

Tellens Vertelt

■ Personeelsblad Zorggroep Tellens ■ Vijfde jaargang Nr. 21, december 2009

NIEUWE WONINGEN
in aanbouw

CONTACT MAKEN
door poëzie

KOKEN MET BERT
recept voor Kerst

BEWONERSVAKANTIE
in Lunteren

**FEEST
DAGEN**

Kersttijd
Kerstpakket



Colofon

Redactieadres:

Zorggroep Tellens
Marianne Metz
afdeling communicatie
Gasthuisingel 22
8701 BL Bolsward
telefoon 0515 – 570870
email: info@zorggroeptellens.nl

Vormgeving

Bens, Leeuwarden

Druk

Drukkerij Van der Eems

Tellens Vertelt

is het informatieblad van Zorggroep Tellens. Het verschijnt vier keer per jaar en is bedoeld voor medewerkers, vrijwilligers en andere belangstellenden.

Foto cover

Eddy Reitsma bij het uitzoeken van het Tellens Kerstpakkert.

Zorggroep Tellens

heeft 21 locaties en is gevestigd in: Blauwhuis, Bolsward, Franeker, Heeg, Makkum, Sneek, Trynwâlden, Tzum, Weidum, Witmarsum, Wommels, Workum en IJlst.

De redactie behoudt zich het recht voor artikelen te weigeren, in te korten of te wijzigen.



Voorwoord

Het is weer december

De maand bij uitstek om terug te kijken naar het afgelopen jaar. Maar zoals Loesje schrijft: **het gevaar van terugblikken, is dat je zomaar achterover in de toekomst kunt lazeren.**

Daarom alleen dit: het is goed gegaan met Zorggroep Tellens in 2009. En dat het goed is gegaan, dat hebben wij met z'n allen bereikt! Hartelijke dank voor jullie inzet en betrokkenheid bij onze cliënten en bij Tellens.

Eén ding is zeker, wij gaan de toekomst met waakzaamheid tegemoet. Binnenkort is het beleidsplan voor de periode 2010 tot en met 2013 klaar. Dit plan heeft de titel: Men moet net maar tóch opsette as it skip drage kin. In dit plan zeggen wij dat datgene wat Tellens sterk maakt continuïteit is, en rust in de organisatie, maar ook nuchterheid en met beide voeten op de grond staan. Natuurlijk werken wij met z'n allen steeds aan vernieuwing, maar wij doen niet mee aan modegrillen en 'hypes'. Wij weten dat het kabinet in 2010 bekend zal maken waar het zal gaan bezuinigen. De betaalbaarheid van de zorgsector is al lange tijd een onderwerp van discussie. Toch zien wij de toekomst met vertrouwen en optimisme tegemoet; want Tellens kan wel tegen een stootje!

Nogmaals namens Arend Schenkel en mij, dank voor jullie inzet in het afgelopen jaar. Wij wensen jullie een gezond en gezellig 2010 toe!

Anneke Aldenkamp,
Raad van Bestuur

Inhoud



Nieuwe
woningen in
aanbouw

4



Opzet van
clubs en
verenigingen

5



Contact
maken door
poëzie

6



Eet smakelijk!
Koken
met...

9



Wat zijn
jouw werk-
zaamheden
bij Tellens

10



Geslaagd!

12



Bewoners-
vakantie in
Lunteren

15



Dag
van de
kwaliteit

16



Cursus
'Praktisch
roosteren'

16

Feestdagen, Kersttijd, Kerstpakket

Eddy Reitsma, teamleider in Huyckenstein (Bolsward) is mede-organisator van het Tellens Kerstpakket. Een serieuze aangelegenheid. Want wordt het na dit jaar een eet-, verwen of gebruikspakket? Of heel iets anders? Hoe kies je een pakket dat de meeste mensen leuk vinden? Natuurlijk moet het Kerstpakket binnen het budget passen, soms ook een uitdaging. In de periode juli/augustus wordt het pakket al uitgezocht. "Net als vorig jaar was dat bij de Makro in Leeuwarden. Erg leuk en altijd prima service!", aldus Eddy. "Van tevoren ben ik al druk aan het prakkiseren: kiezen we een thema? En welk thema dan?"



Samen met Robert van Heijninggen hebben we uiteindelijk twee pakketten samengesteld.

Dat hebben we aan een select gezelschap laten zien. Unaniem is dit jaar voor het ene pakket gekozen. Welk pakket? Dat is nog een verrassing! In ieder geval veel plezier er mee en fijne feestdagen."

Nij Dekama



Extra gezelligheid tijdens de feestdagen

"De Kersttijd en de feestdagen zijn voor velen een gezellige periode. Maar voor sommigen kan het juist een tijd zijn van eenzaamheid", weet Annetta Evenboer, activiteitenbegeleidster in Nij Dekama (Weidum). "Wij bieden senioren daarom rond de feestdagen allerlei activiteiten om naar toe te gaan voor contact en gezelligheid. Deze zijn niet alleen voor de eigen cliënten bestemd maar ook voor ouderen uit de buurt. Voor dit jaar staan onder andere op het programma: workshops kerststukjes en kerstkaarten maken, de populaire oudejaarsbingo en een nieuwjaarsconcert, verzorgd door een pianist en zangeres, een bekend duo uit de omgeving. Nij Dekama is helemaal in feestdagenstijl aangekleed en dat verhoogt de gezellige sfeer. Voor onze eigen bewoners zijn er natuurlijk nog de Kerstdiners. Volgend jaar gaan we de huidige koffiezaal verbouwen tot een seniorenrestaurant. Dat restaurant wordt dan ook toegankelijk voor senioren uit de omgeving. En dan kunnen bijvoorbeeld de Kerstdiners ook voor hen toegankelijk worden."

