

aandacht

JAARGANG 6 | NUMMER 10 | ZOMER 2024

HET MAGAZINE VAN WARANDE

Samen bij Warande

"Een ander soort energie in huis"

Een dag met... Janneke Odijk

"Ze kent elke cliënt bij naam en weet precies wat zij graag eten en drinken"

Bouwen

"We gaan plekken realiseren waar mensen graag zijn"



warande

“(H)eerlijk Eten”



Mijn naam is H.E. Smeenk. Volgens mijn vriend staan mijn voorletters voor Heerlijk Eten! Hij verbaast zich er wel eens over hoe vaak ik aan eten denk en over hoe ontzettend ik kan genieten van heerlijk eten. Ik houd onder andere heel erg van appeltaart, blauwe bessen, lasagne, risotto en overnight oat*). Het belangrijkste van eten is voor mij: het genieten!

Het genieten van het eten wordt denk ik groter naarmate er meer van de volgende ‘ingrediënten’ aanwezig zijn:

- **Genotvol:** het moet lekker zijn. Vaak is hoe verser, hoe lekkerder.
- **Gezelligheid:** samen een maaltijd nuttigen, maakt het eten ook een sociaal moment. Even horen hoe het met de ander gaat of zelf even iets vertellen.
- **Gezond:** zo lang je varieert en alles met mate eet, heb je een gezond dieet is mijn overtuiging. Ik ben ‘flexitariër’: een enkele keer per week eet ik vlees of vis. Uit onderzoek blijkt dat een grotendeels plantaardig voedingspatroon een kleinere kans geeft op gezondheidsproblemen. Ik voel mij gezond bij het eten van minder vlees en fijn bij de wetenschap dat mijn kans op kanker, diabetes type 2 en hart- en vaatziekten verlaagd is.
- **Gewetensvrij:** het eten smaakt me beter als ik weet dat er geen dierenleed aan kleeft. Als ik vlees of vis eet, probeer ik daarom biologisch te eten. Dat is erg duur. Maar doordat

we dit maar voor 1 of 2 dagen per week en in kleine hoeveelheden kopen, blijft het nog wel betaalbaar. En ik ben niet heilig hoor: het komt ook zeker voor dat ik ‘gewone’ kipfilet koop. En een schaal bitterballen laat ik niet aan mijn neus voorbij gaan. Verder betekent minder vlees eten ook minder CO2-uitstoot en dus minder ernstige gevolgen voor het klimaat. Dat vind ik ook belangrijk!

Ik denk dat bewoners, naasten en collega’s ongeveer dezelfde eetwensen hebben: genotvol, gezellig, gezond en het liefst gewetensvrij! Met deze overtuiging neem ik deel aan de werkgroep ‘Vers en Vegetarisch eten’. We hebben een klein, eerste doel: we willen dat alle afdelingen van locatie Heerewegen minimaal één keer per week vers en vegetarisch koken. We zijn al begonnen. Om mij heen hoor ik al van collega’s, bewoners en naasten dat het een succes is. Mijn wensen zijn dat ook alle betrokkenen van andere locaties enthousiast worden voor vers en vegetarisch eten. En dat alle bewoners mogen genieten van heerlijk én eerlijk eten.

Eva Smeenk
specialist ouderengeneeskunde

* Heerlijk ontbijt; mijn recept: 1. fijne havervlokken met appel, rozijnen, kaneel en havermelk in een kom 2. Afdekken met een bordje, een nacht in de koelkast. 3. Volgende ochtend 4 minuten op vol vermogen in de magnetron.

Voorkant

Elke donderdagavond eet mevrouw Van Haaren samen met haar zoon Frank in het restaurant bij In de Dennen. ‘Toen mijn moeder hier ging wonen, zocht ik naar een mogelijkheid om samen met haar te eten. Eerst dacht ik: dan kook ik thuis, neem ik het mee en warm het op in de magnetron. Maar nu het mogelijk is om hier samen te eten, is dit net zo lekker en makkelijk’, vertelt Frank. En ook andere bewoners genieten hier van. Even een praatje maken en een mevrouw feliciteren omdat het haar verjaardag was.



