

# nieuws

uit de **OndernemingsRaad**

In de vorige Tellens Vertelt hebben jullie ons al kunnen bewonderen. Daar werd aangegeven dat er maar 3 nieuwe OR-leden bij zijn gekomen, maar dit zijn er 7. In totaal zitten wij nu met 12 OR-leden. Maar we missen er nog 1, want er zijn 13 zetels. Dus collega's, wie wil ons komen versterken?!!!! Het OR-werk is een leerzame, boeiende taak. Erg leuk om zo nauw betrokken te zijn bij Zorggroep Tellens. Dus twijfel niet en neem contact met ons op. Je krijgt er geen spijt van.

In mei 2010 zijn wij van start gegaan en net allemaal weer terug van vakantie, dus het is nog een beetje wennen. In september hebben we een scholing en dat is zeker wel fijn voor de nieuwelingen onder ons. Daar hopen we veel aan te kunnen hebben in de toekomst.

Wij werken binnen de OR met commissies die allemaal een specifiek onderdeel voor hun rekening nemen. De PR-commissie bijvoorbeeld wil graag dat de OR meer bekendheid krijgt binnen Tellens. De OR wil dichtbij en makkelijk bereikbaar zijn en jullie laten weten wat een OR voor je kan betekenen. Dat zijn een paar speerpunten waar de PR commissie mee bezig gaat de komende tijd.

De volgende keer nemen we een paar andere commissies onder de loep.

Vriendelijke groeten van de OR

PS : Vergeet niet te reageren op de 13e zetel!!!!!!

Je reactie kan naar onze ambtelijk secretaris,  
Janna Hiemstra, [jhiemstra@zorggroeptellens.nl](mailto:jhiemstra@zorggroeptellens.nl)

## COLOFON

### Redactieadres:

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

### Zorggroep Tellens

heeft ruim 20 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.



# Tellens Vertelt

■ Personeelsblad Zorggroep Tellens ■ Zesde jaargang Nr. 24, september 2010



## Tellens op televisie

De mensen van Zorggroep Tellens

## Een hele klus...

De invoering van het WoonLeefPlan

## 'Lekker ite is in foarm fan gelok'

Project gastvrijheidszorg

## Opening Talma State

Open huis trok veel belangstellenden

## Een ritje met de Italiaanse mafia

"Ut en thûs yn ..... Italië"

## Inhoud



Vakantie in eigen huis" **4**



Geslaagd! **8**



Tellens "got talent" **9**



Schansspringen in Blauwhuis **10**



Opening Talma State **12**

## Voorwoord

### Pesten

Op het moment van schrijven van dit voorwoord is het nog komkommertijd in de media. Men stort zich dan ook graag op het onderwerp "pesten in het verzorgingshuis". Uit een overigens erg klein onderzoek concludeert iemand dat 20% van de bewoners gepest zou worden. Er wordt schande van gesproken en de instellingen moeten een protocol maken, zo wordt er geroepen.

Nu de praktijk. Vorig jaar was ik bij de cliëntenraad van één van onze locaties.

Elk jaar bezoek ik alle lokale cliëntenraden en dat levert mij een schat aan kennis en informatie op over de dagelijkse praktijk. De kwestie was als volgt. De mannelijke bewoners drinken 's ochtends samen koffie. Op een gegeven moment komt er een mevrouw aan de tafel zitten.

De mannen zeggen: mevrouw, u mag hier niet zitten, want dit is de mannentafel. Hierop reageert de mevrouw door te zeggen: ik beslis zelf wel waar ik ga zitten. Beide partijen vragen vervolgens de locatiemanager om in te grijpen, uiteraard met de door hen gewenste uitkomst. Je kunt je afvragen, is dit nou pesten. En zo ja, wie pest nou wie? Kortom, de dagelijkse praktijk is weerbarstiger dan de one-liners op televisie doen vermoeden.

Wordt er gepest? Vast wel. Kunnen we er altijd wat aan doen? Niet altijd. Is het met een protocol te bestrijden? Nee. Dat pesten in het verzorgingshuis voorkomt, bewijst overigens dat het leven niet ophoudt bij 85 jaar. Ook dan beschikken de mensen nog over het karakter en de gebruiksaanwijzing die ze, net als toen ze jonger waren, in de ogen van anderen maken tot een aangenaam of minder aangenaam mens. Gelukkig maar, zou ik zeggen. Het is het bewijs dat ze leven.

