



Samen rustig de krant doornemen.

Stichting  
Vrienden van  
't Zorghuus

2017 | nummer 9

# 't VriendenNieuws

## Colofon

### Redactie:

- Linda Custers-Jansen
  - Ruud Janssen
  - Sjan Claessens
  - Annemarie Koonings
- redactie@vriendenvanzorghuus.nl

### Ontwerp:

www.letuscreate.nl

### Opmaak:

www.letuscreate.nl

### Oplage:

150 stuks

### 't Zorghuus

Lovinckplein 7, 5813 CC Ysselsteyn

0478 - 72 96 00

www.zorghuus.nl

Stichting

Vrienden van  
't Zorghuus



niet voor uit te komen dat ze zich eenzaam voelen of worden niet gehoord. Hoe komt dit, hoe kunnen we de signalen oppikken, hoe herken je of iemand eenzaam is, of voel jezelf weleens eenzaam. Hoe maak je dit kenbaar?

Wat versta je onder eenzaamheid? Iedereen voelt zich weleens eenzaam of verlaten. Het is een gevoel van leegte, verdriet en soms van angst. Je voelt je niet verbonden met de wereld en met andere mensen om je heen. Het is een persoonlijke beleving. Dit kan niemand voor een ander invullen. Uit de definitie volgt dat iemand met weinig contacten niet per se eenzaam hoeft te zijn. Terwijl iemand die veel mensen om zich heen heeft, zich toch eenzaam kan voelen. Je bent pas eenzaam als je het gemis aan relaties of contacten als negatief ervaart. Het is iets wat je alleen zelf kunt voelen.

Het doel was om dit onderwerp onder de aandacht te brengen en samen te bespreken. Hier hebben we, denk ik, een aftrap mee gemaakt. Er is naar voren gekomen dat eenzaamheid iedereen kan overkomen en dat er geen handboek voor bestaat hoe mee om te gaan. Het belangrijkste is om iemand in zijn of haar waarde te laten en te luisteren naar hun verhaal wat zij belangrijk vinden in het leven.

**Annemarie Koonings**

## Silvie

Hoi, ik ben Silvie Tonnaer en sinds 1 December 2016 werkzaam in 't Zorghuus. Ik woon in Ysselsteyn samen met mijn vriend Bart en samen hebben we 2 kinderen, Daan van 7 jaar en Linn van 5 jaar. Na de middelbare school ben ik de kappersopleiding gaan doen. Na een

aantal jaar als kapster gewerkt te hebben ben ik de Verzorgde IG opleiding gaan volgen. Ik heb voorheen op het RCG gewerkt (Regionaal Centrum Geestelijke gezondheidszorg) op de afdeling ouderen. Daarna ben ik op Beukenrode (Zorggroep) begonnen met werken op een PG afdeling. Vanuit Beukenrode ben ik op kleinschalig wonen in Sevenum gaan werken.

De ouderenzorg heeft mijn interesse. Wat ik wel jammer vond, is dat er weinig tijd was voor de bewoners. Er kwam zoveel papierwerk bij waar veel tijd in ging zitten wat ten koste van de bewoners ging. Ik stond daar alleen op een woning van 7 dementerende mensen dus echt tijd voor ze had ik niet. Het was voornamelijk de zorg, eten koken, toiletgang, medicatie, de was en poetsen waarmee ik bezig was. Tijd om met de bewoners iets te ondernemen had ik niet. Wat ik ook als niet prettig heb ervaren is dat ik alleen op de woning was en er ook geen toezicht was in de huiskamer als ik bewoners naar bed bracht of ging verzorgen. In 't Zorghuus stond ik er ook echt van te kijken dat er tijd en aandacht voor de bewoners is. Door zowel personeel als vrijwilligers.

Ik vind dat ze hier veel vrijwilligers hebben die met de bewoners activiteiten ondernemen. Ook worden er leuke dingen gedaan zoals een ronde fietsen met de duofiets, wandelen met bewoners, een kaartje leggen, spelletjes enz. Fijn om zo met de mensen bezig te kunnen zijn. Ik ervaar hier weer in 't Zorghuus wat de zorg is waar ik destijds voor gekozen heb. Persoonlijke aandacht en tijd voor de bewoners. Ik vind het erg fijn hier te mogen werken. De bewoner staat centraal en daar gaat mijn hart naar uit!

