



Seniorenhuisvesting 'Zuid-Veluwe'



Zomer 2020



Dit is een uitgave van het bestuur van Vrijzinnig Religieuze Stichting Seniorenhuisvesting 'Zuid-Veluwe'.

Redactie: Leonore Noorduyt
Ontwerp en vormgeving:
Henk-Jan Panneman

Fotografie: Vincent Tollenaar,
Hans Smid, Rob van Ee,
Lizanne Kik
Druk: Drukkerij Cunera

voorwoord

Beste bewoner

van de Aleidahof, de Roosebrink en de Timanshof

Tsja, de wereld ziet er heel anders uit dan een jaar geleden. Het coronavirus heeft ons geduwd in de richting van de 'anderhalvemetersamenleving'. Betekent zoiets dat we nu afstandelijker met elkaar moeten omgaan? Nee, ik denk het niet. We willen elkaar met aandacht en warmte blijven ontmoeten, al vraagt dat wellicht wat meer creativiteit van ons dan eerst. Misschien herkent u door de crisis vragen als: 'Wie ben ik nu nog?' en 'Waarvoor leef ik?'

Wie ik dan ben? Ik ben een mens, geboren en aanwezig. Ook als ik lange tijd alleen doorbreng, ben ik waardevol. Want straks is er weer de ontmoeting. Straks drinken we weer samen koffie, gaan we weer bij elkaar langs. Dat weet jij, dat weet ik, en daarom zijn we waardevol voor elkaar. Waarvoor ik leef? De lieflijke aanwezigheid moeten we missen.

Maar ook al is onze bijdrage aan die ander maar heel klein, we leven niet alleen voor onszelf maar ook voor de ander. Nu hebben we alleen nog de keus om te bellen, om kaartjes te sturen, om te knikken naar de medebewoner aan de andere kant van de gang.

In dit alles mogen we ons gedragen weten: we zijn niet alleen. Fysiek misschien, maar in werkelijkheid niet. Hoe de wereld ook verandert, wij zijn in staat ons zelf aan te passen met onze draagkracht, waar we die ook vandaan halen. Van God of van de goddelijke vonk van onze naaste.

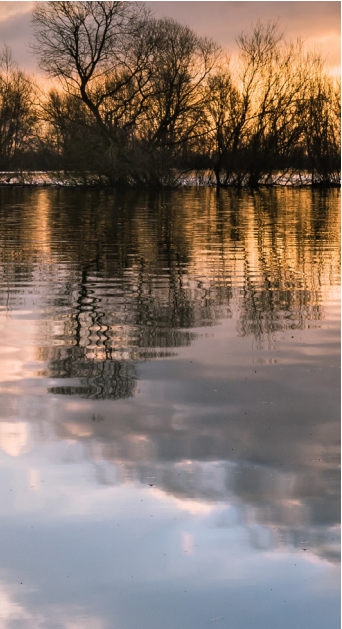
Ik sluit af met u het beste te wensen. Ook in de 'anderhalvemetersamenleving'. Houd moed, geniet van ons blad. Ik wens u een gezonde en mooie zomer toe.

Paul Stegenga (secretaris)
Bestuurslid Seniorenhuisvesting 'Zuid-Veluwe'