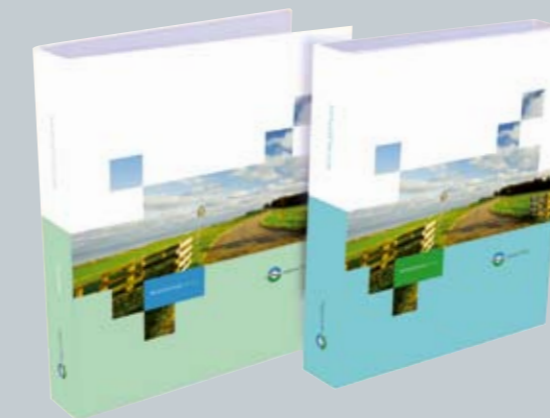
Ik wens jullie veel plezier, met aandacht voor minder gewenste omgangsvormen tussen bewoners!

### Arend Schenkel

Voorzitter Raad van Bestuur

## De invoering van het WoonLeefPlan, een hele klus!

**In het voorwoord van Anneke Aldenkamp in het vorige nummer van Tellens Vertelt, is de gedegen ontwikkeling van het WoonLeefPlan (WLP) aan de orde geweest. De komende maanden gaan we verder met de invoering van het WLP voor alle locaties van Zorggroep Tellens. Deze fase zal net zo nauwkeurig worden gedaan, omdat 'we' nooit een tweede kans krijgen voor de eerste en enige invoering.**



### Wat staat er te gebeuren?

Het is belangrijk dat als eerste alle leidinggevendenden zich het WLP eigen maken en omarmen. Deze leidinggevendenden noemen wij met een mooi woord 'de schatbewaarders' van het WLP. Locatiemanagers hebben aangegeven dat zij het belangrijk vinden dat de overdracht van 'de schat'/het WLP zorgvuldig plaatsvindt, zodat deze daarna goed bewaard kan worden. Daarom gaat de werkgroep WLP langs bij alle Locatie Management Teams (LMT) om uitleg te geven over het nieuwe WoonLeefPlan en hoe dit te gebruiken. Hiermee geven we, als werkgroep, symbolisch 'de schat' uit handen. Elke locatie zal op haar eigen (ludieke) manier de introductie bij cliënten, contactpersonen, medewerkers en vrijwilligers verzorgen.

### Voor medewerkers

Met name de Eerst Verantwoordelijk Verzorgenden (EV'ers) hebben een belangrijke taak bij het succesvol invoeren van het WoonLeefPlan. Het zijn deze EV'ers die in gesprek gaan met de cliënten om afspraken te maken over de zorg en dienstverlening die de cliënt gaat ontvangen om dit vervolgens vast te leggen in het WLP. Voor de EV'ers is een scholing georganiseerd waarin zij extra bagage krijgen om onder andere open vragen te stellen en een gelijkwaardig gesprek met de cliënt te kunnen voeren. Daarnaast ondersteunen de kwaliteitsfunctionarissen, Ageeth van Dalen en Almer Tiel, samen met de teamleiders de EV'ers op locatie bij het gebruik van het WLP en het omzetten van de huidige dossiers naar het WLP. Voor de medewerkers van de dagbesteding, dagverzorging en activiteitenbegeleiding is er een afzonderlijke introductie, gericht op het toepassen van welzijn in het WLP.

### Kortom: het wordt hard werken!

De invoering van het WoonLeefPlan heeft prioriteit. Voor de invoering is extra geld gereserveerd en bijna alle overige scholingen dit najaar zijn geschrapt.

*Namens de werkgroep wensen we elkaar veel succes toe bij het invoeren van het WoonLeefPlan!*



Sippie Stelwagen

## TELLENS OP TV

Misschien zie je in september/oktober een cameraploeg op je locatie verschijnen en allerlei drukte daaromheen. Dat zou heel goed kunnen, want Omrop Fryslân gaat een tv-serie uitzenden over de mensen van Zorggroep Tellens. In 8 uitzendingen van ongeveer 25 minuten brengt men wonen, zorg en diensten aan senioren in beeld en wat daar allemaal bij komt kijken. We zullen een aantal cliënten en medewerkers volgen. Een interne werkgroep is samen met de producent Noordkaap BV druk bezig met de voorbereidingen. We willen een goed beeld van Tellens geven en natuurlijk allerlei zaken laten zien, verspreid over ons werkgebied.