**Silvie Tonnaer**

## Pagina 1

- **Carnaval vieren in 't Zorghuus**
- **Samen omgeving ontdekken**
- **De Duofiets in gebruik**

## Pagina 2

- **Paasmarkt is groot succes**
- **Samen de weg vinden**

## Pagina 3

- **Drempels in eenzaamheid**
- **Thema eenzaamheid?**

## Pagina 4

- **Silvie**

Stichting

Vrienden van  
't Zorghuus



## Carnaval vieren in 't Zorghuus

Het is inmiddels een mooie traditie aan het worden dat de vrijdagavond vóór Carnaval de prins, prinses, vorst en voorzitter van de Piëlreuzen een bezoek brengen aan 't Zorghuus. Als bestuurslid van 't Zorghuus heb ik de laatste jaren alleen maar lijdzaam mogen aanhoren dat het elke keer weer een fantastische avond was. Immers, om te voorkomen dat het dak er af gaat is uitsluitend een select gezelschap van bewoners, directe familie, medewerkers en vrijwilligers aanwezig. Dit jaar mocht ik dus als prins wel aanwezig zijn. De stemming zat er al goed in bij onze aankomst. Ook de jeugdprins Jens en vorst Stef waren van de partij. Voor deze gelegenheid was de schuifwand tussen de twee zitkamers van 't Vurste en 't Achterste Huus weggeschoven en aldus ontstond een mooie feestzaal. Het muzikaal Combo aangevuld met wat gelegenheidsartiesten hadden de beste Vastelaovend nummers ingestudeerd en daarmee de juiste toon te pakken. Voor ons was het wat je noemt echt genieten van het genieten. Een prachtig gezicht om de oudjes te zien glunderen en mee te deinen en zingen. Nog mooier om te zien was de energie die van de bewoners van Os Thuus afspatte. Bij hun gingen de voetjes echt in de lucht en ze kregen er duidelijk geen genoeg van. We voelden ons als prins en prinses vereerd dat zoveel mooie mensen met ons op de foto wilden. Als je die beide bewonersgroepen zo door elkaar en met elkaar ziet genieten dan is dat het ultieme moment om stil te staan bij het succes wat 't Zorghuus nu al heeft weten te bewerkstelligen. Vijf jaar geleden was er nog niets en nu kunnen 'onze' ouders en kinderen in een vertrouwde omgeving op een eigen manier van dit volksfeest genieten. De complimenten aan alle medewerkers en vrijwilligers die dit mogelijk maken. Hierdoor heeft 't Zorghuus een stevig fundament en

is nu al niet meer weg te denken uit Ysselsteyn. De Piëlreuzen hebben daarmee iets bijzonder waardevols aan Ysselsteyn toegevoegd.

**Eric & Marika Houben**

## Samen omgeving ontdekken

Vol enthousiasme demonstreren Mia en Toon de Duofiets in een ronde over het Lovinckplein. Ze worden aangemoedigd door bewoners, donateurs, sponsors, zorgprofessionals en vrijwilligers. Deze Duofiets is namelijk een langgekoesterde wens van de bewoners in 't Zorghuus en zondag 28 mei jl. is de wens officieel in vervulling gegaan. Hans Verkoeijen en Bart Marcellis hadden de eer om de fiets over te dragen. Zij hebben namens de Peter Winnen Classic een geldcheque overhandigd van € 1500,- als bijdrage aan de Duofiets. Op dezelfde dag was ook Rundje Ysselsteyn. Deze organisatie draagt al enkele jaren bij aan de Vrienden van 't Zorghuus om dit spaardoel te realiseren. Naast deze sponsors heeft de Dartclub en vele particulieren met donaties dit doel gesteund. Willie Koonings heeft alle betrokkenen bedankt voor hun inzet en heeft kenbaar gemaakt dat de Duofiets niet alleen voor mensen in 't Zorghuus is. Maar ook gebruikt kan worden door andere mensen, die niet meer alleen zelfstandig kunnen fietsen. Hierover wordt binnenkort meer over gecommuniceerd.

## De Duofiets in gebruik

Ik heb twee keer gebruik gemaakt van de duofiets. De eerste keer was met mijn moeder. Ze moet helemaal geholpen worden voordat ze gebruik kan maken van de fiets. Het stoeltje draaien, riem om, de afstand



Trots overhandigen Hans Verkoeijen en Bart Marcellis de duofiets.



Een drukke bedoening in basisschool St. Oda.

## Paasmarkt is groot succes

Zoals jullie weten werken wij met Jeelo op onze school. In de onderbouw en in de middenbouw hebben ze dingetjes gemaakt en verkocht en in de bovenbouw hebben de kinderen o.a. een bedrijfje opgezet.

Want het Jeelo project gaat over: 'Omgaan met geld' en als afsluiting van het project hebben wij met de hele school een paasmarkt gehouden van knutselwerkjes die de kinderen hebben gemaakt.

We hebben heel erg veel geld opgehaald met de paasmarkt namelijk €510,-. De opkomst was geweldig. Iedereen bedankt, wij zijn er allemaal trots op. De opbrengst van de Paasmarkt ging naar het 't Zorghuus. Een kind uit elke groep mocht mee om het geld te overhandigen aan 't Zorghuus. Ze waren er heel erg blij mee. Wat ze precies met de opbrengst gaan doen is nog niet duidelijk.

Ze hebben wel wensen zoals:

- een Tover tafel
- een Fiets

En ze willen ergens iets aanhangen om de St. Oda school te bedanken.