Dankbaar voor de mooie dingen

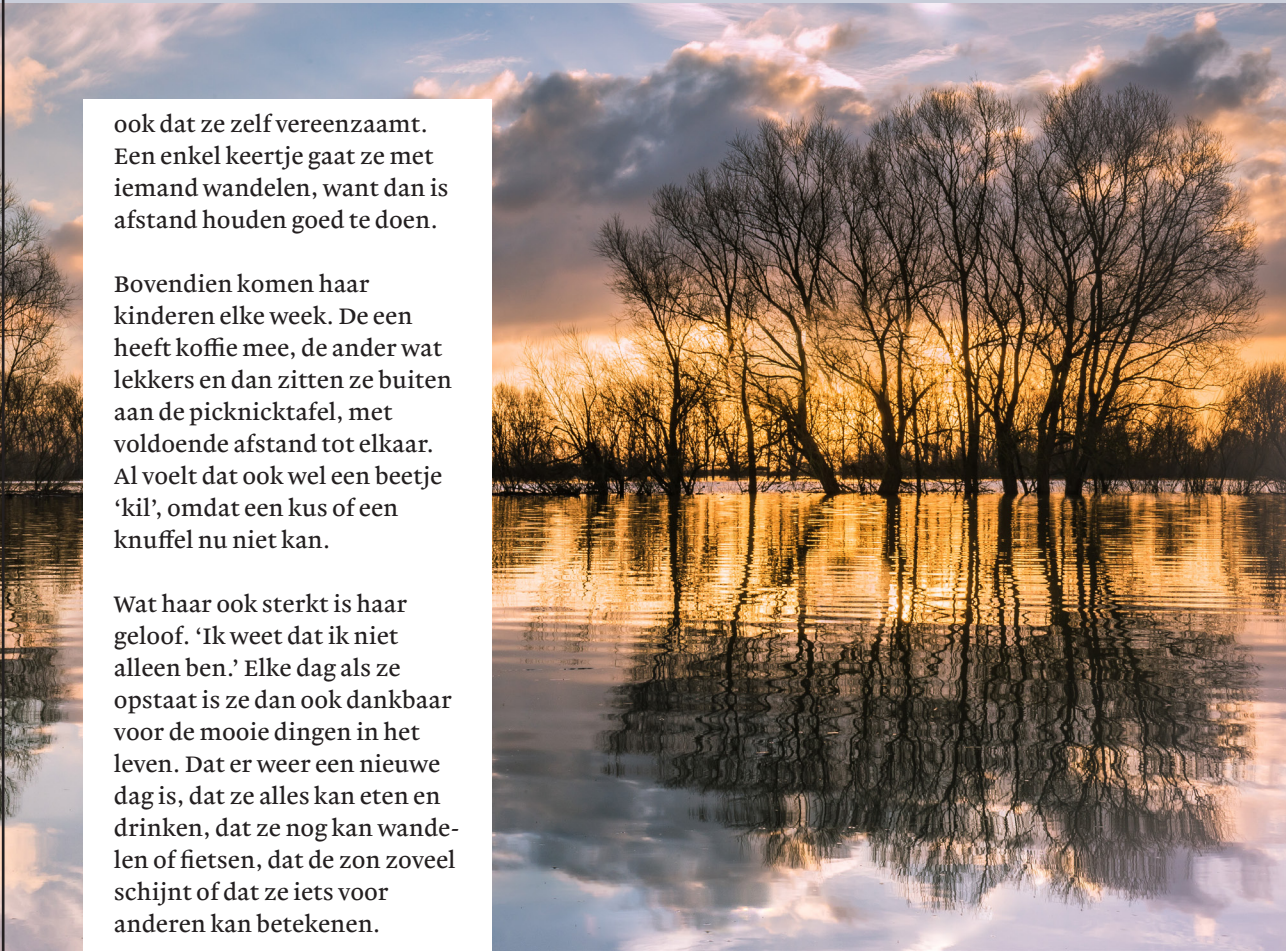
'Ik ben gezond, heb geen klachten en ook geen onderliggende klachten.' Dat antwoordt Annie Rap, uit de Aleidahof, op de vraag hoe het met haar gaat. Een antwoord dat typisch in de coronatijd past. Maar hoe ze deze periode beleeft is een heel ander verhaal.



Elke dag kan anders zijn. De ene dag gaat het helemaal goed, een andere dag voelt het zwaar. Vooral als ze het nieuws te veel tot zich door laat dringen. Dan komen er vragen boven als: Hoe is de toekomst? Blijft het hierbij en hoe lang gaat het nog duren? Ook de verhalen over de zieken komen bij haar binnen. 'Ik heb heel erg te doen met mensen, bijvoorbeeld op de IC's en hoe je er dan uit komt. En er zijn zoveel besmettingen, vooral in verpleeghuizen. Dat vind ik helemaal erg.'

Maar ze laat zich daardoor niet van de wijs brengen. Om zichzelf op de been te houden heeft ze elke dag een programmaatje voor zichzelf dat ze afloopt. Onderdeel daarvan is een 'belletje' naar iemand. Haar zus, schoonzus spreekt ze regelmatig, maar ook anderen. Vooral mensen waarvan ze het gevoel heeft dat ze eenzaam zijn.