Annetta Evenboer, activiteitenbegeleidster Nij Dekama (Weidum)

Frittemahof



Creativiteit in Frittemahof

Niet alleen rond de feestdagen, maar het hele jaar door worden op alle Tellens-locaties regelmatig activiteiten georganiseerd. Van biljartcompetities, voorstellingen tot creatieve workshops. Soms zijn er complete themaweken, zoals onlangs in Frittemahof zelfs een themamaand creativiteit. Het schilderen op canvas onder leiding van een professioneel schilder was één van die activiteiten. Of het samen knutselen met de kids van kinderopvang Sisa op een heerlijke herfstmiddag. Of Fryske Folklore met Friese liedjes, anekdotes en kleding. "Activiteiten zorgen voor onderling contact en gezelligheid", vertelt Marijke Hoekstra.

Om onze cliënten smûk en noflik te kunnen laten wonen, bouwt Tellens samen met woningcorporaties aan nieuwe appartementen en voorzieningen.

Nieuwe woningen in aanbouw



Talma State Heeg

Bij Talma State in Heeg komen 24 nieuwe appartementen. De oplevering is in de zomer van 2010.

Aylva State Witmarsum

In Witmarsum startten we dit najaar met de nieuwbouw van 27 seniorenappartementen en de verbouw van het restaurant, de winkel en kapsalon. De oude vleugel van Aylva State wordt daarvoor in 2010 gesloopt. De bewoners zijn intussen al verhuisd naar hun tijdelijke

adres aan de Looiersbuurt in Bolsward. Beide bouwprojecten doen we samen met woningcorporatie Welkom (straks Elkien genaamd).

Noorderhoek Sneek

Op 30 november jl. was de feestelijke start van de Noorderhoek in Sneek, waar Tellens samen met woningstichting De Wieren een kleinschalig wooncentrum bouwt. Het restaurant, de kapsalon en winkel zijn te zijner tijd ook voor de wijk toegankelijk. De oplevering is eind 2011/begin 2012.

Opzet van clubs en verenigingen



Als mensen in een wooncentrum komen wonen, heeft men een indicatie voor zorg en welzijn. "Zorg verlenen heeft natuurlijk onze aandacht. Maar daarnaast zijn we in Nij Stapert en Nij Dekama druk bezig om de aandacht meer te gaan richten op het welzijn en welbevinden van de cliënten", vertelt locatiemanager Annagreet Krommendijk. "Dat doen we bijvoorbeeld door het welzijnsaanbod om te zetten naar vraaggestuurd en op basis van individuele wensen. We zijn begonnen met het opzetten verenigingen en clubs. Zo is er in Nij Stapert bijvoorbeeld een club met de naam 'Vroege Vogels'. Dit is een klein groepje ouderen met geheugenproblematiek dat overdag vanaf 10.30 uur bij de groepsverzorging komt. Maar vanaf 8.00 uur 's ochtends zijn de mensen al 'warber'. De Vroege Vogels worden nu in een klein groepje opgevangen aan de ontbijttafel waar men gezamenlijk ontbijt en waar de krant wordt voorgelezen.

Daarna volgt geleidelijk de overgang naar de koffie en vanaf 10.30 uur gaat men naar de groepsverzorging. De mensen vinden het fijn en zijn nu veel rustiger", aldus Annagreet.

Zorgen voor meer reuring

"In Nij Dekama zijn er bijvoorbeeld de muziekclub en de Trochsettersclub. Het gaat om kleinschalige activiteiten, veel meer gericht op waar daadwerkelijk behoefte aan is. De activiteitenbegeleidster heeft hierin een actieve rol. Het is haar taak om te achterhalen welke wensen er leven. Zij gaat daarvoor in gesprek met elke cliënt. Ook mensen die liever niet groepsgericht bezig zijn maar wel een welzijnsvraag hebben, worden bediend. Zij krijgen individuele aandacht, bijvoorbeeld samen muziek draaien. We willen hiermee er nog meer aan bijdragen dat mensen zich thuis voelen en dat men hier met tevredenheid, noflik en smûk woont."

Huylckenstein



25 jaar tafeltje-dek-je in Bolsward

Rond de klok van 11.00 uur is het altijd een drukte van belang op het parkeerterrein bij de keuken van Huylckenstein. Daar zetten de vrijwilligers de warme maaltjekooffers in hun auto's om zo snel mogelijk de maaltijd bij de gebruikers thuis te bezorgen. Iedere dag weer. Al 25 jaar lang wordt de warme maaltijd bij ouderen uit Bolsward en omgeving thuis gebracht. Met de zeer gewaardeerde hulp van een vaste groep vrijwilligers. Om dit te vieren zijn de 'tafeltje dek-je'-vrijwilligers op 24 november jl. door de keukenbrigade van woonzorgcentra It Menniste Skil en Huylckenstein uitgenodigd voor een heuse verjaardagsmaaltijd! Zij zijn ontvangen in It Weardshûs, het nieuw ingerichte restaurant van woonzorgcentrum Huylckenstein, voor een heerlijk diner. Met deze traktatie worden de vrijwilligers extra in het zonnetje gezet! De heer C. de Groot is al jarenlang een trouwe afnemer van deze maaltijden. Op 24 november kreeg hij, net als alle andere honderd 'tafeltje dek-je'-gebruikers in Bolsward, een kleine attentie aangeboden ter gelegenheid van deze bijzondere verjaardag.

Skewiel



Skewiel ontvangt zilveren Prezo-keurmerk!

'Bûter, brea en griene tsiis, wa't dat net sizze kin is gjin oprjochte Fries'. Sa begûn mefr. Yke Westland fan Perspekt, de organisaasje dy't de kwaliteitslabels útrikt, har taspraak yn Heemstra State by gelegenheid fan it takennen fan it sulveren PREZO-karmerk oan Skewiel Trynwâlden. De útspraak wie net hûndert punten, mar de toan fan har taspraak wie set. Se rikte it karmark út oan mefr. Anna Nijdam, de foarsitster fan de kliëntenrie fan Skewiel Trynwâlden. Ik giet ommers om de tefredenheid fan dyselde kliënten, dy moatte yn in organisaasje lyk as Skewiel sintraal stean, fûn mefr. Westland. It wie fansels tige aardich dat se har taspraak yn 't Frysk begûn, sjoen it feit dat dy taal eins de fiertaal by Skewiel is.

