

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



## Tijd voor voorjaarskriebels - door Klaas Lindeboom

Wat een regen hebben we achter de rug in februari! We snakken naar een droog en zonnig voorjaar.

HHH is onderdeel van Groninger Kracht, een samenwerkingsverband van ouderenzorgorganisaties in het Noorden. Deze week is een campagne gestart (zie plaatje hiernaast) over de ouderenzorg van de toekomst, op radio en tv en sociale media. Daar hebben wij in een eerder Journaal ook al eens aandacht aan besteed: thuis als dat kan, zelf als dat kan, digitaal als dat kan. In dit Journaal besteden we verder aandacht aan onze visie op de behandeldienst, zetten we de deuren van ons restaurant dagelijks open en vertellen we over de partnergespreksgroepen die we hebben opgestart.

Tot slot kan ik alvast verklappen dat we het jaar 2023 met een positief resultaat hebben afgesloten. In het volgende Journaal presenteren we alle cijfers.

Veel leesplezier!



# Wat staat er in?

## inhoudsopgave

### Op de cover

Mevrouw Van der Molen knuffelt een konijn tijdens de dierenmiddag



### Onder de pet

van Arno Boekema, nieuw lid van de Raad van Toezicht

### Tot Slot

partnergroepsgroepen voorzien in behoefte



### 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

I.v.m. de privacy zijn de persoonlijke gegevens van onze bewoners verwijderd uit het Journaal.

## activiteiten maart

- Za 2 16.00-18.00 u Snackmiddag
- Za 9 Voorjaarsconcert jeugdorkest Oranje B
- Za 16 14.30 u Bekkemamode  
16.00-18.00 u Snackmiddag
- Wo20 15.00-16.15 u Soos met Goedgemixt
- Zo 24 15.00-16.30 u Hayden Jeugdorkest
- Wo27 8.00-10.00 Ontbijt bewoners  
15.00 16.15u Babymiddag (de baby's van collega's)
- Za 30 15.00-16.15u Muziekmiddag met The Blizards

**Thema laatste week maart: De Boerderij**





# 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 Caress Winkel, verpleegkundig specialist, over de visie op de behandel-dienst.**

Onze visie is: 'Leven toevoegen aan de dagen, in plaats van dagen toevoegen aan het leven'. Bewoners van HHH wonen het laatste stuk van een lang leven bij ons. Wij vinden het dan ook belangrijk om daar eerlijk over te zijn. We voeren vanaf het begin van het wonen in HHH het gesprek met de bewoner en/of diens vertegenwoordiger over wat voor hen belangrijk is in deze fase van het leven en wat de wensen zijn.

## **Aandacht**

Tijdens het verblijf in HHH zijn we enerzijds gericht op prettig wonen en een aangename dag die aansluit bij wensen en behoeften. Dat zijn vaak hele gewone dingen, zoals met elkaar een kopje koffie drinken, een spelletje spelen, buiten

een wandeling maken, meehelpen met de bereiding van het eten of huishoudelijke taken.

## **Medische behandeling**

Aan de andere kant is er aandacht voor de kwetsbare gezondheid. Vanwege deze kwetsbaarheid is vaak van (langdurige) balans geen sprake. Daarom blijven we in gesprek over medische behandelwensen binnen de mogelijkheden en grenzen die er zijn.

Over het algemeen richten wij ons niet primair op genezing van ziektes of medisch ingrijpen, maar op kwaliteit van leven, passend bij de bestaande kwetsbaarheid en mogelijk levensbedreigende aandoening. Ons doel is een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven te realiseren, door het voorkomen of verlichten van klachten zoals pijn, vermoeidheid, angst, benauwdheid.

## **Hoe doen wij dat vanuit onze visie?**

Wij werken in HHH met Verpleegkundig Specialisten (VS). Dit zijn HBO opgeleide verpleegkundigen die na minimaal 2 jaar werkervaring de Master Advanced Nursing Practice hebben gevolgd. Eenmaal afgestudeerd heeft de VS de regie over de behandeling van de bewoner. Margreta Kuipers is VS in opleiding en zij studeert in september 2024 af. Ik ben in 2015 afgestudeerd als VS en ben de praktijkopleider voor Margreta. In juni begint Geertje Cuperus als nieuwe VS in opleiding. Verder bestaat de behandel-dienst uit de psycholoog en geestelijk verzorger. En wordt er nauw samengewerkt met de huisarts en specialist ouderengeneeskunde (SO) en met paramedici, zoals de diëtist, ergotherapeut, fysiotherapeut en logopedist en de zorgteams.