Aandacht geven is belangrijk, vindt ze. Overigens niet alleen voor de ander, maar ook voor zichzelf. Zo voorkomt ze



ook dat ze zelf vereenzaamt. Een enkel keertje gaat ze met iemand wandelen, want dan is afstand houden goed te doen.

Bovendien komen haar kinderen elke week. De een heeft koffie mee, de ander wat lekkers en dan zitten ze buiten aan de picknicktafel, met voldoende afstand tot elkaar. Al voelt dat ook wel een beetje 'kil', omdat een kus of een knuffel nu niet kan.

Wat haar ook sterkt is haar geloof. 'Ik weet dat ik niet alleen ben.' Elke dag als ze opstaat is ze dan ook dankbaar voor de mooie dingen in het leven. Dat er weer een nieuwe dag is, dat ze alles kan eten en drinken, dat ze nog kan wandelen of fietsen, dat de zon zoveel schijnt of dat ze iets voor anderen kan betekenen.



Wiel den Hartog

‘Positief blijven en doorbijten’

Voor Wiel den Hartog, uit de Roosebrink, is er in ieder geval één positieve verandering afgelopen periode. Samen met zijn vrouw wandelt hij tegenwoordig iedere dag zo’n 5 kilometer. ‘Eerder was er twee maal per week gym, maar dat is er nou niet. We wilden afvallen, maar dat stond een beetje stil. Daarom wandelen we nu.’ En dat bevalt goed. De ene keer gaan ze naar de dijk, de andere keer naar Wageningen Noord-West en als het hard waait blijven ze tussen de huizen. Zo zien ze elke keer wat anders.

Verder vindt hij het allemaal wel heel lang duren. Als medebeheerder van de recreatiezaal wil Wiel graag weer aan de slag. En niet alleen hij, zijn medebewoners ook, merkt hij. ‘Ze zijn het wel een beetje zat.’ Mensen willen zo graag weer met elkaar kunnen koffie en thee drinken en de vrijdagse borrel houden.

Wiel houdt de hoop dat samen koffie drinken wellicht op korte termijn weer mag. Maar voordat andere bijeenkomsten weer mogen, zal het wel wat langer duren, verwacht hij. Waar bewoners in ieder geval van af moeten

zien, denkt hij, is het feest voor het 30-jarig bestaan van de Roosebrink. Hij deed mee aan de voorbereidingen en weet dus precies wat er op stapel stond. ‘Ik denk dat het op zijn vroegst september wordt voordat we weer bij elkaar mogen komen. Misschien pas eind september.’

Zelf komt hij zijn tijd wel door. Samen met zijn vrouw. Zo nu en dan een boodschapje. De vergaderingen van de bewonerscommissie, die nog wel doorgaan. De kinderen die om de beurt elke zondag komen. Whatsapp-contact met zijn kleinkinderen. ‘Zo horen we nog wel wat er speelt, maar dat we ze nu niet zien is wel jammer.’

En wat als hij of iemand anders er chagrijnig van wordt? ‘Ik blijf altijd positief. Dan zeg ik: effe doorbijten en we flauwekullen een beetje. Een beetje praten met elkaar, een beetje lachen. Dat is belangrijk.’

'Het komt wel weer goed'

'Dan kom ik op mijn balkonnetje en ruik ik ineens de meidoorn. Zo lekker.' Henny Bakker, uit de Timanshof, weet het nog precies. Het was rond Koningsdag. De tijd dat iedereen binnen bleef en er nauwelijks auto's reden. Ze vermoedt dat geuren daardoor extra opvielen. 'Het is ook wel eens goed dat er minder auto's rijden', ziet ze gelijk het positieve van alle maatregelen.

Die positieve houding lijkt haar levensinstelling. Vraag haar hoe het gaat en ze antwoordt: 'Goed.' Dat zegt ze niet uit beleefdheid, ze meent het. Daarbij verwijst ze naar haar dochter die 'altijd blijmoedig is.' Het klinkt alsof ze er verwonderd over is, ook al is ze zelf ook steeds positief gestemd.

'Ik heb het geluk dat ik nog weg kan', relativeert ze haar optimisme. Ze rijdt namelijk iedere dag een rondje van een half uur op haar fiets, om er even uit te zijn. Of ze gaat op

bezoek bij kennissen. Zo was ze laatst nog op bezoek bij haar oude burens verderop in Bennekom. Het ging prima in hun tuin, op anderhalve meter afstand van elkaar.