Binne Kramer, PR-medewerker van Skewiel



Theatergroep Veder

Contact

maken door middel van poëzie

Op welke manieren kun je (beter) contact krijgen met ouderen met geheugenproblematiek? Drie locaties van Tellens zijn daar de komende twee jaar intensief mee bezig. Zowel medewerkers en vrijwilligers als cliënten en hun familie. Nij Stapert (Wommels), Nij Dekama (Weidum) en Dr. Wumkeshûs (Sneek) werken in dat kader samen met Theatergroep Veder. Deze professionele theatergroep uit Amsterdam is één van de projecten die subsidie krijgt van het Ministerie van VWS om het welzijn van cliënten te bevorderen.

Voorstellingen

In oktober is op de locaties gestart met een aantal huiskamervoorstellingen. In groepjes van zo'n 12 á 15 mensen (zowel medewerkers als cliënten) wordt aan de hand van voorwerpen, versjes en poëzie contact met elkaar gemaakt. "Drama, poëzie of muziek kunnen een goede ingang vormen om 'in gesprek' te komen", aldus Pieter Groenhof, locatiemanager van Dr. Wumkeshûs. "Dat bleek al tijdens de huiskamervoorstellingen waar veel interactie was." Aansluitend op de huiskamervoorstellingen is een theatervoorstelling bijgewoond in Leeuwarden. "Doel ervan voor de cliënten was om vooral te genieten van een gezellige voorstelling", licht Pieter toe. "Voor de medewerkers idem, maar ook was het een oefening om te kijken wat je met andere manieren van contact maken kunt bereiken." Het verhaal gaat over Greetje Ganzeveer, het kindermisje van de vier Oranje prinsesjes. Zij vertelt over haar

belevissen aan het hof, over haar verliefdheid op Prins Bernhard, de 'Greetje Ganzeveer-affaire' en allerlei anekdotes. Kinderversjes, gedichten en liedjes wisselen het verhaal af en zorgen voor interactie met het publiek.

Methodiek voor medewerkers

En nu zijn de medewerkers aan de beurt. Hoe kunnen wij in ons dagelijks werk beter contact leren maken met ouderen met geheugenproblematiek? Hoe kunnen we beter aansluiten bij hun belevingswereld? "Daar gaan we de komende twee jaar mee aan de slag", vertelt Pieter. "We waren al bezig met betrokken zorg en geven daar nu een vervolg aan. Alle medewerkers krijgen in groepjes les in andere manieren van contact maken. Dat gebeurt niet theateraal, maar wel onder leiding van Theater Veder. En of je nu kok, receptionist of verzorgende bent, iedereen doet mee. Ik verwacht veel van dit project."

Wat vind jij er van...



Tytsia Haringa,
receptioniste
Dr. Wumkeshùs
(Sneek)

Wat vind je van deze aanpak en wat verwacht je er van?

Van tevoren verwachtte ik er eigenlijk niet zoveel van. Ik had me niet ingelezen en wist niet precies wat ik kon verwachten. Maar ik was bij de huiskamervoorstelling op de groepsverzorging en dat was zo leuk! Ik zag de mensen helemaal opfleuren. Mijn interesse was gewekt. Ook de theatervoorstelling in Leeuwarden was geweldig. We gingen er met een bus bewoners en medewerkers naar toe. Het voelde net als een schoolreisje. Elke medewerker begeleidde die avond een bewoner. In de bus zaten we naast elkaar, ook tijdens de voorstelling en de busreis weer terug. De mensen hebben genoten! En wij ook. Daarna volgde het lesprogramma voor de medewerkers en daar zagen sommigen best wel een beetje tegenop. Want dan verwacht je rollenspellen en dat vindt niet iedereen leuk om te doen. Toch viel dat uiteindelijk erg mee en was het heel leerzaam. Jan Krol was onze leraar. Sommigen kennen hem nog als Bartje van de vroegere, gelijknamige serie. Via verschillende oefeningen hebben we gemerkt hoe je o.a. met geluid, intonatie, het gebruik van een versje, liedje of praten over vroeger (Reminiscentie) de aandacht van mensen kunt trekken en contact kunt maken. Hoe kun je het korte geheugen prikkelen? Of het lange? Hoe kun je met bewegingen de aandacht vangen? Hoe kun je op reacties inspelen?

Wat ga je nu anders doen in je werk?

Ik moet zeggen dat ik al veel doe in de lijn van deze methodiek. Maar dat was ik me niet zozeer bewust. Door de voorstellingen en de scholing ben ik dat nu wel. En ik ga het in ieder geval nu bewust in de praktijk brengen.

Hoe wil je de methodiek vast blijven houden?

Door me steeds bewust te blijven van deze manier van contact maken en dat te blijven toepassen. Ik vind het een echte aanrader voor alle collega's in de zorg, maar ook voor bijvoorbeeld vrijwilligers.



Wat vind jij er van...



Elly Wiegersma,
medewerker
groepsverzorging
Nij Stapert (Wommels)

Wat vind je van deze aanpak en wat verwacht je er van?

Ik werk op de groepsverzorging en veel dingen doen wij al op de manier zoals we die aangereikt kregen. Maar toch heb ik wel tips gekregen die we in de praktijk kunnen gebruiken. Op de groepsverzorging werk je met een groep cliënten, maar ik zou veel meer het één op één contact willen aanhalen, de persoonlijke benadering. En nog meer dan nu ingaan op verhalen van vroeger. Bijvoorbeeld door eens dat leesplankje er bij te halen of andere voorwerpen. Op de groepsverzorging wordt veel gezongen. Leuk was dat de bewoners tijdens de voorstellingen alle liedjes meezongen. Die zijn toch heel herkenbaar voor mensen. Je zag de interactie.