**Meer informatie?** Hou vooral onze website in de gaten. Zodra er meer bekend is, bijvoorbeeld over de data van de uitzendingen, vind je die op [zorggroeptellens.nl](http://zorggroeptellens.nl)



# Nazomeren

met vakantie in eigen huis

Woonzorgcentrum **Aylva State Witmarsum**

“Dit jaar brengen we de vakantie bij u thuis. U kunt zich op vakantie wanen zonder een koffer te hoeven inpakken en zonder een voet in de bus, trein of vliegtuig te hoeven zetten.” De activiteitenbegeleiding bedacht een vakantieweek in eigen huis met als thema “Ut en thús yn ..... Italië”.



Burgemeester Theunis R. Piersma



'Italiaanse mafia'

De bewoners van woonzorgcentrum Aylva State (Witmarsum) wonen tijdens de verbouwing tijdelijk in Bolsward. De groep van zo'n 40 extramurale bewoners woont nog in Witmarsum. “Best wel wat een uitdaging om gezamenlijk activiteiten te organiseren. Maar de mensen van de aanleunwoningen zijn zo gewend om mee te doen aan activiteiten in het woonzorgcentrum, dat moet gewoon zo doorgaan”, vertelt teamleider Helma Oetelmans. En dus wordt er heen en weer gereisd tussen Bolsward en Witmarsum. Maar ook naar elders, bijvoorbeeld naar Piaam, waar de bewoners na een ritje met de 'Italiaanse mafia', gezellig neerstrijken

voor cappuccino met allerlei lekkers. De vakantieweek is overigens geopend door burgemeester Theunis R. Piersma. Hij vertelde over zijn vakantie-ervaringen van vroeger. Ouders beschikten nog niet over vakantiegeld en reizen maken was niet gebruikelijk. Wel herinnert hij zich nog goed een dagje naar Rijs in Gaasterland, een dagje naar Schoorl of naar zee. “Jammer genoeg is de gondelvaart afgelast in verband met het slechte weer, maar die houden ze nog tegoed”, vertelt Helma. “Als herinnering hebben we van iedereen een vakantiefoto gemaakt in Italiaanse sferen. Later in de week kreeg men een fotolijstje cadeau dat door sommigen

nog prachtig is versierd, bestemd voor de mooie vakantiefoto. Tussendoor waren er verschillende verrassingselementen. We hebben bijvoorbeeld Italiaans ijs gehaald en samen met de bewoners lekkere ijscoupes gemaakt. En opgegeten natuurlijk, heerlijk! Op vrijdag is de vakantieweek afgesloten met een bonte middag, georganiseerd door het personeel. In de lijn van het vakantie-thema kwamen allerlei liedjes voorbij, van 'Reisje langs de Rijn' tot 'Af en toe gaan pa en moe met ons naar de speeltuin toe'. De bewoners hebben uitzonderlijk genoten, het was een heel geslaagde vakantie!

# Vertel'ns

Wat zijn jouw werkzaamheden bij Tellens?

**Bij Zorggroep Tellens** werken ruim 1350 medewerkers en evenzo veel vrijwilligers. Van zorgverleners, ICT, facilitair, technisch en administratief medewerkers tot gastvrouwen, chauffeurs, teveel om op te noemen. In deze rubriek kijken we een dagje met één van onze collega's mee. Deze keer **Susan van der Werf, coördinator bouwzaken**



Susan van der Werf

Bij Tellens zijn diverse

(nieuw)bouwprojecten aan de gang.

Zoveel projecten dat Tellens een

eigen coördinator bouwzaken heeft

in de persoon van Susan, die zich

bezighoudt met alles wat bij de grotere

(nieuw)bouwprojecten komt kijken.