Boodschappen haalt ze een maal per week. Ze is er nog een keer om 7 uur geweest, in het uurtje speciaal voor ouderen. 'Dat wilde ik ook wel eens beleven.' Het bleef bij die ene keer. Niet nodig, vindt ze. 'Als er veel mensen zijn, dan loop ik wel een blokje om, kom ik later terug.'

Ook in haar eentje in haar appartement is het prima. 'Ik zat wel vaker een tijd alleen. Er is altijd wat te scharrelen hier in huis en ik lees ook graag.' Ze woont nu een jaar in de Timanshof en vond het beslist gezellig om mee te doen met het bloemschikken of een kerstje koffie te drinken. Maar heel vaak deed ze dat niet.

Nu ziet ze hoe medebewoners met mooi weer in de tuin zitten. Dan is zij blij om even te zwaaien. Of de groet in haar 'straatje' als iemand net over de gang loopt. Voor haar is dat voldoende.

Zorgen zijn niet aan haar besteed. Waarom zou ze zich zorgen maken? 'Je kan er toch niets aan doen. En och, het komt nog wel een keer goed.'



Onder de indruk van de veerkracht



Hoe houden we contact met onze bewoners? Dat is de vraag die bij Lianne Kik en Pieter van Giersbergen steeds op de achtergrond speelt. Natuurlijk is er ook ander werk. Zoals de administratie, de werklui binnen laten die de bibliotheek verbouwen of zaken regelen met Woonstede.

Maar de kern van hun werk draait om de bewoners. En dat is hun op het lijf geschreven: alert zijn op wat goed is voor de bewoners, zodat die zo zelfstandig mogelijk hun leven kunnen leiden.

Dus is het logisch dat Lianne zich afvraagt of ze wel toegankelijke genoeg zijn in deze coronatijd. Want die aandacht kan nu vrijwel alleen via de telefoon, die ze dan ook optimaal benutten. Zo hebben ze met elke bewoner een telefoongesprek gepland, gesprekken die 'niet in vijf minuten klaar zijn en goed zijn om te doen', aldus Pieter.

Natuurlijk zijn er telefonische hulplijnen waar mensen terecht kunnen. 'Maar dat is een gesprek met een onbekende en er is ook schaamte om te zeggen dat je je eenzaam voelt of het alleen niet redt', merkt Pieter. Daarom is ze blij dat Lianne en zij altijd zoveel hebben geïnvesteerd in contacten met de bewoners. Nu blijkt dat ze toegankelijk zijn voor de bewoners als zij vragen hebben.

Dat het niet meevalt om door te gaan als het vaste ritme helemaal verdwenen is, snappen ze helemaal. Niet meer iedere dag even koffie drinken, gezamenlijk eten of samen kaarten. Alleen nog maar elke dag hetzelfde, zonder of met weinig bezoek.

Tegelijk zien ze hoeveel veerkracht de bewoners hebben en hoe ze zoeken naar oplossingen. Neem de priegel-

commissie in de Timanshof. Bij mooi weer zet die de tafeltjes en stoelen verspreid op het gras, zodat bewoners buiten kunnen zitten, op anderhalve meter afstand van elkaar.

Pieter en Lianne noemen ook nog de vele initiatieven van buiten de huizen. Pieter: 'Hartverwarmend.' Zoals de kindertekeningen die plotseling bij ieder in de bus lagen. De moeder die met kinderen paasmandjes knutselde, 103 totaal. De bloemetjes van lokale ondernemers voor iedereen.

Dat neemt niet weg dat zowel Pieter als Lianne het contact met de bewoners vreselijk missen. 'De sprankeling is uit mijn werk', noemt Lianne dat. 'Het doet een beetje zeer', vindt Pieter. Maar dan noemen ze direct al hun medicijn tegen mogelijke somberte: aan het eind van iedere werkdag benoemen ze wat er leuk was die dag en wat hun energie heeft gegeven. En dat is altijd een hele waslijst. Iets wat iedereen kan proberen, adviseren ze. In alle tijden.

Inspiratie

Diverse bewoners hebben gereageerd op de oproep in het voorjaarsnummer en stuurden een bijdrage in. Hartelijk dank daarvoor!