Wat ga je nu anders doen in je werk?

Veel dingen doe je al, maar ik wil toch proberen meer rust te creëren, meer onderwerpen van vroeger te gebruiken en daarop in te spelen. Bijvoorbeeld door vaker voorwerpen te gebruiken, een liedje of versje te starten en mensen dat te laten aanvullen. Het zijn allemaal voorbeelden om contact te maken. Maar het blijft schipperen, want je hebt met meerdere mensen tegelijk te maken. En wat voor de een goed is, hoeft dat niet te zijn voor de ander.

Hoe wil je de methodiek vast blijven houden?

Ik denk dat we als collega's onderling moeten proberen dit vast te houden. Bijvoorbeeld door het als vast onderdeel in het groepsoverleg aan de orde te stellen. Ook kunnen we afspreken met thema's te gaan werken, zoals de grote schoonmaak in het voorjaar en hoe dat vroeger ging. Dan kun je er voorwerpen en versjes bij verzamelen. We zouden ook een spel kunnen maken over onderwerpen van vroeger. En voor mij persoonlijk? Altijd blijven prikkelen. We hebben er nu weer een paar handvaten bij.





Het WK-voetbal in digitaal beeld!

Op tal van locaties wordt door bewoners gevraagd naar een betere kwaliteit van televisie beeld en geluid. Ook wordt steeds meer gevraagd naar de mogelijkheid van internet in de eigen woning en het kunnen telefoneren via het internet (voip/skype). Hoewel al op vrijwel elke locatie een internetcafé of internet voor gemeenschappelijk gebruik aanwezig is, wil men graag een "eigen" internetaansluiting. Om op deze wensen in te spelen, heeft Tellens recentelijk met Ziggo overeenstemming bereikt over de levering van de kabel van digitale tv, radio, internet, multimedia- en telefoniediensten. In de loop van volgend jaar zullen, als het een beetje meezit, op de meeste locaties van Tellens de diensten van Ziggo beschikbaar zijn. Momenteel wordt er hard gewerkt aan de technische voorbereidingen en de introductie van de Ziggo-diensten. "Wy binne fan doel in februaris te begjinnen mei it Dr. Wumkeshûs yn Snits, dêrnei komme de oare lokaasjes", aldus hoofd stafbureau Robbert van Heijningen.

Mentorschap Friesland

Wel eens gehoord van het Mentorschap Friesland? Zij behartigen de belangen van iemand die dat zelf niet meer kan. Een mentor gaat niet over iemands geldzaken maar over beslissingen rondom verzorging, verpleging, behandeling of begeleiding dus over zaken van persoonlijke belangenbehartiging. Een mentor wordt aangesteld door de kantonrechter op verzoek van de betrokkene, familie tot de 4e graad, de bewindvoerder of de directie van een instelling waar de betrokkenen verblijft. Het Mentorschap Friesland werft en begeleidt mentoren. Wil je meer weten? Kijk op www.mentorschap.nl/friesland of bel/mail coördinator Simon van Dijk, 058 - 2666608 of svandijk@humanitas.nl



Expeditie Cambodja! Delen van je kennis en ervaring

Al jaren loop ik rond met het idee ooit vrijwilligerswerk te gaan doen in het buitenland. Deze kans ga ik nu aangrijpen! Van 18 januari t/m 16 maart 2010 ga ik naar Cambodja voor de organisatie Pure for Kids.

In het begin van dit jaar ben ik naar de Jaarbeurs in Utrecht geweest waar ik persoonlijke ervaringen en verhalen kon horen van allerlei vrijwilligersorganisaties in het buitenland. Via internet lezen is toch anders dan de verhalen persoonlijk te horen van de mensen die betrokken zijn bij hun projecten. Er was één organisatie die meteen mijn aandacht had. Hun project bleef me maar door mijn hoofd spelen. In Groningen ben ik nogmaals naar een informatiedag geweest en toen wist ik het zeker: dit is het project waar ik me voor wil gaan inzetten: het project Pure for Kids in Cambodja! Gelukkig kon ik het allemaal regelen met mijn werk. Een fantastisch begin van een heel spannend avontuur wat ik al zolang wil gaan doen.

Er wordt momenteel een ziekenhuis(je) gebouwd voor de provincie Siem Reap. Op de site www.pureforkids.nl kun je meer informatie vinden over het project. Ik hoop met mijn werkervaring wat voor de mensen te kunnen betekenen op verzorgend en medisch gebied. In het ziekenhuis ga ik samenwerken met een Cambodjaanse arts en twee verzorgenden. Ik heb al gehoord dat men daar weet van mijn komst, spannend. Tevens probeer ik de taal(basis), Khmer, te leren, wat nog niet meevalt. Met handen en voeten kom je hopelijk ook een heel eind. In sommige delen van het land spreekt men gelukkig wat Engels. Ik ga wonen in een klein dorpje genaamd: Phnum Chukk. Zal best wel wennen zijn om niet te kunnen douchen, in een lekker bed duiken, geen internet of mobiel bellen, allerlei zaken waar ik hier in Fryslân zo aan gewend ben. In de weekenden verblijf ik in Siem Reap waar ik mijn verhalen gelukkig wel kan delen met iedereen via internet. Natuurlijk ga ik via mijn blogs (www.waarbenjij.nu) nog veel meer vertellen. Deze site zal ik in december 2009 gaan aanmaken. Als je op deze site zoekt op het land en dan op mijn naam, kom je vanzelf op mijn blog terecht. Als je dat wilt, kun je mij ook een boodschap sturen. Die lees ik dan als ik weer ga internetten.

Ik moet zeggen dat de reacties tot nu toe van iedereen zeer hartverwarmend zijn, zo ook de hulp (bijvoorbeeld materialen) die ik al krijg aangeboden, dat is gewoonweg geweldig.