BEDANKT NAMENS ALLE LEERLINGEN EN ALLE LEERKRACHTEN VAN BASISCHOOL ST.ODA!!!!

*Sofie, Tijn en Tim*

afstemmen van de stoel en trapper, de riemen om de voeten. Het was eerst even uitproberen maar na een paar minuten konden we gaan. Haar eerste reactie was aftastend. Ze keek niet echt om haar heen omdat ze een klein beetje angstig was. De eerste sloot die we tegen kwamen, vond ze ook eng, maar dat vindt ze ook in een auto. Ze is bang dat we er in rijden. Ik denk dat na een kilometer kwam er toch berusting en konden we even stoppen bij de schapen, koeien en mooie bloemen, behalve bij een sloot natuurlijk. In het begin trapte ze niet mee, maar na een kilometer of 3 begon ze toch mee te trappen en heeft ze helemaal gefietst. Ik denk dat het ze er aan moest wennen, maar dat ze het wel heel leuk vond.



De tweede keer ben ik met Helma gaan fietsen. Ik vroeg aan José, of ik met iemand van 't Zorghuus kon fietsen. Ze zei gelijk dat Helma het heel leuk zou vinden. Dat bleek ook zo te zijn. Binnen 2 minuten stond ze klaar met haar vest aan. Zij deed gelijk mee en keek ontspannen om haar heen en was lekker aan het kletsen. Ze vond het geweldig, We hadden niet zoveel tijd omdat de soep al bijna klaar stond, maar een klein rondje was een grote deugd voor haar.

*Roel Belgers*

Stichting  
Vrienden van  
't Zorghuus



## Drempels in eenzaamheid

Op 6 februari jl. organiseerde de Vrienden van 't Zorghuus een avond met het thema eenzaamheid. Mevrouw Jeanne Hendrix, gastspreker, hield een korte inleiding waarna er door middel van tekeningen, levensvragen en stellingen een verdiepingsslag gemaakt werd. Dit werd aan de hand van een spel, geleend van het Huis van de Zorg, in kleine groepjes uitgevoerd.

De informatie die naar voren kwam in deze bijeenkomst is, willen we graag delen.

### Waarom kan eenzaamheid ontstaan?

Naast persoonlijke aanleg kan eenzaamheid ontstaan door omstandigheden waarop jezelf weinig of geen invloed hebt. Hierbij kun je denken aan verlies van een dierbare, werkloos raken, bedrijfsbeëindiging, stoppen met werken, scheiding of als kinderen het huis verlaten. Maar ook het ouder worden en steeds meer mensen om je heen verliezen en in een "kleine wereld" terecht komen vergroot het gevoel van eenzaamheid.

### Herkennen van eenzaamheid

Lastiger is het wanneer mensen lijden aan chronische eenzaamheid, dit is vaak moeilijk te signaleren. Deze groep mensen is vaak onzichtbaar. Ook het alleen zijn hoeft per definitie niet altijd een gevoel van eenzaamheid te betekenen, omdat het per persoon verschillend is hoe je hier mee om gaat.

### De drempels van de eenzame persoon

Mensen die te kampen hebben met het gevoel van eenzaamheid moeten vaak over drempels heen om toe te geven dat zij zich eenzaam voelen. Het niet tot last willen zijn, want iedereen heeft het toch al zo druk,

niet serieus genomen te worden of bang te zijn een zeurpiet gevonden te worden vormen onder meer drempels om je open en kwetsbaar op te stellen. Durf je masker af te zetten.

### De drempels om de eenzame persoon te helpen

Om eenzame mensen te helpen moet je als persoon ook over drempels heen. Wat doe bijvoorbeeld je als je een bekende tegenkomt die een dierbare is verloren? Kies je ervoor om maar deze, indien mogelijk, te ontwijken of durf je het aan je open te stellen voor de eventuele emoties van de ander? Durf je het risico te nemen dat jouw belangstelling niet op prijs wordt gesteld of genegeerd? Of stap je over deze drempels heen en wil jij die persoon zijn die ondanks alles in staat is om iemand juist dat kleine beetje extra aandacht te geven, even tijd vrij te maken, de ander het gevoel te geven dat die er toe doet? Vaak zit het immers toch in kleine dingen, even wat extra aandacht, een luisterend oor, een knuffel of een grapje dat mensen een goed gevoel geeft dat vaak langer duurt als de tijd die jij er aan hebt besteed.

Het is een illusie dat eenzaamheid helemaal op te lossen is, maar als we het lief hebben om ons steentje hierin bij te dragen maak je het leven voor velen wel een stukje aangenamer.

*Leo Philipsen en Marij van Meijel*

## Thema eenzaamheid?

Dit thema hebben we gekozen omdat het een veel besproken onderwerp is. Toch zullen de mensen die het treft hier niet snel openlijk over spreken. Ze durven er

Stichting  
Vrienden van  
't Zorghuus

