

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



Zeg JA - Klaas Lindeboom

We hebben al flink wat sneeuw- en vorstdagen achter de rug en het einde ervan lijkt nog niet in zicht: de winter duurt voort.

Ook al ligt het bouwterrein onder een laag sneeuw, er wordt mooi doorgewerkt. Het filmpje dat een prachtige impressie geeft van de buitenkant én de binnenkant van het nieuwe gebouw staat op onze website: www.hethoogheem.nl/nieuwbouw/.

Er was even sprake van NORO op Zuid en dat was een hele extra belasting voor het team. Zij hebben zich daar uitstekend doorheen geslagen en door vlot schakelen met alle protocollen hebben we het ook alweer achter de rug. Complimenten! Verder hebben we op Zuid een mooie beestenboel aan de muren hangen en gaan we in het hoofdgebouw kunst exposeren en regelmatig verversen. Waarom we dat doen leg ik achterin het Journaal uit.

Op dit moment voeren we de Goede Gesprekken met heel veel collega's waarbij we bespreken hoe het gaat en welke ambities en wensen er leven.

Mijn ambitie is in ieder geval dat we bij de twee voorstellingen Zeg JA bij dementie op 31 maart in de Goede Herderkerk een volle zaal hebben. We nodigen collega's, familie en dorpsgenoten van harte uit om bij één van de twee voorstellingen aanwezig te zijn. In de rubriek Kompas vertelt Margreta hier meer over.

Veel leesplezier!



Het Hooge Heem,
waar mensen elkaar ontmoeten

voor bewoners, familie, medewerkers en vrijwilligers

Wat staat er in?

inhoudsopgave

Op de cover

Blauw van de kou over-
ziet KWEK de bouw



Onder de pet

Collega in de keuken:
Suzanna Boersma



Tot Slot

Kunst in Het Hooge
Heem



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



Heb je een tip voor de redactie? Stuur een mail
aan communicatie@hethoogeheem.nl.

activiteiten februari

Za 14	12.00-14.00 uur	Valentijnslunch Opgave via reserveringen@hethoogeheem.nl
Wo 18	14.45-16.15 uur	CIRKNUS!! Vanaf 14.00 uur komen ze in een heuse circus parade door het gebouw
Wo 25	15.00-16.15 uur	SOOS met m.m.v. Wiebo van der Schaaf

Vooraankondiging: Poetsdag zaterdag 28 maart
van 11.00-14.00 uur.

Geef je op bij welzijn@hethoogeheem.nl.

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 schuiven we aan bij Margreta Kuipers, verpleegkundig specialist, die ons meeneemt in het gedachtegoed van 'Zeg JA bij dementie'.

Waarom dit onderwerp? Omdat we allemaal te maken hebben met mensen met dementie, of dat nu als medewerker, familie of dorpsgenoot is. Daarom nodigen we je uit voor een interactieve voorstelling op dinsdag 31 maart in de Goede Herderkerk in Grootegast (naast Hooge Heem). Er zijn twee voorstellingen die dag: 15.00–17.00 uur en 19.30–21.30 uur. Iedereen is welkom en de entree is gratis.

Waarom deze voorstelling?

Margreta legt uit:

"We hebben ons aangesloten bij UNO UMCG, waar we kijken naar innovaties in de zorg. Zo

kwamen we het gedachtegoed 'Stralend falen' tegen. Het laat zien tegen welke situaties we aanlopen in de zorg voor mensen met dementie, zowel als personeel als familie of mantelzorger. Hoe ga je om met iemand die niet wil douchen of zijn medicijnen niet wil innemen? Reageer je met 'Nee, dat mag niet', of met 'Ja, zo kan het ook'?"