Bedankt!
Sjoeko Bijlsma (Nij Dekama)



De eetclub

In 2003 is in Frittemahof 'De Eetclub' opgericht. Een aantal bewoners leek het een leuk idee om zo eens in de 4 á 6 weken met een klein groepje (± 15 personen) gezamenlijk een maaltijd te nuttigen. En zo is De Eetclub ontstaan. Belangstellenden kunnen zich er voor opgeven, ook gasten uit de buurt.

Tijdens deze maaltijd wordt geen dagelijkse kost geserveerd. De avond wordt georganiseerd voor echte fijnproevers. Veelal worden er seizoensgerechten voorgeschoteld, zoals mosselen, wild en asperges. Maar ook gerechten zoals kreeftensoep, slibtong, gefrituurde bloemkool, risotto en huisgemaakte kletskoppen hebben al eens op de menukaart gestaan. De gasten schuiven om ongeveer 17.00 uur aan voor een aperitiefje. Een tweetal vrijwilligers zorgt voor de bediening. De tafels zijn feestelijk gedekt en men geniet van een wijntje of iets dergelijks. Rond de klok van 17.30 uur wordt gestart met het driegangen diner en men zit al gauw tot 20.00 uur te tafelen.



Regelmatig wordt aan het eind van de maaltijd met de kok gesproken; suggesties voor de volgende Eetclub-avond worden veelal door de gasten zelf aangedragen. De Eetclub is er anno 2009 nog steeds. Een succesvolle activiteit binnen Frittemahof waar mensen voor € 12,50 per persoon, inclusief drankjes, voor smaak en gezelligheid bij elkaar komen.

Eet smakelijk!

Koken met... *Bert Hagewoud*

Hazenpeper (voor 4 personen)



Warme Marinade

100 gr. ui
100 gr. winterwortel
100 gr. prei
100 ml. bessensap
100 ml. rode wijn
100 ml. water
30 ml. olie
2 laurierblaadjes
10 jeneverbessen
Snufje tijm
Snufje zout
Peperkorrels

500 gr. hazenvlees (poten/rug/flank)
150 gr. dobbelsteentjes spek
3 sjalotjes
50gr. bloem
50gr. margarine

Bereiding warme marinade

Verhit de olie in een pan. Fruit uien/wortel/prei en kruiden aan in de verhitte olie. Voeg de wijn/bessensap en het water toe en laat de marinade 5 minuten doorkoken. Laat de marinade afkoelen.