4

Samen doen en samen eten

5

Samenwerking met scholen

6

Korte berichten

8

Koken op Heidestein

9

Wij Warande bouwen

12

Aandacht voorkomt voedselverspilling

14

Een dag met... met Janneke Odijk

16

Vegetarisch koken op afdeling Vollenhove

Samen eten

Het alledaagse leven is de basis. De keukentafel is ons centrum. Dat is één van onze leidende principes. Mooi op papier, maar hoe doe je dat in de praktijk? Met samen eten kom je al een heel eind blijkt in deze editie van Aandacht. Op verschillende plekken bij Warande eten bewoners met hun naasten, koken medewerkers, samen met naasten en vrijwilligers en snijden bewoners de paprika’s in stukjes. En nu blijkt aandacht ook nog voedselverspilling te voorkomen.

Als we daarbij ook nog eens genotvol, gezellig, gezond en het liefst gewetensvrij eten, dan komt het helemaal goed. Eet smakelijk!

Lidewij Hartman
eindredacteur

PS. Benieuwd naar de recepten in dit magazine? Check dan het boekje ‘Samen koken’ op onze website of vraag een exemplaar aan door een mail te sturen naar communicatie@warandeweb.nl met daarin uw adres. U krijgt het boekje dan toegestuurd.

Colofon

Redactie: Lidewij Hartman, Nicole Hopster, Willemieke Jungheim, Anne Leseman en Annemieke Schuur.
Eindredactie: Lidewij Hartman
Fotografie: Victor Schutijser en medewerkers van Warande.
Ontwerp & druk: Vandenberg, Bunnik
Uitgave: Aandacht is een uitgave van Warande. Het magazine is voor medewerkers, cliënten en relaties en verschijnt twee keer per jaar. Heeft u een idee voor een onderwerp of wilt u reageren? Stuur een mail naar redactie@warandeweb.nl.



“Een ander soort energie in huis”

De Theresiaschool, de overburen van Schutsmantel.

Op alle locaties van Warande is er samenwerking met kinderopvang, basisscholen en middelbare scholen in de buurt. Een bewoner van In de Dennen leest soms voor bij KidsLodge. Een groepje jonge kinderen schuift wekelijks aan bij een activiteit op De Loericker Stee. ‘Het geeft een ander soort energie in huis.’

Dat hoor je als er groepen kinderen langs komen bij bewoners. Schutsmantel in Bilthoven werkt al jaren samen met de Theresiaschool. Huize Valckenbosch verwelkomt leerlingen van vrije scholen. Leerlingen van scholengemeenschap De Breul komen langs bij de burens, de bewoners van Heerewegen, en denken mee over het restaurant.

Heerewegen en De Breul (Zeist)

De samenwerking tussen scholengemeenschap De Breul en Warande Heerewegen, burens in Zeist, heeft eind mei een officieel tintje gekregen. Beide organisaties werkten al samen. “Maar kreeg een boost door de felicitatiebanner die Warande Heerewegen prominent ophing bij de oprit van beide organisaties voor alle geslaagden vorig jaar”, vertelt Annemieke van Ingen.

Zij is manager facilitair bij Heerewegen en initiatiefnemer voor de officiële samenwerkingsovereenkomst. Maandag 27 mei tekende Annemieke, samen met Sietske Erich, waarnemend rector/bestuurder, de overeenkomst. De samenwerking gaat in ieder geval gelden voor veiligheid, burgerschapsvorming en werving. Leerlingen van het Technasium zijn bijvoorbeeld nauw betrokken bij het project ‘Het vitale restaurant’ om het assortiment duurzamer en gezonder te maken. “Mooi om te zien hoe veel energie dat leerlingen geeft om zo creatief bezig te zijn en in contact te zijn met bewoners”, legt Sietske uit.

Schutsmantel en de Theresiaschool (Bilthoven)

Bij Schutsmantel komen al 40 jaar (sinds 1984) in meer of mindere mate groepen leerlingen langs. Rianne Laurijsen,



Annemieke van Ingen en Sietske Erich ondertekenen de samenwerkingsovereenkomst.

SAMEN BIJ WARANDE

“Mooi om te zien hoe veel energie dat leerlingen geeft om zo creatief bezig te zijn en in contact te zijn met bewoners”

coördinator cultuur en welzijn, vertelt: ‘Het geeft een ander soort energie in huis en contact met de buitenwereld. Een groep kinderen voelt anders dan de eigen kleinkinderen op visite. Er zijn bewoners die echt een verzorgende rol aannemen, bijvoorbeeld omdat zij vroeger docent waren. Er zijn ook bewoners die meer van een afstand zitten te genieten en uit het raam kijken of ze al komen.’