'Stralend falen' maakt onderdeel uit van de SPEELS-methode, bedacht door Freya Flach en Hanneke van de Pol. Hun missie: meer zorgplezier door beter en blijvend contact met mensen met dementie. Met hun training en interactieve theatervoorstelling 'Zeg JA bij dementie' laten ze herkenbare situaties zien en spelen ze met verschillende manieren om daarop te reageren. "We laten zien hoe het liever niet moet, maar vooral hoe het wél kan," zegt Margreta. "Wat doe je bijvoorbeeld wanneer je afscheid neemt van iemand met dementie na een bezoek? Of wanneer iemand absoluut niet wil douchen of zijn medicatie niet wil nemen? Vaak reageren we met een Nee, of leiden we iemand af met koffie of thee. Maar wat gebeurt er als we creatiever durven zijn? Als we zeggen wat er wél kan? Deze voorstelling laat je met andere ogen naar jouw persoon met dementie kijken. Pak die kans!"

Zeg JA tegen deze kans!

Kom kijken, ervaar, en laat je inspireren. Kies de middagvoorstelling (15.00–17.00 uur) of de avondvoorstelling (19.30–21.30 uur). Vergeet niet je aan te melden en je voorkeur voor middag of avond uiterlijk 21 maart door te geven via communicatie@hethoogeheem.nl

Onder de pet

interview met Suzanna Boersma



Passie voor koken

Als jong meisje wilde Suzanna dierenarts worden, maar in haar middelbare schooltijd veranderde die droom in kok. “Ik was thuis altijd bezig met eten en kokkerellen. Waarom ik per se kok wilde worden weet ik niet eens meer precies. Het leek me gewoon een mooi en leuk beroep.”

Na haar opleiding werkte ze dertien jaar in de horeca als kok. “Onrustige uren, veel wisselingen en behoorlijk veel stress. Je weet van tevoren nooit wat gasten gaan bestellen, dus je moet overal op voorbereid zijn.”

Na die jaren maakte ze de overstap naar Zorggroep Dren-

the in Assen. “Dat was wel even wennen. Het werk is veel beter planbaar, omdat er vooraf menu’s worden gemaakt. Ook de sfeer is heel anders.” Vier jaar later volgde HHH. “Toen ik de vacature zag, zo lekker dichtbij, heb ik direct gesolliciteerd. En dat is nu alweer drie jaar geleden. Met mijn passie voor koken zit ik hier echt op mijn plek. Ik ben heel blij dat we hier alles vers koken en dat we bewoners mooie, smakelijke maaltijden kunnen serveren.”

Wat vind je het leukst aan je werk?

“Natuurlijk het koken,” lacht Suzanna, “maar ook de gemoedelijkheid van HHH. Ik ervaar veel vrijheid en er is ruimte om mijn ideeën in te brengen. Geen stress op het werk, en dat is heel fijn. Want voor mijn gezin, alle dieren en het rijden op mijn paard heb ik ook nog wel wat energie nodig.”

Wat is jouw favoriete gerecht?

“Risotto. Echt heerlijk. Toen we nog geen kinderen hadden, gingen we veel uit eten, ook om inspiratie op te doen. Nu de kinderen klein zijn is daar minder tijd voor, maar ideeën haal ik overal vandaan. Ik heb al zoveel gezien en gedaan.”

Suzanna’s liefde voor eten draait niet alleen om koken, maar ook om samen eten, delen en genieten. En dat zie je ook terug in hoe we bij HHH omgaan met onze lunchmomenten.

Meelunchen

Het lunchmoment in HHH is de laatste maanden veranderd. Er is geen warme maaltijd meer, maar er staan boterhammen en beleg op tafel. Bewoners smeren zelf hun broodje en eten in alle rust samen.

En wist je dat gasten ook gezellig kunnen meelunchen in ons restaurant? Familie, vrienden en mensen van buiten zijn welkom voor slechts 5 euro. Je schuift aan bij de gedekte tafel en kunt onbeperkt mee-eten en -drinken. Gewoon samen aan tafel. Net als thuis.

Governance

Ondernemingsraad

OR in beeld

Wat speelt er deze maand bij de OR? We blikken terug op de belangrijkste ontwikkelingen en houden een vinger aan de pols voor iedereen.

Financiën

De OR kreeg een update over de financiële stand van zaken. Klaas nam het over van Gerbo, die op maandagen alvast van zijn pensioen geniet. Het bedrijfsresultaat oogt positief, terwijl er flink is geïnvesteerd in ICT.