Sommigen stuurden een gedicht van gerenommeerde dichters, er zijn er die aan het knutselen sloegen of zelf een gedicht of een stukje tekst schreven. Een selectie hiervan vindt u op de volgende pagina's.

Ingestuurd door Cor Jasper (Aleidahof):

'Hoop is een toestand van de ziel, niet een antwoord op de omstandigheden waarin je je bevindt.'

Václav Havel

Coronatijd

De tijd vliegt, maar de dagen gaan te traag,
Een jaar is zo voorbij, terwijl de uren
Elk wel een eeuwigheid lijken te duren
En morgen wordt als gister en vandaag.

Jean Pierre Rawie

Uit: De tijd vliegt, maar de dagen gaan te traag. Uitgever Bert Bakker

Coronatijd,

De tijd vliegt, maar de dagen gaan te traag.

Een jaar is zo voorbij, terwijl de uren
elk wel een eeuwigheid lijken te duren,
en morgen wordt als gister en vandaag.

Jean Pierre Rawie



Plus Supermarkt verraste de bewoners met oranjegebak. Buurtbewoners kwamen bovendien met bloemen en oranjebitter.



Inspiratie



Lieve mensen,
Wat leven we momenteel in een angstige rare wereld.
Alle leuke dingen mogen niet meer, niet meer met z'n
allen koffie drinken, geen bingo of samen knutselen.
We zien onze kinderen en kleinkinderen niet of nauwelijks.
Maar we blijven positief!

We kunnen wel genieten van een frisse neus of het
zonnetje op ons balkon of in de tuin (niet meer dan
3 mensen bij elkaar en 1,5 m ertussen!!), een boek lezen,
een puzzel maken of handwerken/knutselen het één
en ander, of naar een mooie film op tv kijken,
naar een mooi stuk muziek luisteren.

Kortom genoeg te doen en als we bezig blijven, vliegt
de tijd en komt ook aan deze ellende hopelijk
gauw een einde en dan kunnen we weer volop
genieten van onze nieuw verworven vrijheid!!

Lieve groetjes en blijf gezond!!!

Maarten en Lily
App. 309

Bloemetje voor ieder, die te maken heeft
met Corona-beperkingen: een fleurige
groet. Houd moed, geniet van de kleine
dingen en blijf gezond!

Een hartelijke groet vanuit
de Aleidahof van Mart
Hoogendoorn.



Ingestuurd door Dicky Hansman
(Timanshof):

Toekomst

Het is belangrijk te weten
Dat in de toekomstige tijd,
Samenwerking tussen de mensen
Een kracht is die bevrijdt.

Te beseffen dat je niet alleen bent;
Het 'ik' een stukje opzij;
Dat het ik-gerichte denken
Plaats maakt voor een gevoel van 'wij'.

Door samenwerking tussen de volken
Kan er veel worden bereikt;
De zorg voor onze aarde
Die langzaam maar zeker bezwijkt.

Alleen door bundeling van krachten
Met behoud van onze eigen identiteit;
Waarop zouden wij nog wachten?
Het is allang de allerhoogste tijd!

Hetty Kruijmer-Cazemier
Uit: *Gedachten in het
Licht van het Leven*
In eigen beheer uitgegeven.

Inspiratie

Ingestuurd door Henk Schonewille
(Aleidahof):

Telefoon

Plotseling rinkelt de telefoon
Mijn stilte aan stukken
Ik neem op
En kras schor
'cchallow met wie'
Ik had die dag
Nog niet veel gepraat
Zie je
In mijn hoofd wel
Natuurlijk

(Henk Schonewille)

Ingestuurd door iemand uit de
Roosebrink:

Luisteren

Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij begint mij adviezen te geven
dan doe je niet wat ik je vraag.

Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij begint mij te vertellen waarom
ik iets niet zo moet voelen als ik het voel,
dan neem je mijn gevoelens niet serieus.

Als ik je vraag naar mij te luisteren
en jij denkt dat je iets moet doen om
mijn problemen op te lossen,
dan laat je mij in de steek,
hoe vreemd dat ook mag lijken

Dus, alsjeblieft, luister alleen maar naar
me en probeer me te begrijpen.

En als je wilt praten,
wacht dan even en ik beloof je
dat ik op mijn beurt naar jou
zal luisteren.

(Leo Buscaglia)