Denise Mos is leerkracht van groep 5 en domeincoördinator. Zij vindt het goed voor de leerlingen om kennis te maken met ouder worden en zorgen voor de ander. ‘We bespreken een bezoek van te voren met de leerlingen. Hoe ga je om met mensen met dementie? Een gesprekje voeren, netjes antwoorden op een vraag en ‘u’ zeggen. Maar ook rustig blijven en niet naar binnen rennen. Dat is voor bewoners prettig. Je ziet dan ook andere kwaliteiten bij kinderen. In elke klas zitten wel een paar uitblinkers. Tijdens zo’n bezoek kunnen de meer stille kinderen uitblinken. En mooi om de wereld van Schutsmantel te laten zien, want dat is ook het leven. We beleven echt een leuk moment met elkaar en we hebben gelachen. De kinderen leren zo dat zij ouders een bijzondere dag kunnen geven. We vinden het belangrijk dat kinderen dat mee krijgen.’

Huize Valckenbosch en de Stichtse Vrije School (Zeist)

Marie-Lousie Stapper is klasseleraar van de 7e en 8e klas. ‘Een oud-collega van mij is nu verpleegkundige bij Huize Valckenbosch en zo zijn we in contact gekomen. We waren vorig jaar bezig met het Michaëlsfeest, het feest van moed, en ons thema was

inclusiviteit. We wilden met de klas iets moedigs doen, een oncomfortabel gevoel overwinnen. Hoe kan je stap zetten naar onbekende wereld? Toen kwam Huize Valckenbosch in beeld. Het idee was om een spelletjesmiddag voor bewoners te organiseren. We hebben dit toen voorbereid met leerlingen. Wat vinden je opa en oma leuk om te doen? Ook hebben we samen een documentaire gekeken over dementie. Op de middag zelf was het eerst wel even zoeken. We kwamen in een andere energie, dus eerst even stapje terug. Door het contact met bewoners kwamen we in lagere versnelling. Voor sommige leerlingen was het spannend, maar ik heb ze allemaal open zien gaan. We komen graag terug: het is om de hoek!’

Judy Spruyt, coördinator cultuur en welzijn, vult aan: ‘Ook voor bewoners was het een bijzondere rijke dag. Bij binnenkomst hebben we de leerlingen welkom geheten en eerst verteld wie hier wonen. De bewoners zaten er al klaar voor. En dat jeugdige doet meteen iets in huis, het geeft energie. Bij een aantal bewoners komt ook de moeder-/vaderrol omhoog. Je ziet dat zorgzame verschijnen. Ook bij leerlingen trouwens. Dan vragen ze voorzichtig: wilt u ook een kopje thee? We vieren het hele jaar door feesten, dus we willen van dit soort bezoeken graag iets standaard maken. Ook voor leerlingen van de vrije school is het leuk om zo antroposofie te zien.’



ZelfstandigThuis bij Warande

Warande is aangesloten bij de vereniging Reable Nederland en omarmt daarmee het gedachtengoed van reablement. Wij noemen het ZelfstandigThuis. Een speciale project-groep is aan de slag gegaan om deze nieuwe manier van kijken naar hulp(zorg)vragen handen en voeten te geven.

Wat is reablement?

Reablement, ZelfstandigThuis bij Warande, is een manier van werken waarmee hulpverleners ouderen helpen hun eigen leven te leiden. Zoals ze dat zelf graag willen en kunnen. Dit vraagt een andere houding van iedereen rondom de oudere: thuis, in de wijk en in het ziekenhuis. Het vraagt om heel goed te luisteren, waarbij je de vraag ziet door de ogen van de oudere. En dat je iemand 're-ablet': iemand helpt zijn eigen leven te leiden. Dat betekent in het kort:

- + We nemen niet over wat mensen zelf kunnen
- + We helpen mensen te herwinnen wat ze niet meer kunnen
- + We zorgen samen voor een oplossing voor dat wat overblijft

Bron: www.reablenederland.nl

Wat is ZelfstandigThuis?

Zo noemen we reablement bij Warande. Warande draagt, met het programma ZelfstandigThuis, bij aan zelfstandig leven en wonen binnen de regio Utrecht Zuid-Oost.

We starten in de gemeente Zeist. Wij doen dat door samen te werken met de eerstelijns, zoals Santé Partners, huisartsen en de gemeente (WMO). Het gaat om een kortdurend programma van 6 tot 12 weken. Bedoeld voor ouderen om zelfstandigheid thuis te herwinnen, als dat kan, en, waar nodig, oplossingen te bedenken, bijvoorbeeld verhuizen naar een verpleeghuis.