# Onder de pet

## interview met Arnold Boekema



### Techniek en beweging

Arnold is het kersverse lid van de Raad van Toezicht. Hij woont in Marum en we maken van de gelegenheid gebruik om hem op deze plek alvast een beetje te leren kennen.

“Na mijn opleidingen heb ik verschillende commerciële en leidinggevende functies bij verschillende bedrijven gehad. Ik heb me o.a. beziggehouden met het ontwikkelen van digitale röntgenfotografie, export van schakelkasten voor industriële automatisering en bewegingsapparatuur voor revalidatie en topsporters. In 2020 nam ik ontslag. Ik wilde graag iets voor mezelf beginnen, maar wist nog niet wat. Maar zoals dat meestal gebeurt: er kwamen mensen op mijn pad

die zich bezighielden met vernieuwing in de zorg. Samen met hen heb ik de ‘VR bieb’ opgericht. VR staat voor Virtual Reality. In de bibliotheek hebben we trainingen opgenomen voor zorgpersoneel die met een VR bril op gevolgd kunnen worden. Trainingen op het gebied van handelings- en bewegingsgerichte zorg, conflicthantering, triage, slikken en spreken en dementie. Zorgorganisaties kunnen lid worden van deze bibliotheek en zo trainingen voor hun personeel inzetten. En natuurlijk kijk ik als ondernemer al weer naar nieuwe doelgroepen, zoals gehandicaptenzorg en andere zorggebieden.”

Van het een komt het ander. “Inmiddels ben ik ook betrokken bij een gamestudio waarbij het bewegen als spel wordt gestimuleerd. Zo kun je met de VR-bril op al boksen, maar ook yoga beoefenen. En daar zie ik ook mogelijkheden om deze kennis ook te verbinden met zorg.”

“Ik word blij wanneer ik de wereld een stukje mooier kan maken. Ik hou me graag bezig met projecten met een maatschappelijke impact. In Marum doe ik dat via het verenigingsleven, bijvoorbeeld het voetbal, maar ook via een loopevenement als de MARUN en het organiseren van een openluchtvoorstelling ‘De 16’. Ik hou van techniek, maar dan vooral als ondersteuning van processen en niet als techniek op zichzelf.

Het Hooge Heem sprak me aan door de verbindende rol die de organisatie heeft in het dorp Grootegast en het familiegevoel dat HHH uitstraalt. Daar wil ik graag deel van uitmaken en tegelijkertijd mijn kennis van techniek en innovatie in de zorg in HHH inbrengen. Ik verheug me op onze samenwerking.”

### Paspoort:

*Naam:*

Arnold Boekema

*Geboren:*

13 juli 1975 in Assen

*Getrouwd met:*

Naomi

*Kinderen:*

Steven (18) en Lisa (16)

*Opleidingen*

HTS Technische bedrijfskunde, Master of Science Business Administration (MSC BA)

# Verbinding

## Governance

### Nieuws van de CR

De leden zijn in februari door Klaas bijgepraat over de stand van zaken rondom de **nieuwbouw**. Gesproken is over het opknappen van leeg komende appartementen in de aanleun door de verhuurder Wold en Waard. Ook in het huis zelf worden leegkomende kamers opgeknapt. Na tien jaar is het een en ander wel aan wat renovatie toe.

Sinds kort is een zogenaamd Greenteam in het leven geroepen. Deze groep met medewerkers vanuit alle geledingen houdt zich bezig met **duurzaamheid** in de breedste zin van het woord. Kim is aangeschoven om het een ander toe te lichten. Alle processen in HHH worden doorgevoerd om te kijken of het duurzamer kan door bijv. andere inkoop incontinentiemateriaal, vervangen verlichting door LED, aanbrengen automatische verlichting etc.

Belangrijk is de bewustwording van bewoners en medewerkers op dit gebied evenals de motivatie om hiermee aan het werk te gaan.