"Wat ik zoal doe? Als voorbeeld Saxenoord. Op dit moment zijn we bezig met een bijzondere invulling van de nieuwbouw; een wellnessfaciliteit waar men flink in de watten kan worden gelegd. Met de wensen van de locatie(manager) stel ik een Programma van Eisen op; daarin benoem je welke ruimten en voorzieningen nodig zijn, de afmetingen en benodigde techniek. Op basis hiervan maak ik een eerste schets met extra aandacht voor de toegankelijkheid en bruikbaarheid voor bewoners, bezoekers en medewerkers. Vervolgens gaan we bekijken of het project financieel haalbaar is. Krijgen we groen licht van de Raad van Bestuur, dan gaan we verder met het uitwerken van het plan tot bestekken. Dit gebeurt in ontwerp-team verband, waarin gebouweigenaar, architect, installatie-adviseur en Tellens zitting hebben. Bestekken zijn uiteindelijk hele dikke boekwerken en pakken tekeningen. Mijn rol is om na te gaan of alles wat belangrijk is voor Tellens op tekening en in bestek staat. Op basis van een bestek kunnen verschillende aannemers en installateurs een offerte uitbrengen. De aanbesteding gebeurt onder verantwoordelijkheid van de eigenaar van de gebouwen die wij huren.

## Bouwhelm

Als de periode van bouw start en gaande is, is Susan ook op het bouwterrein te vinden. Verplicht met bouwhelm uiteraard. "Ik sta er eigenlijk nooit zo bij stil, maar ik ben meestal de enige vrouw op de bouw en in vergaderingen. Ik voel me echter nooit ongemakkelijk, maar ik heb natuurlijk geen idee of de mannen zich anders gedragen omdat ik er bij ben. Wel staat er altijd een bekertje thee voor me klaar en in de bouwkeet bij Aylva State is als grap een haak voor mijn handtas gemaakt; waar ik zeer dankbaar gebruik van maak! Er zijn soms pittige discussies maar uiteindelijk komen we er altijd weer uit. Ik zie aannemers, installateurs, huiseigenaren en architecten regelmatig tijdens vergaderingen waar we met elkaar de stand van zaken doornemen, kijken waar we tegenaan lopen en welke oplossingen we kunnen bedenken. In de bouw komen allerlei onderwerpen aan de orde waarover ik namens Tellens uitspraken moet doen, zowel op bouwkundig als op

elektrotechnisch en werktuigbouwkundig gebied. Daarbij maak ik niet alleen gebruik van mijn eigen kennis en ervaring, maar ook zeker van de gezamenlijke expertise die we binnen Tellens hebben! Ondanks dat al vele onderwerpen de revue hebben gepasseerd, leer ik telkens weer nieuwe dingen! Het interieur, de kleuren, afwerking, meubilair en dergelijke neemt de locatiemanager voor zijn/haar rekening. Meestal wordt een interieurarchitect ingeschakeld; iedere locatie heeft immers een eigen stijl. Waar nodig, ben ik de schakel naar de bouw(plaats) toe. De planning rondom de bouwkundige oplevering en de uiteindelijke inhuizing van onze bewoners vraagt uiteraard veel afstemming. Daarnaast komt ook nog een aantal juridische aspecten rondom bijvoorbeeld huurovereenkomsten bij mijn werk kijken.

Globaal zijn dit mijn werkzaamheden. Kortom, mijn werk is heel divers waarbij ik dagelijks heel vaak moet schakelen tussen projecten, onderwerpen en diverse contactpersonen. Ik ben bij alle fasen van het bouwproces betrokken, vanaf de planfase tot en met de uiteindelijke oplevering. Dat vind ik echt fantastisch want zo zie je een plan van begin tot eind vorm krijgen."

## Afgelopen jaren opgeleverde bouwprojecten:

- Appartementen De Triangel in Franeker;
- Restaurant en voorzieningen bij de Froomackerflat in Franeker;
- Woonzorgcentrum Teatskehûs in Blauwhuis.

## Momenteel wordt hard gebouwd aan:

- Woonzorgcentrum Aylva State in Witmarsum;
- Woonzorgcentrum Noorderhoek in Sneek.

## Toekomstige plannen of plannen in de startblokken:

- Woonzorgcentrum Frittemahof te Sneek;
- Wellness en diverse voorzieningen en appartementen bij Saxenoord te Franeker;
- Woonzorgcentrum in de Botniasteeg te Franeker;

# Tell us Tellens locatienieuwtjes



Workum

Franeker

## 'Saxenoord yn beweging!'

Dat was de kreet die in juni twee weken lang door Saxenoord schalde. Van 1 t/m 18 juni was er voor de bewoners van alles te doen rond het thema bewegen. Van koersbal, sjoelen op een 5 meter lange sjoelbak tot en met de ochtend4daagse waaraan 16 bewoners mee deden. Op vrijdag de 18e zijn ze feestelijk ingehaald door een aantal muzikanten en kregen de wandelaars een vaantje als aandenken.