Hoe ziet het project eruit?

We richten ons nu op samenwerking tussen behandelaren en externe partners/collega's (eerstelijns) in Zeist. Het project maakt ook een duidelijke verbinding met de ontwikkelingen bij Bovenwegen. Mensen die daar gebruik maken van tijdelijk verblijf, gaan weer naar huis, waar mogelijk. ZelfstandigThuis ondersteunt tijdelijk het opstarten thuis. En het anders werken voor collega's. Hierdoor leveren we ook echt een bijdrage aan het weer zelfstandig thuis zijn.

Speciaal scholingsaanbod voor naasten en vrijwilligers!

In het kader van Samen Doen geven we de zorg om bewoners steeds meer samen vorm met naasten en vrijwilligers. Wij vinden dat we naasten en vrijwilligers hier dan ook de passende handvatten voor moeten geven. Dit speciale aanbod was een langgekoesterde wens van alle coördinatoren cultuur, welzijn & vrijwilligers. Samen met de collega's van de academie hebben we dit klassikale aanbod kunnen ontwikkelen. Dit is een aanvulling op het digitale aanbod via REINHELPT. Het scholingsaanbod delen we de komende periode in de nieuwsbrieven en via Familienet. Wij zijn erg benieuwd naar de reacties!



'Mijn verhaal' live via Caren zorgt

Om optimaal aan te kunnen sluiten bij de gewoontes en voorkeuren van bewoners willen wij graag voor inhuizen al kennismaken. Medewerkers van het Warande adviescentrum vragen toekomstige bewoners en hun naasten voor inhuizen het persoonlijke cliëntverhaal via Caren zorgt in te vullen. Dit wordt 'Mijn verhaal' genoemd. Zo komen alle wensen en voorkeuren direct in het zorgdossier te staan en kunnen zorgmedewerkers dit gemakkelijk teruglezen. De naaste kan ook een portretfoto uploaden. Dit draagt weer een steentje bij een nog warmer welkom!

lev arbo

Nieuwe arbodienst: LEV Arbo

Warande heeft een nieuwe arbodienst, LEV Arbo. Bij deze dienst ligt de nadruk op het inzetbaar zijn van medewerkers. Daarbij spelen positieve gezondheid, psychologie en talentmanagement een grote rol. Met als doel dat we met plezier aan het werk zijn. De nieuwe arbodienst start maandag 1 juli.

Kwetsbare oudere SEH-patiënt sneller op de juiste plek

Warande en het Diaconessenhuis kijken samen of zij oudere patiënten, die op de spoedeisende hulp (SEH) komen, sneller de juiste zorg kunnen bieden. Het gaat om kwetsbare ouderen die, na behandeling op de SEH geen ziekenhuiszorg nodig hebben, maar ook nog niet naar huis kunnen. Zij kunnen terecht op een speciale afdeling van Warande Bovenwegen. De zorg bij Warande richt zich op herstel en op het organiseren van eventuele vervolgzorg. De pilot start maandag 1 juli.

¡Buenas noticias, nuestro café de idiomas está a punto de comenzar!

Of in het Nederlands: Goed nieuws! Ons taalcafé gaat starten. Zo hebben we het Warande-taalcafé aangekondigd. En dinsdag 16 april was het zover: met vijf enthousiaste deelnemers zaten we aan tafel in Heerewegen in Zeist. Na een korte kennismaking gingen we in gesprek over de inhoud van de komende taalcafé's. Dat was al een mooi gesprek op zich. We hebben leuke en belangrijke thema's op de planning staan. Zoals gastvrijheid, dementie, ons portaal, veilig tillen en nog veel meer! Met als doel: ontspannen met elkaar praten in het Nederlands en met aandacht voor lezen en schrijven. Een deelnemer vertelt: 'ik wil graag vertellen over mijn weekend of vakantie, maar dat lukt niet altijd in het Nederlands. Dat wil ik leren, ook in het contact met mijn collega's.'