Medewerkers & werkdruk

Plus- en minuren zijn besproken en afspraken gemaakt. Balanssparen wordt duidelijker uitgelegd, zodat iedereen weet waar hij aan toe is. Het verzuim daalde naar circa 6,6 procent. Binnenkort staat een informatieavond over Veerkracht en Vitaliteit op de agenda, met aandacht voor sociale, geestelijke en lichamelijke balans.

Organisatie & planning

Het nieuwe roosterprogramma wordt actief uitgerold. Miranda Oosterhoff gaat de planning versterken, en ook de keuken- en facilitair/huishou-

Clëntenraad

Vacature: lid cliëntenraad namens de familie

De cliëntenraad (CR) is de stem van de bewoners van Het Hooge Heem. Wij denken mee over wat het leven voor de bewoners prettig maakt en hoe we samen leven toevoegen aan dagen.

Voor de cliëntenraad zoeken wij een betrokken familielid dat wil meedenken vanuit het belang van alle bewoners. Het gaat om een structurele rol: je brengt signalen en ervaringen in, niet voor één persoon, maar voor de bewoners als geheel.

Wie zoeken wij?

Een familielid dat affiniteit heeft met Het Hooge Heem, graag meedenkt, zijn of haar mening durft te geven en het belangrijk vindt dat bewoners zich gezien en gehoord voelen.

dingplanning gebeurt nu centraal. De OR volgt de voortgang op de voet.

Signalen van de werkvloer

Een woonassistent bezocht de OR en deelde directe ervaringen van de afdeling. Zo hoort de OR wat goed loopt, waar het knelt en waar extra ondersteuning nodig is.

Aandachtspunten

Niet iedereen leest de werkmail regelmatig; oorzaak en technische mogelijkheden worden onderzocht. Ook worden noodscenario's, zoals langdurige stroomuitval, in kaart gebracht.

Vooruitblik

De OR blijft betrokken en houdt jullie op de hoogte van wat er nu speelt én wat er staat te gebeuren, zodat iedereen weet waar we samen aan bouwen.

Raad van Toezicht

Voor de RvT hebben we Jirza Zwerver aangenomen die als trainee mee gaat lopen en ervaring gaat opdoen in het RvT-werk. Zij zal zich de komende keer voorstellen. Op 12 maart heeft de RvT samen met OR en CR gesprekken met sollicitanten voor de vacature die ontstaat wanneer de termijn van Berjo Wortmann erop zit.

Tijdsbesteding

De cliëntenraad vergadert zes keer per jaar: vier reguliere vergaderingen en twee gezamenlijke overleggen met de Raad van Toezicht en de Ondernemingsraad.

De vergaderingen in 2026 liggen vast en vinden plaats op donderdagochtenden van 09.30 tot 11.30 uur.

Interesse?

Wil je meedenken over het leven in Het Hooge Heem en bijdragen aan goede, mensgerichte zorg? Reageer voor 1 maart a.s. met een mailtje aan cliëntenraad@hethoogeheem.nl. We maken graag kennis met je.

Personeel veranderingen

Vertrouwenspersoon
Greet Nieuwland is
bereikbaar via g.nieuwland@zonnehuis-groepnoord.nl of via
telefoonnr.: 06-31770844.

Vacatures

Op onze website staan onze vacatures.

Vacatures zijn hier te vinden: <https://www.hethoogeheem.nl/werken/vacatures/>

Wanneer je geen zorgachtergrond hebt en het je wel leuk lijkt om bij HHH te komen werken, reageer naar HRM@hethoogeheem.nl. Een kop koffie is zo gezet!

KENNIS MET KROKET



Alweer de tweede editie van gezellig en samen kennisdelen: **Kennis met Krokot**. In een korte sessie delen we interessante onderwerpen en ervaringen uit de praktijk. En ja....daar hoort een krokot bij 😊

2e Kennissessie - Familieparticipatie

 donderdag 5 maart 2026

 12:00 - 12:45 uur

 Vergaderzaal

Kom erbij!
Kom voor de kennis, blijf voor het lekkers!