Ook heeft Kim de leden van de CR bijgepraat over het voornemen om over te gaan tot **dagelijkse opening van het restaurant**. Tussen de middag voor een broodje en eventueel een kopje soep en aan het eind van de middag kan men warm komen eten. De ervaringen met het Kleine Heem hebben geleerd dat er behoefte is om elkaar te ontmoeten en met elkaar te eten aan het einde van de dag. Ook staat het restaurant dan dagelijks open voor gasten uit het dorp. Gesproken wordt over eventuele knelpunten, uiteraard zal hier naar worden gekeken.

Kort wordt nog gesproken over de medewerking van de CR aan het **afstudeerproject** van Margreta als Verpleegkundig Specialist in Opleiding.

Onder leiding van bekwaam gespreksleider Hein Bloemink werd gesproken met de leden over hun ervaringen met HHH en de zorg in het algemeen. Ook werd gevraagd naar hun ideeën hierover. Het werd een heel fijn en zinvol gesprek gevonden en het leverde voor Margreta veel informatie op voor haar afstudeerproject.

### Nieuws van de OR

De volgende onderwerpen werden in aanwezigheid van Klaas in februari besproken:

- Wijziging preventiemedewerker en wijziging organisatie van de bereikbaarheidsdiensten  
Er is ingestemd met het benoemen van Daniëlle als preventiemedewerker.

De wijziging van de organisatie van de bereikbaarheidsdiensten is uitgebreid besproken. Het wordt binnen de OR erg belangrijk gevonden dat de verpleegkundigen goed worden meegenomen in deze wijziging. Na de toezegging dat voor de wijziging een projectplan zal worden gemaakt en dat de OR regelmatig zal worden geïnformeerd konden de leden ook akkoord gaan met deze wijziging.

- Uitbreiding restaurantopening  
Kim heeft de OR geïnformeerd over het voornemen het voornemen tot dagelijkse opening van het restaurant. Er zijn inmiddels gesprekken gevoerd met de medewerkers van Eten en Drinken en zorgmedewerkers. Gesproken werd over wat te doen met de uitzonderingen, hiervoor zullen alternatieven worden bedacht. Ook zal Kim de OR regelmatig informeren.

- Invoering sensortechnologie in Zuid  
Daniëlle heeft de leden bijgepraat. Inmiddels is een nachtdienstoverleg geweest over dit onderwerp. Dit werkte heel verhelderend en op deze manier ging het meer leven.



# Personeel veranderingen

## Mutaties

Medewerkers die de organisatie verlaten.

- Anouk Renkema
- Claudia van der Horn

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

Medewerkers die gaan beginnen:

Anna Klaver gaat als woonassistent aan de slag en gaat werken in de huishouding

## Geboren!

Danique Huisma is bevallen van haar dochter Lynn

## Pensioen

Woensdag 13 maart nemen we afscheid van Guus Raats.

Margje Reitsma heeft haar laatste werkdag op 25 maart. Zij neemt binnen haar team afscheid. Op 15 april nemen we afscheid van Douwe Dillema



## Infectiepreventie in beeld

Maart:  
na het plassen, handen wassen



## Afscheid Douwina Ellens



## Stokje doorgeven

### Wie ben je?

Ik ben Marije Blaak en werk sinds 2 jaar in Het Hooge Heem. Samen met collega's Sippina en Yvonne zit ik in team Welzijn.

### Hetty vraagt in het vorige Journaal aan

### jou waar je overal naar toe gaat met de motor?

Vroeger reed ik in een zijspan en ging ik overal naar toe met de motor. Ik deed zelfs boodschappen en bracht de kinderen naar school in de zijspan. Nu zijn de kinderen ouder en rijden ze zelf motor. De zijspan is dan ook niet meer nodig. Nu gaan we vaak met het gezin op motorvakantie. Dit jaar gaan we voor de derde keer naar Luxemburg!

### Aan wie wil je het stokje doorgeven en welke vraag heb je voor diegene?

Ik geef graag het stokje door aan onze gast-

vrouw Tineke IJtsma en heb de volgende vraag aan haar: In de zomer ga je tussen de middag vaak naar huis om je bloemen te verzorgen. Had je graag bloemist willen zijn?