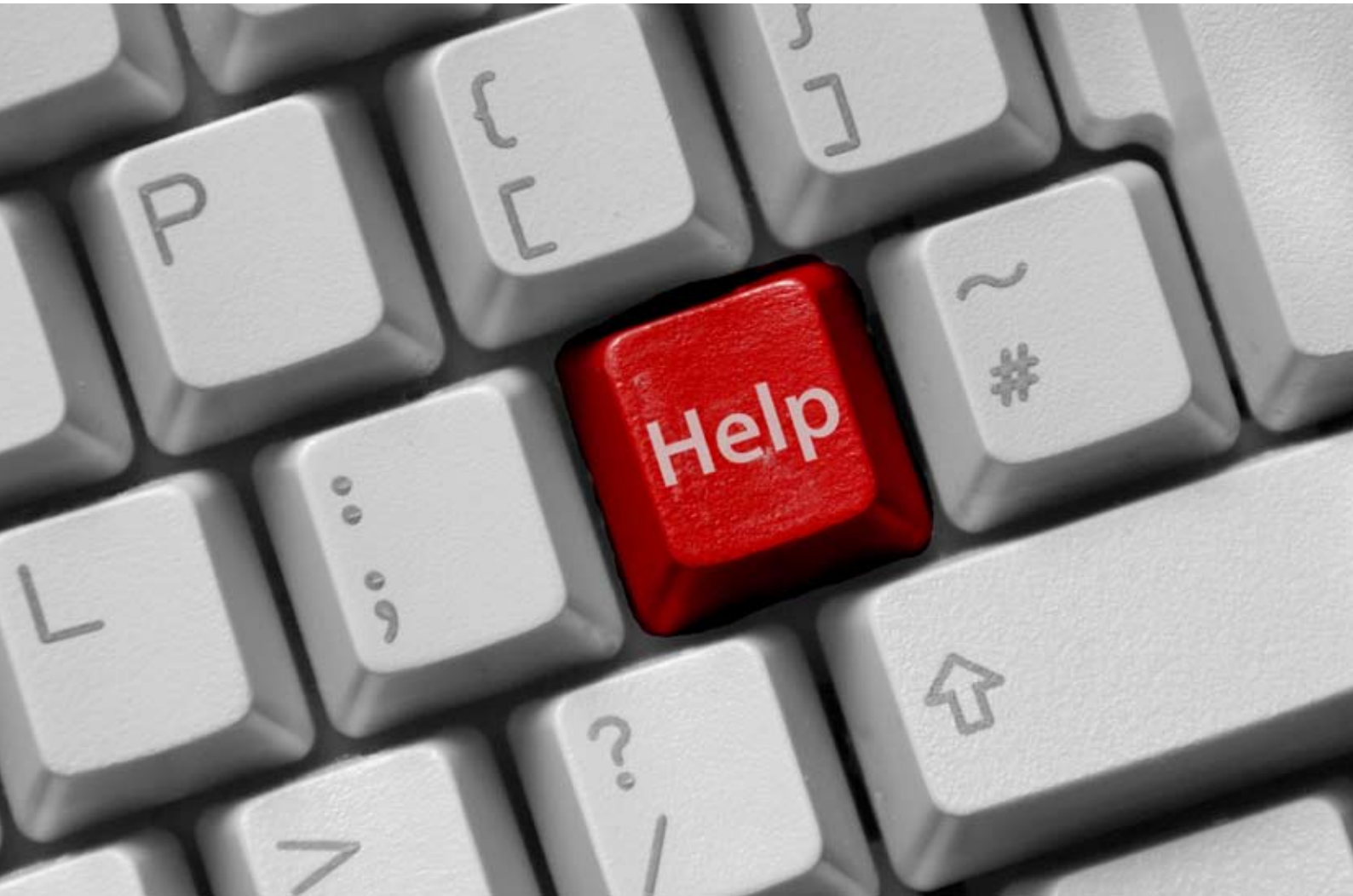
Bereiding Hazenpeper

Snij het hazenvlees in flinke stukken en leg het een nacht in de marinade. Verwijder het vlees uit de marinade en laat het uitlekken. Laat de margarine smelten, bak het spek en de sjalotjes aan op zacht vuur. Schep de spekjes en sjalotjes uit de braadboter. Bestrooi het hazenvlees met bloem en zet het aan in de hete braadboter. Het vlees aan alle kanten goed laten kleuren. Blus het vlees af met de gezeefde marinade. Stof het vlees gaar in ± 1 ½ uur. Voeg de spekjes en sjalotjes weer toe. Voeg eventueel nog wat vocht toe. Maak het geheel eventueel op smaak met zout- en peperkorrels. Serveer de hazenpeper op een bord met een lekkere rode gieser-wildeman stoofpeer en gegratineerde aardappelpuree uit de oven.

Eet smakelijk!

Vertel'ns

Wat zijn jullie werkzaamheden bij Tellens?



EEN DAGJE MEE MET....

onze ICT'ers Pier van der Wal
en Jeroen van der Wal
(geen familie)



Jeroen

Pier

Bij Zorggroep Tellens werken ruim 1350 medewerkers en evenzeveel vrijwilligers.

Van zorgverleners, ICT, facilitair, technisch en administratief medewerkers tot gastvrouwen, chauffeurs, te veel om op te noemen. In deze rubriek kijken we een dagje met twee van onze collega's mee.

"Elke dag is anders", vertelt Pier. "Onze dagindeling hangt helemaal af van de eventuele storingen die er kunnen optreden. 's Ochtends beginnen we met het controleren van het systeem. We kijken of alle programma's goed draaien en of er geen printer 'hangt' of zo. Alle mogelijke storingen binnen het Tellens-netwerk hebben wij in beeld. Dat gebeurt via onze PC (personal computer) waarmee we op de 'server' kunnen kijken en waarmee we ook zaken kunnen oplossen. Een server is in feite een heel grote computer waar programma's op staan waar meerdere mensen op kunnen inloggen. Een server is een onderdeel van het netwerk, net zoals mijn PC en alle computerapparatuur dat zijn. Alles met elkaar vormt het Tellens-netwerk. Alle locaties zijn aangesloten op dit netwerk, ook Skewiel is intussen onderdeel daarvan. Voordeel is dat je snel met elkaar kunt communiceren en intern bestanden kunt uitwisselen. Of je nu in Franeker een document aanmaakt, in Sneek is dat document dan ook meteen te gebruiken."

Virtualisatie

"Onlangs hebben we een aantal servers 'gevirtualiseerd'. Dit houdt in dat we de 9 voorheen fysieke apparaten (servers) hebben gevirtualiseerd naar 3 grotere servers." (eh...aha) "Het woord zegt het al:

virtueel. Wij houden de nieuwe servers dus wat voor de gek. Het is maar één server maar via bepaalde software installeer je op die ene server 4 of 5 virtuele servers." (eh...)"Ja, het is wat moeilijk uit te leggen", zegt Pier. "Sommige dingen zijn wat ongreepbaar, zeg maar." Jeroen vult nog aan: "We hebben onze oude kasten plaats laten maken voor een softwarematige vervanging." (..juist) "Met die omzetting hebben we een flinke besparing kunnen bereiken. Kostenbesparing qua energie bijvoorbeeld, maar daarnaast is deze vorm beheer technisch gemakkelijker."

Heel belangrijk: de backup

"Na het verhelpen van eventuele storingen verwisselen we de tape van de backup. Iedere nacht wordt er een backup gemaakt van het systeem. Van alle gegevens die op het netwerk staan opgeslagen, staat een kopie op deze backup. Zo blijven alle programma's en gegevens bewaard tot en met de dag van gisteren. Mocht er een grote storing zijn, dan zijn alle gegevens er dus nog. Laatst hadden we zo'n grote storing. Er was een glasvezelkabel geknapt door wegwerkzaamheden. De kabel lag onder een geasfalteerde weg, waardoor men het asfalt weg moest halen om die kabel te repareren. De storing heeft twee dagen geduurd. Voor Tellens allemaal heel vervelend, want door die breuk in het

kabelnet was onze server voor de locaties niet bereikbaar. Gelukkig kon op het Centraal Bureau nog wel met de computer worden gewerkt."

Automatisering niet meer weg te denken

"Dat geeft al aan hoe afhankelijk we zijn van computers. We gebruiken die voor onze administratie, Cura, tekstverwerking, internet en email, contacten met de zorgzekerar en vele anderen, noem maar op. In de huizen zie je ook steeds meer domotica en automatiseringsnuffjes verschijnen. Het is allemaal van deze tijd." Komt er een nieuwe collega, dan richt ICT de werkplek qua automatisering in. Ook de telefonie op het Centraal Bureau en de mobiele telefonie vallen onder de afdeling ICT. "Een baan die elke dag anders is. Geweldig toch?", aldus Pier. "Elke dag is gevarieerd, elk probleem, elke uitdaging is weer een puzzel om op te lossen. En dat vind ik leuk", besluit Jeroen. "Automatisering is niet zo heel erg moeilijk hoor, gewoon een kwestie van goed lezen en logisch denken en handelen. Maar ieder zijn vak, he?"

Pier is ooit in Martenahiem begonnen als administrateur. Hij werkt ruim 23 jaar bij Tellens, waarvan 12 jaar met computers. Jeroen is er nu ruim een jaar. Allebei zijn autodidact, ze hebben de meeste kennis zelf opgedaan en ze vinden hun automatiseringsbaan 'enerverend'.