Koken op Heidestein

Op afdeling Heidestein in Heerewegen is vers koken favoriet. Dit gebeurt met de mobiele keuken. Deze donderdag stond er sla, soep en een quiche op het menu. William Snijder is druk bezig met de maaltijd, samen met bewoners. Bewoners helpen bij het snijden van de groenten. Een mevrouw is bezig met het snijden van een ui, of zoals zij zegt een 'siepel'. Omdat Heidestein als enige afdeling tussen de middag warm eet, kunnen ze de mobiele keuken vaker gebruiken. William vertelt dat door vers te koken zij meer met de wensen van bewoners rekening kunnen houden. 'Favoriete gerechten zijn stampotten, groentesoep, saté met tempeh en lasagne. Maar het traditionele eten is eigenlijk altijd goed', vertelt William. Als de ballonvolleybal is afgelopen, komt er een bewoner samen met zijn vrouw terug naar

de afdeling. 'Ik ben hier vaak op donderdag en dan help ik altijd mee met het koken', vertelt de dame. Terwijl haar man in de soep roert, helpt zij bewoners bij het snijden van de uien. Dan is het tijd om de quiche in de oven te zetten. 'Vandaag eten we geen broodjes bij de soep, maar lekker quiche'.

Van idee naar uitvoering

Na een geslaagde familie-avond vorig jaar met een vegetarische proeverij ontstond het idee voor het kookboekje. Op de afdeling koken we minimaal één dag in de week vers. Dat is dan ook vegetarisch. En het bevalt goed, bij bewoners en medewerkers. Bewoners helpen mee met het snijden van de groenten. Het koken op de afdeling zorgt ervoor dat bewoners beter eten. Ze ruiken het eten tijdens het koken en dat helpt met de eetlust.

Wij Warande bouwen

"We gaan plekken realiseren waar mensen graag zijn"

In 2022 zijn we op verschillende locaties binnen Warande gestart om locaties te verbouwen of door nieuwbouw te vervangen. In 2024 krijgen deze plannen en projecten meer vorm. Om dit in goede banen te leiden, heeft Warande een strategisch vastgoedplan, met de veelzeggende titel 'Bouwen voor de toekomst'. Hester Buijs, directeur zorg, en Marika Roodzant, directeur bedrijfsvoering, vertellen over vastgoed, leidende principes en de toekomst.

Het plan heet 'bouwen voor de toekomst'. Leg eens uit.

Hester: 'We bereiden ons goed voor op de toekomst en vastgoedprojecten zijn altijd langdurige trajecten, die veel voorbereiding en denkwerk vragen. Het gaat erom dat je goed weet wat je wilt. En antwoord hebt op vragen als: voor wie bouwen we? Wat bouwen we? Dan is het ook van belang om te weten wat er in de omgeving gebeurt. Hoe ziet de bevolkingsgroei eruit? Wat doen de burens? Uiteraard passend bij onze missie en visie.' Marika: 'Het plan geeft ons richting, waarbij we de vraag hebben gesteld: wat als we helemaal opnieuw zouden beginnen? Wat hebben we dan te doen en kunnen we dat betalen? Dit vraagt duidelijke keuzes: je moet het doen met wat je hebt en daarbij ook naar de toekomst kijken. Onze leidende principes helpen ons hierbij. We hebben nu een plan waar we goed over hebben nagedacht.

Hester: 'Het is ook een realistisch plan. Ik denk dat dit goed aansluit bij medewerkers. Van de nieuwbouw gaan we iets moois maken en dat maakt me trots. We gaan plekken realiseren waar mensen graag zijn, een liefdevolle omgeving. Soms moeten we keuzes maken op basis van euro's, maar we staan ergens voor. Daar heb ik Marika ook bij nodig. Dit past bij Warande: een realistisch plan, met oog voor de mensen en omgeving.'

"Wat als we helemaal opnieuw zouden beginnen?"

Hoe hebben jullie dat aangepakt?

Marika: 'We willen echt betekenis geven aan het plan. Voor Park Zeist hebben we het daarom niet alleen over de stenen en de huizen. Dus ontwikkelen we een visie op het gehele terrein, inclusief het groen. Hester: 'Voor de nieuwbouw aan de Krakelingweg hebben twee architecten in verschillende sessies met medewerkers en andere betrokkenen gekeken naar zorg in de toekomst. Zij hebben ons erg geholpen bij de vertaling van onze ideeën naar een gebouw in een omgeving. De Krakelingweg, het gebouw en de inrichting is helemaal nieuw. We hebben



De vorm van het gebouw aan de Krakelingweg is vanuit de lucht goed te zien.

hier met zogenaamde kwaliteiten gewerkt voor bewoners: mijmerkwaliteit of keuken-kwaliteit bijvoorbeeld. Ook kijken we hoe de bewoner woont in onze 'werkomgeving'; in onze organisatie. We willen dat wat er moet gebeuren, het 'werk', meer beleefbaar maken. Dat betekent bijvoorbeeld samen koken op de afdeling en de was met elkaar opvouwen. Het gaat om zien, beleven en waar mogelijk van betekenis zijn. In gebouwen betekent dat bijvoorbeeld dat we zo min mogelijk aparte ruimten maken voor individuele momenten of specifieke activiteiten.'