Ivm krokotplanning graag opgeven via tanjaschoep@hethoogeheem.nl

Poetsdag 2026

Zaterdag 28 maart

Programma:
10.30-11.00 uur
Ontvangst met koffie en wat lekkers in het restaurant

13.00-14.00 uur
Samen lunchen en de poetsdag afsluiten



Emmers en doekjes zelf meenemen, poetsmiddelen zijn aanwezig.
Opgeven bij welzijn@hethoogeheem.nl



Word ook Vriend van Het Hooge Heem!
Scan de QR-code en steun ons mooie werk: samen maken we het verschil voor onze bewoners.

Uw bijdrage helpt ons om extra voorzieningen en activiteiten te bekostigen die niet uit het reguliere budget betaald kunnen worden.



Varia

Wist je dat:

- op Oost 2 DE punten worden gespaard?
- er in 2025 in totaal: 13.000 punten gespaard zijn voor de voedselbank!!!!
- de voedselbank hier pakken koffie van kan kopen?
- we hierbij iedereen willen bedanken voor het sparen.
- team Oost 2 hier mee door gaat?
- iedereen hier aan mee kan doen?
- welzijn, diëtist, logopedist en ergotherapeut rond de kerst samen appelplaatkoek hebben gebakken?
- ook bewoners hier driffig aan hebben meegewerkt?
- het resultaat niet alleen heerlijk leek, maar ook zeker heerlijk was.
- elke week een broodje van de week wordt gemaakt?
- dat via de kabeltv wordt bekendgemaakt
- je dit broodje van de week 's morgens kunt bestellen?
- we een nieuwe mantelzorgfolder hebben?
- je die bij Tanja kunt opvragen?
- Kees elke dag elke kans aangrijpt om naar de afdelingen te sprinten?
- hij netjes voor de lift wacht tot iemand hem erin laat en zich er niet uit laat commanderen?

Zin in HHH

Iedere maand kies ik in deze rubriek een mooie uitspraak, korte tekst. Deze maand een uitspraak van Jane Goodall (1934-2025), wereldberoemde antropoloog en bioloog. Zij zette zich haar leven lang in voor bescherming van de natuur en apen. Ze geloofde erin dat iedereen een bijdrage kan doen aan een betere wereld.

“What you do makes a difference, and you have to decide what kind of difference you want to make.”

Oftewel: Wat je doet maakt een verschil, en jij moet beslissen wat voor verschil je wilt maken.

Ik wens u een dag met goede zin.

Tanja Schoep

Geestelijk begeleider | tanjaschoep@hethoogeheem.nl | maandag en donderdag aanwezig

Familiebijeenkomst



Proactieve zorgplanning Samen praten over de laatste levensfase

Het kan fijn zijn om samen vooruit te kijken met je familielid in het verpleeghuis. Ook over de laatste levensfase.

Proactieve zorgplanning betekent dat je in gesprek gaat met je naaste en met de zorgverleners over vragen zoals:

- Welke zorg past bij mijn familielid?
- Wat wil hij of zij wél of juist niet?
- Wat is belangrijk als de gezondheid achteruitgaat?
- Welke keuzes zijn er als beslissen lastig wordt?

Door er samen over te praten ontstaat rust en duidelijkheid. Zo weet iedereen beter wat belangrijk is en kun je samen de juiste keuzes maken.

Wil je hier meer over weten of erover in gesprek gaan? Je bent van harte welkom op onze familiebijeenkomst.

Wanneer?

Dinsdag

10 februari 2026

Hoe laat?

17.30-19.30 uur

Waar?

Voormalige
dagopvang HHH

We beginnen met soep en broodjes.

Daarna gaan we in gesprek over
Proactieve zorgplanning met
Verpleegkundig Specialist, Margreta
Kuipers.