Geslaagd!

Kersverse evv'ers

We feliciteren onze kersverse evv'ers met hun behaalde diploma! Alweer de tiende groep is intern opgeleid tot eerst verantwoordelijk verzorgende. Iedereen van harte gefeliciteerd!

500^e certificaat Leerstee ICT

In 2005 is Skewiel Trynwâlden begonnen met een eigen Leerstee (leerplek) ICT van waaruit computercursussen worden aangeboden. Daarbij richt Skewiel Trynwâlden zich op haar doelgroep: 50-plussers in de Trynwâlden en omgeving. De cursussen worden gegeven door vrijwillige docenten (eveneens 50-plussers) en ook de cursusboeken worden ontwikkeld door vrijwilligers. Het cursusaanbod is heel divers: voor beginners, gevorderden, internet/email, maar ook, door het toenemende gebruik van digitale fotoapparatuur, cursussen op het gebied van foto bewerken en fotoalbum maken. Skewiel Trynwâlden speelt ook in

op vragen vanuit de doelgroep betreffende nieuwe cursussen. Indien nodig kan een cursist een beroep doen op een vrijwilliger voor PC-hulp thuis. Leerstee ICT is aangesloten bij het landelijke Seniorweb.

In vier jaar tijd hebben 500 cursisten een cursus gevolgd. De uitreiking van het 500ste certificaat op 30 november jl. had dan ook een feestelijk tintje. Het certificaat is uitgereikt aan mevrouw A.G. de Boer uit Gytsjerk, zij volgde een cursus foto bewerken. Ze kon meteen weer aan de slag, want naast de bos bloemen werd haar een gratis cursus fotoalbum maken aangeboden.



Ondernemingsraad

Levensfasegericht beleid

“Medewerkers blijven gemotiveerd en gezond aan het werk tot de pensioengerechtigde leeftijd”. Dit willen veel organisaties en medewerkers. Daarom heeft de OR-commissie ‘personeel en beleid’ het initiatief genomen om hier iets mee te doen. We zijn hier al een tijdje mee bezig en willen jullie iets meer vertellen over ‘Levensfasegericht personeelbeleid’.

Een belangrijk uitgangspunt is dat het werk voor alle medewerkers afwisselend en uitdagend is en dat de medewerkers invloed kunnen uitoefenen op de eigen functie-invulling. Dat vraagt van de organisatie enerzijds om een aantrekkelijke werkgever te zijn met een rooskleurig toekomstperspectief en anderzijds goed te scoren op medewerkertevredenheid, productiviteit en verzuim-beheersing. Het houdt ook in dat rekening wordt gehouden met ambities, mogelijkheden en beperkingen van medewerkers in alle leeftijdsfasen. Bij Tellens waren in 2006 verhoudingsgewijs wat meer (ongeveer 5%) ouderen en wat minder jongeren (<36jaar) werkzaam dan gemiddeld in Nederland of Friesland. De komende jaren is te verwachten dat het percentage ouderen eerder zal toenemen dan afnemen. De commissie personeel en beleid is op dit moment bezig om de cijfers allemaal te verzamelen, Tellensbreed maar ook van iedere locatie. Pas dan kunnen er conclusies worden getrokken. Hierbij hebben we de hulp nodig van de P&F afdeling. Maar ook uit het MTO kunnen we veel informatie halen. Als leidraad gebruiken we het werkboek ‘Leeftijdsbewust Beleid, de OR aan zet’. Hierin staan bruikbare handvaten om de situatie binnen de organisatie goed in kaart te brengen, die ons verder kunnen leiden naar een goed leeftijdsbewust personeelsbeleid.

Heb jij suggesties?

Misschien heb jij hierover nog ideeën. Maak ze bekend bij de OR!



Personeel & Financiën

Salarisstroken januari 2010

Tot nu toe ontvingen medewerkers van Tellens in januari twee salarisstroken. Eén salarisstrook betrof de ORT en reiskosten van december, op de andere salarisstrook werd het salaris over januari vermeld. De nabetalings over december werden in de jaaropgave over het voorgaande jaar meegenomen.

In januari 2010 ontvang je nog maar één loonstrook waar zowel de ORT en reiskosten van december 2009 op staan als het salaris over januari 2010. In feite net zoals dit de elf andere maanden van het jaar ook gebeurt. De nabetalings over december 2009 worden in de jaaropgave over 2010 meegenomen.

Met ingang van 1 januari ontvangen de medewerkers van Skewiel een andere loonstrook. Tot nu toe werd de salarisadministratie verzorgd door RAET, vanaf 1 januari zal dit door SDB gebeuren. Met name in de wijze van registratie van de urenverantwoording zullen aanpassingen nodig zijn. De medewerkers van Skewiel zullen hiervan op de hoogte worden gebracht en gehouden.

Integratie administratieve procedures en regelingen

In de loop van 2010 zullen we de administratieve procedures en de regelingen van Tellens en Skewiel op elkaar afstemmen. We zijn al bezig met een inventarisatie en constateren veel overeenkomsten maar ook heel duidelijke verschillen in de uitvoering van regelingen en procedures. We houden je op de hoogte.

OPROEP!

Meld je aan voor de nieuwe OR!

Op de locaties hangen posters en via een intekenlijst kun je je opgeven voor de Tellens OR. Want op 26 januari organiseren we verkiezingen. Interesse? Meld je aan! Wil je meer weten over het functioneren van de OR? Neem dan contact op met Tiny van der Wal (voorzitter) of Geeske van der Meulen.

Tellus

Tellens
locatie-
nieuwtjes

Waldrikiem

Breicafé geopend

Dienstencentrum Waldrikiem (Workum) heeft een heus breicafé geopend. Een nieuwe activiteit van het dienstencentrum die op verzoek van de bezoekers tot stand is gekomen.