Nieuwe stagiaires zijn begonnen. Succes!



# Varia

## Uitbreiding avondopenstelling

Vanaf 8 april 2024 gaat ons restaurant zeven avonden in de week open van 17:00 tot 19:00 uur.

In de middagen blijft het restaurant geopend van 12:00 uur tot 13:00 uur voor een lunchmaaltijd en eventueel soep. 'S avonds zal er een 3-gangendiner op het menu staan.

We hebben dit besloten omdat we merken dat er door onze bewoners steeds minder goed gegeten wordt, het restaurant steeds leger wordt tussen de middag en er steeds meer vraag komt naar een warme maaltijd 's avonds. Dit plan is in de cliëntenraad en ondernemingsraad gepresenteerd en goedgekeurd. Daarnaast willen wij als het Hooge Heem een steeds belangrijker rol in de dorpsgemeen-

schap spelen en vinden wij het belangrijk om ook een plek voor het eten van een warme maaltijd te kunnen bieden.

Mocht u, als gast, geïnteresseerd zijn in het mee eten van de warme maaltijd bij ons in het restaurant, maar minder mobiel zijn, dan is dit geen probleem. Wij hebben een bus en fantastische vrijwillige chauffeurs tot onze beschikking. De kosten hiervoor bedragen €2,50 per rit, welke middels een 10-rittenkaart van 25 euro betaald kan worden. Deze 10-rittenkaart is te koop bij de kassa van ons restaurant. Wanneer u Vriend van Het Hooge Heem wordt, kunt u kosteloos gebruik maken van deze service. Mocht u hier interesse in hebben, neem dan contact op met Kim te Pest via reserveringen@hethoogeheem.nl of via 0647311542.

## Wist u dat ...

- wij lid zijn van Zorgplein Noord en dat zij regelmatig interessante workshops organiseren?
- zij een leuke workshop aanbieden op 11 maart? Titel: Grenzen en wensen voelen en uitspreken. Meer info en aanmelden via deze [link](#).

- er vanaf 1 maart wijzigingen zijn in verschillende Vilans Protocollen? Kijk op de [website van Vilans!](#)
- de pv op **donderdag 6 juni** een zomeruitje organiseert? Save the date!



## 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.

Deze keer een uitspraak van een oude Romeinse staatsman en filosoof, Marcus Tullius Cicero, die ruim 2100 geleden (106 tot 43 voor Christus) in Italië leefde:

*Vriendschap vergroot het geluk en vermindert ellende, door onze vreugden te verdubbelen, en ons verdriet te delen.*

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



## Samen eten en ervaringen delen

In december 2023 zijn wij gestart met ontmoetingen tussen partners van opgenomen bewoners in Het Hooge Heem. Het gaat om een informeel samen zijn waarin wij in een kleine setting met 5 partners, onder het genot van soep en broodjes, in gesprek gaan. De locatie Pastorie past als een fijne jas daarbij.

## 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)

Het thema van de eerste bijeenkomst was “Leven is een balans tussen vasthouden en loslaten”. Wij merken dat een verhuizing van een partner naar het Hooge Heem veel emotie met zich meebrengt. Vaak voelt dit erg dubbel. Ondertussen gaat veel aandacht in Het Hooge Heem naar de opgenomen partner en wordt er misschien niet altijd aan de echtgenoot gedacht die thuis “alleen” verder gaat.

Na een voorstelronde blijkt al snel dat de partners elkaar veel te vertellen hebben waarbij er veel herkenning en erkenning is voor elkaars situatie. De tijd ging snel om en op de vraag of deze ontmoeting voor hen zinvol is geweest wordt volmondig “Ja” gezegd. Het blijkt in een behoefte te voorzien en deze ontmoetingen krijgen een vervolg.

Inmiddels is de 2e gespreksgroep gestart voor partners van opgenomen bewoners op een pg-afdeling. Aan de opgave zien we dat ook hier belangstelling voor is. We merken dat de kracht van deze ontmoetingen zit in de beslotenheid van een kleine groep waarbij ruimte is voor het verhaal en emotie van iedere deelnemer. De bijeenkomst wordt door de partners als erg waardevol ervaren.

Tanja Schoep (geestelijk verzorger)  
Carin Haan (foto) (instroom coördinator)