Dat kan wennen zijn voor medewerkers. Hoe zorgen jullie voor aandacht daarvoor?

Hester: 'Dat is inderdaad anders en ik begrijp dat dat ook in de details zit. Een eenvoudig voorbeeld: waar hang ik mijn jas op? Dat geeft houvast. Ook kunnen wij elkaar daarbij helpen; dat een medewerker, die even bij een bewoner zit of buiten wandelt, ook aan het werk is. Ook als dat gevolgen heeft voor de 'takenlijst' en dat de vaatwasser niet is uitgepakt of de tafel

nog niet gedekt. We vertrouwen erop dat het oké is dat een collega iets op een andere manier of een ander moment doet. De omgeving, de inrichting en de gebouwen ondersteunen zo het leven, wonen en werken.'

En hoe zit het met de wereld buiten Warande? Marika: 'We gaan meer samenwerken met andere organisaties, zoals bij De Loericker Stee met Reinaerde en KidsLodge. Het is niet meer van deze tijd om dingen alleen te doen. We gaan expertise delen en met onze dienstverlening beter aansluiten. Daar kunnen we nog meer in doen. Ik denk dan bijvoorbeeld aan het huisvesten van studenten.'

Hester: 'De basis van onze zorg is ontmoeting tussen mensen. Dat willen we verbreden. De omgeving waarin wij samen leven, wonen en werken groter maken. Dat doen we voor bewoners, maar we maken ook gebruik van kennis en ervaring van buiten voor de bouw en inrichting. Dat hebben we ook gedaan bij het inrichten van de keukens bijvoorbeeld. De principes van kleinschalig wonen nodigen ons uit om vanuit het dagelijks leven te denken

en te werken. Zo willen we samen én vers koken. Hoe richt je dan je keuken in? Daarvoor halen we kennis van buiten naar binnen. Je kan het niet meer alleen en waarom zou je dat zelf oplossen?'

"De basis van onze zorg is ontmoeting tussen mensen"

Glazen bol-vraag: hoe ziet de wereld van Warande er over tien jaar uit?

Marika: 'Echt anders, toch baseren we onze keuzes ook op hoe we het nu doen. We houden het aantal plekken voor verpleeghuis-zorg. Als je naar de ontwikkelingen kijkt, is het eigenlijk logischer als we voor minder plekken bouwen. De verwachting is dat mensen veel langer thuis blijven wonen dan nu. Daarom kijken we hoe we onze huizen zo flexibel mogelijk kunnen inrichten. En kijk ook naar de beweging in Bovenwegen: dat wordt kortdurend verblijf. De vraag naar zware zorg blijft. Hester: ' We zien dat ontwikkelingen heel snel gaan. De zorgvragen worden ingewikkelder in onze huizen en de vraag naar kortdurend verblijf neemt toe. En die vraag beantwoorden we samen met collega-organisaties in een netwerk. Samen doen ook buiten Warande!

Bouworganisatie

Onze bouwplannen komen voort uit de noodzaak om onze locaties voor de komende jaren klaar te maken voor de zorgvragen die op ons af komen. De uitgangspunten van de visie op wonen, omschreven in onze leidende principes rond 'leven, wonen en werken bij Warande', passen we per bouwproject toe.

Aandacht voorkomt voedselverspilling

Denian de Kogel: 'Aandacht voorkomt dat je teveel bereidt of dat het onrustig wordt aan tafel.'

Lekker eten en drinken is voor iedereen belangrijk. Dus ook voor onze bewoners. En daar doen wij ons best voor. Door op een aantal locaties vers te koken, een gezellige sfeer te creëren en genoeg eten en drinken voor handen te hebben. Maar we gooien nog te vaak eten weg. Dat druist in tegen onze natuur. Het is ook duur en niet duurzaam. Maar hoe pak je voedselverspilling aan in een organisatie met 1100 bewoners en zeven locaties? Bestellen we teveel? Bereiden we misschien te veel? Om hier meer info over te krijgen, deden we een aantal proefmetingen.