Littenseradiel

Onderzoek onder 65+'ers

In de gemeente Littenseradiel wordt een onderzoek gedaan onder 65+'ers waarin de Tellens-locaties samen met gemeente, Platform Senioren, NHL en woningcorporatie Welkom (straks Elkien genaamd) een onderzoek gaan doen naar het 'wolwèzen' op het gebied van wonen en dergelijke.



Dr. Wumkeshûs



100-jarig bestaan!

Dr. Wumkeshûs (Sneek) viert in 2010 haar 100-jarig bestaan! Er volgen allerlei festiviteiten, maar daarover in de volgende Tellens Vertelt meer. Op 5 juni 2010 wordt vanaf 15.00 – 19.30 uur een reünie georganiseerd voor huidige en oud-medewerkers. Ben je medewerker (geweest) van het Dr. Wumkeshûs? Feest dan met ons mee. Geef je op bij de receptie van het Wumkeshûs, **telefoon 0515 – 436000**.

Nij Stapert



Dagbesteding van Talant

De Dagbesteding van Talant is uitgebreid met een aantal bezoekers. Men huurt nu bedrijfsruimte op de eerste etage van Nij Stapert, op de plek waar voorheen het Centraal Bureau gevestigd was in de 'Greidhoeke-tijd'.

Amerikaanse Week

Nij Stapert (Wommels) was begin november in buitenlandse sferen tijdens de Amerikaanse Week. De zaal was versierd met vlaggen en posters van bekende Amerikaanse zaken zoals Starbucks, Route 66 en Burger King. Die vormden een fraaie decor voor de films en dia's van de USA, een countrydansgroep, popcorn, hamburgers en patat!

Bewonersvakantie in *Lunteren*

Een week lang genieten bewoners van Frittemahof van hun vakantie in de Veluwe bossen. 'We hebben zoveel leuke dingen gedaan: natuurlijk de omgeving verkennen, busritjes en boswandelingen, musea, aapjes kijken, de bonte avond die heel bont was, 30 stoere Gelderse Politie-mannen op bezoek met mooie stemmen (koor), heel veel met elkaar gelachen, teveel om op te noemen. Het was een vakantieweek die zomaar om was. We hebben met z'n allen zo genoten!', vertelt Marijke Hoekstra van de activiteitenbegeleiding enthousiast.



It Heechhout

Sinterklaas in It Heechhout

Op 21 november jl. ontving buurt- en wijkvereniging Plan Noord II Sinterklaas in It Heechhout in Bolsward.

Ook bewoners van It Heechhout keken met plezier toe.



Nij Mariënacker



Jeu de boules baan

Nij Mariënacker (Workum) is een jeu de boules baan rijker. Medio oktober werd deze officieel geopend en werd er meteen op gespeeld. De baan biedt niet alleen spel en beweging aan de spelers, ook de kijkers vinden het een mooie gelegenheid om er wat bij te praten.

Tellus

Tellens
locatienieuwtjes

Bonifatiushuis

Dag van de Kwaliteit.

In het Bonifatiushuis (Sneek) was het een verwennerij tijdens de Tellens Dag van de Kwaliteit. Manicures, pedicures, massages, heerlijk! Nij Stapert organiseerde een 'Uitdag In Eigen Huis'. Met oude kinderfoto's en raden 'wie is wie', koormuziek, hapjes en drankjes was het erg gezellig en nog lang onrustig in Nij Stapert en omstreken.



Cursusnieuws

Het werk valt niet te plannen of toch wel

Cursus 'praktisch roosteren'

De planners van Tellens houden zich dagelijks bezig met het plannen van personeel en het maken van de dienstroosters. Natuurlijk gebeurt het plannen vooraf, waardoor iedereen weet wanneer gewerkt moet worden. Maar tussentijds ontstaan er wijzigingen. Bijvoorbeeld door ziekte, vakantie of anderszins. De ontstane 'gaten' in het rooster zullen moeten worden opvangen. Soms best een puzzel om dit op te lossen en om alles passend te krijgen. Daarnaast proberen we meer flexibiliteit in de organisatie te brengen. Meer flexibiliteit in het belang van de cliënten (vraagsturing), maar ook in het belang van de medewerkers: beter afstemmen van werk en privé. Ook dit kan om creatieve oplossingen vragen bij het roosteren. Ter ondersteuning van alle medewerkers die direct bij het roosteren zijn betrokken, biedt Tellens in 2010 een cursus 'praktisch plannen' aan.

"Ik verzorg al jaren de planning voor het personeel van Saxenoord", vertelt Astrid van Dieken. "En sinds mei ook voor de locaties Froomacker en Martenahiem. Ik vind het geweldig dat er een cursus komt. En ook nodig trouwens. Want met de komst van de ZZP's gaan er toch zaken veranderen. Bovendien probeer ik wensen van medewerkers mee te nemen in het rooster, maar tegelijkertijd wil ik de inzet van medewerkers flexibel houden. Dat is soms een spanningsveld. Het is een punt waar ik in de cursus de aandacht voor wil vragen. We kunnen namelijk aangeven waar we tegenaan lopen en daar in de cursus mee aan de slag gaan." Kwaliteitsfunctionaris Almer Tiel vult aan: "Planners hebben met veel facetten te maken. Inderdaad de ZZP's waar men

uren en handelingen uit haalt. Daarnaast houdt men rekening met uren voor afstemming (MDO, overleg met de huisarts, familiegesprekken); dit zijn de zogenaamde niet-zichtbare ZZP-uren. De zichtbare ZZP-uren betreffen de daadwerkelijke zorg. Richting de medewerkers heeft de planner te maken met de roosterregelingen conform de CAO. Verder probeert de planner zoveel mogelijk rekening te houden met de medewerkers en hun wensen voor een gezonde balans tussen werk en privé. Dan is het nog zaak om verlof in te roosteren en vervolgens nog de kunst om rust in het rooster te houden. Vul maar eens in, een planner moet met heel veel zaken rekening houden."



De cursus 'praktisch roosteren' start in januari 2010.