijn aangegaan. Via de kunstuitleen van Zichtlijn worden er 3 verschillende exposities per jaar ingericht in de gangen van afdeling Zuid.

“De gangen hebben we bij de renovatie allerlei mooie en frisse kleuren gegeven,” vertelt Klaas Lindeboom. “Het aanbod van de kunstenaars kwam op het moment dat we nadachten over een voor bewoners, collega’s en bezoekers aansprekende verdere invulling van deze gangen. Zo maken we de beleving van het wonen in Het Hooge Heem nog weer een tikkeltje persoonlijker en warmer.”

Het afgelopen jaar waren al foto’s van Joost Sizoo (Garnwerd) en het witte werk van Zus Vlasma (Borum) te bewonderen. Op dit moment exposeert de in Grootegast wonende Zwannie Slager met haar schilderijen.

“Mijn werk is vooral figuratief. Dat wil zeggen dat mijn schilderijen niet helemaal realistisch zijn, maar wel heel herkenbaar. Ze geven een indruk van wat ik om mij heen zie en waarneem en daarmee is mijn werk ook impressionistisch.”

Het leukst om te maken vind ik landschappen en portretten. Kijk zelf maar eens op verschillende momenten naar een landschap en dan zie je dat door het licht en de aan- of afwezigheid van wolken dit landschap telkens net een beetje anders is. Ik houd van het spelen met het licht in deze landschappen en dat geldt ook voor portretten.”

Zwannie had als kind al graag een potlood vast. “Mijn schriften van school stonden altijd meer vol met tekeningen dan met mijn huiswerk,” lacht Zwannie. “En ik word er heel rustig van om lekker te gaan tekenen en schilderen. Ik heb wel eens gewerkt met klei of textiel. Dat is leuk voor een keertje, maar ik ga toch altijd heel graag weer terug naar schilderen en tekenen. Ik vind het toch heel spannend om in het platte vlak een driedimensionale beleving te maken.”

“Ik vind het verschrikkelijk leuk om te exposeren in HHH. Nadat ik mijn schilderijenkeuze had aangepast aan de gekleurde wanden, werd ik helemaal enthousiast. En als ik de reacties van de bewoners op mijn werk hoor, ben ik helemaal tevreden. Fijn dat mensen herkenning beleven en met elkaar mooie gesprekjes hebben naar aanleiding van mijn werk.”

### Tips!

Heb je tips voor de redactie? Ken je (iemand met) een leuk verhaal of inspirerende nieuwtjes? Mail [communicatie@hethoogeheem.nl](mailto:communicatie@hethoogeheem.nl)

Op vrijdagmiddag 1 maart gaan we met een groepje genodigden naar de expositie kijken. Leuk weetje: namens de Vrienden van HHH is aan Zwannie de opdracht gegeven om een mooi schilderij te maken voor in de keuken van Zuid.