Proefmetingen

In De Loericker Stee (Houten), In de Dennen (Zeist) en de afdelingen Dijnseburg en Vollenhove in Heerewegen (Zeist) hebben we metingen gedaan. Medewerkers registreerden twee weken lang de warme maaltijd: aan het begin, na het opscheppen en de bordresten. De collega die de metingen deed, was hier een kwartier per dag mee bezig. Toen we de totalen hadden, hebben we ook gekeken wat we konden veranderen. Dit bleek maatwerk

want iedere afdeling werkt net even anders. Maar er zijn wel drie algemene veranderingen uit naar voren gekomen mét tips.

Actuele situatie van bewoners kennen zodat we minder bestellen of bereiden

- Als we 20 bewoners hebben en we weten dat er een paar (tijdelijk) wat minder eten, kunnen we vaak prima voor 19 personen bestellen. Ook weersveranderingen zijn van invloed op hoeveel trek mensen hebben.



“Ik merk dat rust, reinheid en regelmaat voor bewoners het allerbelangrijkste is.”

- Vlees is het duurste en meest vervuilende product. Sommige bewoners eten niet zoveel. We delen dan een stukje vlees.

Kort van tevoren en op locatie bestellen

- Er kunnen bewoners bijkomen of even een paar dagen ergens anders zijn. We proberen daarom vier dagen van tevoren te bestellen. En als dit nog niet lukt, lossen we de problemen van de collega's die bestellen, samen op.
- We proberen zoveel mogelijk op locatie te bestellen. Hier hebben collega's rust, tijd en digitale apparatuur. Je kunt ook even naar de voorraad lopen om te checken. Bij bestellen vanuit huis kan dit niet. Onze ervaring is, dat je dan bijna altijd te veel bestelt.

“De collega die de metingen deed, was hier een kwartier per dag mee bezig.”

Stap over op één menu

We konden het zelf ook nauwelijks geloven toen we in De Loericker Stee en In de Dennen over gingen van meerdere menu's op een dag naar één menu: de bewoners misten het niet! Het is ook overzichtelijker. En het is net zoals thuis: thuis heb je ook niet meerdere dinerkeuzes op dezelfde dag.

Rust, reinheid en regelmaat

Welke rol speelt het kennen van bewoners bij het voorkomen van voedselverspilling? We vroegen het Denian de Kogel. Hij werkt in diverse huiskamers in locatie Schutsmantel (Bilthoven).

Denian: 'Ik merk dat rust, reinheid en regelmaat voor bewoners het allerbelangrijkste is. Als dit ook in jezelf zit, gaat alles heel natuurlijk. Je kunt dan goed aandacht geven aan de mensen en vragen of kijken waar ze trek in hebben. Dit voorkomt dat je teveel bereidt of dat het onrustig wordt aan tafel.'

Zinvol

'Hiervoor was ik automonteur. Dan kun je 's avonds thuis alleen vertellen dat je dit of dat vervangen hebt. In Schutsmantel betekenen ik echt iets voor bewoners. Dat maakt mijn werk zinvol. Ik wil ook doorleren bij Warande. Zo kan ik behalve rust en aandacht in de huiskamer ook de mensen met andere dingen helpen. Ik kijk er naar uit!'

“Ik ben echt de hele dag bezig met eten klaarzetten, opruimen en bestellen”

Van Dokkum is een revalidatie- en observatieafdeling, waardoor de wisseling in cliënten ook sneller gaat. Janneke Odijk is zorgassistent (Bovenwegen). Ze kent elke cliënt bij naam en weet precies wat zij graag eten en drinken.

‘Voordat ik bij Bovenwegen ben komen werken, werkte ik in het onderwijs, de kinderopvang en bij een bedrijf in de ICT. Daar merkte ik toch dat ik het sociale en voor mensen zorgen miste. Een vriendin, die hier werkt, tipte mij over Warande. Tijdens een koffieochtend in Bovenwegen ging ik langs en zo kwam het dat ik februari startte met de opleiding tot zorgassistent. Na een traject van twee maanden werken en leren, werk ik nu bij Van Dokkum. Het grappige is dat Ellen (Kelly) mij heeft rondgeleid tijdens de koffieochtend. Zij is nu ook mijn leidinggevende. De opleiding was leuk en ik heb nog steeds contact met de andere studenten. Ook de begeleiding van Quirine (Schutijser) en Merel (Westerman) van afdeling werving & selectie was geweldig.’