Opgave voor 1 februari bij:
janniewestra@hethoogeheem.nl

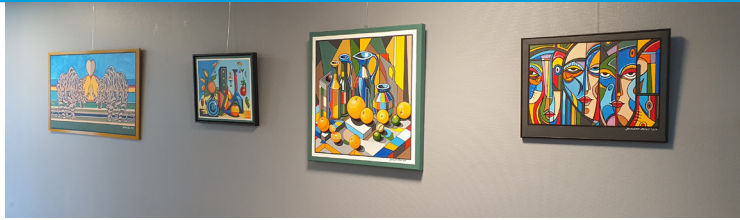
- iedereen zo langzamerhand wel weet dat hij niet van elk ontbijt hoeft mee te snoepen?
- zich al meer dan 30 mensen hebben opgegeven voor de info bijeenkomst over Veerkracht op 5-2?
- we gaan starten met spraakgestuurd rapporteren?
- dat veel tijd gaat schelen bij rapportages?





Tot slot

Kunst in HHH



In Het Hooge Heem draait het niet alleen om zorg verlenen, maar om leven toevoegen aan de dagen. Voor onze bewoners, en zeker voor ouderen die kwetsbaar zijn, maakt kunst daarbij een groot verschil. Niet door grootse woorden, maar door kleine momenten: een schilderij dat een herinnering oproept, muziek die een glimlach brengt, een creatieve activiteit waarin iemand weer maker is in plaats van patiënt.

Kunst in de zorg is meer dan afleiding. Onderzoek laat zien dat creativiteit ontspanning, veerkracht en zelfs herstel bevordert. Arts in Health Groningen werkt hieraan door kunstenaars te verbinden met zorginstellingen. In Het Hooge Heem oriënteren we ons op deelname hieraan: kunstenaars brengen beeldende kunst, muziek, theater en dans direct naar onze bewoners. Zo wordt iets wat normaal 'buiten' gebeurt, een onderdeel van het dagelijks leven hier.

Zelf doen

Zelf kunst maken is bijzonder waardevol. Teken, zingen, dansen of samen iets creëren – het spreekt het gezonde, hoopvolle deel in mensen aan. Zoals initiatiefnemer van Arts in Health, Ferdinand Lewis, zegt: je vindt er een stukje van je eigen identiteit in terug. Voor bewoners betekent dat momenten van ontspanning en betekenis, een lach, een herinnering, een gesprek dat anders niet op gang zou komen. Voor zorgverleners biedt het energie, verbinding en inspiratie. De sfeer in huis voelt warmer,

Tips!

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

meer aanwezig, alsof de dagen even een beetje groter worden.

Beleven met Zichtlijn

Naast zelf doen, is kunst beleven belangrijk. Op afdeling Zuid organiseren we al enkele jaren wisselende exposities met lokale kunstenaars van Kunstenaarskring Zichtlijn. Elke vier maanden iets nieuws zien, iets nieuws beleven, houdt bewoners en medewerkers nieuwsgierig en betrokken. Het breidt zich nu uit naar het hoofdgebouw: restaurant, kantoren, vergaderzalen en verkeersruimtes. Zo maken we kunst toegankelijk voor iedereen en geven we tegelijkertijd onze lokale kunstenaars een podium.

De komende maanden kunnen we op Zuid genieten van de Beestenboel van Jantien Bellinga (Noordhorn) en in het hoofdgebouw zien we o.a. kleurrijke kunst van Johann Krol (Emmen), in de vitrine sieraden gemaakt van lege koffiecups en verpakkingsmaterialen door Geertje Veenstra (Den Horn) en in de kamer van Klaas staat een sokkel met een beeld van Ineke Kroese.

Waarom we dit doen?

Omdat we geloven dat kunst bijdraagt aan het welzijn van mensen, hier en nu. Omdat het gebruik maakt van wat er is – de lokale kunstenaars, de verhalen, de talenten van onze bewoners. En omdat het inspireert en vernieuwt, elke dag opnieuw. In Het Hooge Heem is kunst geen versiering; het is een manier om leven te laten voelen, ook op de momenten dat het leven klein lijkt.



Kwek op de bouw

Er wordt ijzer gevlochten - met blote handen of met hele dunne handschoenen aan - en er ontstaan overal langwerpige kooien. Ik moet oppassen dat ik daar niet in terecht kom!

Het is zo kkkkoud, dat ik er blauw van ben geworden. Wie had gedacht dat de winter zo lang doorzette?

Enne ... wist je dat je mijn verhalen ook wekelijks op de website kunt vinden?