Samen zorgen

‘Tijdens de periode van werken en leren liep ik op diverse afdelingen mee. Dit was fijn, ik kreeg zo van alle afdelingen een goede indruk. Van Dokkum was dus één van die afdelingen. Toen ik klaar was met de opleiding, wilde ik graag bij Van Dokkum werken en daar was ook een vacature. Na een sollicitatiegesprek kon ik hier aan de slag.’

Ontbijt

Ik start om 07.30 uur. Ik kijk dan of alles voor het ontbijt in orde is: zijn alle tafels gedekt en staat alles voor het ontbijt ook op tafel. Als er al cliënten zitten, begroet ik die en kijk ik of ik ergens bij kan helpen. Ik maak de pap klaar, dat eten veel cliënten op de afdeling. Tussendoor wissel ik tussen de twee huiskamers op de afdeling en kijk ik welke cliënt hulp nodig heeft. Ook zorg ik voor cliënten die in hun kamer ontbijten, bijvoorbeeld omdat ze nog niet uit bed kunnen komen, of omdat ze ziek zijn’.

“Ze kent elke cliënt bij naam en weet precies wat zij graag eten en drinken”

Lunch

‘Tussendoor doe ik de boodschappen en bestel ik de maaltijden. Tussen de middag zorg ik voor de lunch. Ik dek de tafels en zet de lunch klaar op de tafel. Tussendoor wissel ik weer tussen de twee huiskamers. Na de lunch is het ook vaak tijd voor wat fruit. Dan ga ik gezellig bij de cliënten zitten en help ik met het fruit. Er is dan tijd voor een praatje. Als er tijd is, maak ik graag iets extra’s zoals een smoothie.’

Avond

‘s Avonds is er geen zorgassistent, dus ik zorg dat alles klaar staat voor het avondeten. Dan hebben mijn collega’s uit de zorg er zo min mogelijk werk aan hebben. De collega’s van de zorg dekken de tafels en ik zorg dat alles in de koelkasten klaarstaat. De maaltijden ‘s avonds verwarmen de zorgcollega’s in de regenereeroven.’

Bezig

Daarnaast maak ik de ovens schoon en de koelkast, zorg ik dat overal een sticker met de juiste datum op staat en dat alles op voorraad is. Ik werk niet in de zorg mee, maar ben echt de hele dag bezig met klaarzetten, opruimen en bestellen. Natuurlijk help ik een cliënt als deze naar de kamer wil of een andere vraag heeft. Op feestdagen of andere bijzondere dagen, zorgen we er ook voor dat er iets bijzonders lekkers te eten is. In de huiskamers hangt ook het weekmenu, zodat cliënten en medewerkers zien wat zij die avond eten’.





Woensdagmiddag

Vegetarisch koken

Eenmaal per maand komt Ans Weerdenburg koken op afdeling Vollenhove in Heerewegen. Ze wisselt dit af met haar zus. Samen met bewoners en activiteitenbegeleider Martine Oosterveen maken zij de heerlijkste (vegetarische) gerechten.

Ans: 'Mijn zus en ik koken om de beurt. Mijn man woont hier en het is een activiteit waar bewoners ook van genieten.' Vandaag staat er chili sin carne op het menu. Onder leiding van Ans beginnen bewoners met het snijden van de paprika's. Er ontstaat al snel een soort competitie: wie snijdt de mooiste blokjes paprika?. Ook noemen bewoners de gerechten op die ze graag eten. Zo zijn wafels favoriet, maar ook pannenkoeken eten bewoners graag. Vooral met spek en rozijnen.

Als de paprika's klaar zijn, gaat Ans aan de slag. De grote pan staat klaar in het kleine keukentje. De paprika's en tomatensaus

gaan hier in. 'We koken vandaag voor 19 mensen, dus het zijn flinke hoeveelheden in de pannen. Maar het is prima te doen', legt Ans uit. Martine vult aan: 'We proberen regelmatig nieuwe recepten uit. Recepten die de bewoners lekker vinden, verzamel ik in een map zodat we die nog een keer kunnen maken. Bewoners helpen vaak mee met het snijden van de groenten. En dan komen ook de gesprekken van vroeger naar boven. Zo vertelde iemand dat je vroeger de rijst aan de kook bracht, de pan in kranten wikkelde en dit in bed zette om verder te laten garen. 'Je had dan ook een heerlijk warm bed'.