Bolsward

## Gezellig varen

Het is volop zomer als we genieten van een dag gezelligheid, mooi weer en sfeer op de Friese wateren. Op 20 augustus waren bewoners van It Menniste Skil (Bolsward) uitgenodigd voor een boottocht. Dankzij de cliëntenraad van It Menniste Skil geheel gratis! Uiteraard was vervoer geregeld, zou er een grote salon aan boord zijn met een fantastisch panoramisch uitzicht, verder een kleinere salon, een beschut zonnedeck met een variabel schuifdak, een klein open achterdek en alles bereikbaar met een lift. Dit alles stond op de uitnodiging en ja, wat houdt je dan nog tegen?? De 20e augustus start wat bewolkt met een miezerig regentje, maar na 10.00 uur wordt het weer steeds mooier en al met al werd het een stralende dag. Eenmaal in Sneek verzamelen we ons op de Pampuskade waar de rondvaartboot voor ons klaar ligt. Allemaal gaan we naar het bovendek; van daar uit hebben we het mooiste uitzicht over het Friese landschap. Onderweg zien we daarnaast veel plezier- en zeilboten en vrachtovervoer; het was druk op het water. De zeilboten voeren soms wel heel erg scheef op de golven. Grote, dure plezierjachten en niet te vergeten de mooie huizen, boerderijen, jachthavens met heel veel boten; wat leven we toch in een rijk land! Aan boord was het gezellig met lekkers en accordeonmuziek. Er is volop gedanst, gezongen en meegeklapt. Het werd steeds gezelliger. Voor we het wisten was het 15.00 uur en waren we al weer op de terugweg. Er is nog dagen over nagepraat. Dat het zo gezellig was en dat de bewoners erg hadden genoten. Namens allen die mee waren: Cliëntenraad, bedankt voor deze prachtige dag!

Janny Dijkstra-Postma

## Kraamvisite in Nij Mariënacker

Kraamvisite maar dan andersom. Het was een gezellige ochtend in de parkzaal toen de baby's (met hun moeders uiteraard) op visite kwamen: Damian, de zoon van Monique Kooy en Frederik, de zoon van Klaske Scheltema. Even lekker de jongens in bad doen. Natuurlijk onder veel belangstelling!

## Expositie in Nij Mariënacker

Vanaf 20 september tot en met half december exposeert Jantsje de Lang in Nij Mariënacker. Zij maakt mooie schilderijen op hout. Jantsje is medewerker hulp in de huishouding.

# Nieuwbouw Tellens

De stand van zaken

**Noorderhoek.** De nieuwbouw verloopt erg voorspoedig. Op het moment van opmaak van Tellens Vertelt is het steigerwerk verwijderd en wordt van binnen hard gewerkt aan de afwerking. De appartementen krijgen al echt vorm. De inhuizing staat gepland voor begin volgend jaar.

**Aylva State.** Het volume van de nieuwbouw is goed zichtbaar, het dak zit er op, het metselwerk geeft een idee van hoe het er uit gaat zien en van binnen wordt ook hard verbouwd. De verwachting is dat bewoners begin volgend jaar hun nieuwe appartementen kunnen gaan bewonen.

## Geen klachten voor de klachtencommissie?

**Hoe goed we ook ons best doen, er kunnen voor cliënten redenen zijn voor verbeteringen. Dat kan bijvoorbeeld gaan over de verzorging, het eten of de manier waarop men bejegend wordt. Bij Tellens is het beleid dat klachten allereerst worden besproken met de desbetreffende persoon of diens leidinggevende. Komt men niet tot een bevredigende oplossing dan is er de onafhankelijke klachtencommissie. Tellens heeft een Reglement Klachtencommissie Cliënten waarin staat beschreven op welke wijze men een formele klacht kan indienen en wat de rol is van de klachtencommissie. Een klacht kun je zien als een advies om het beter te doen. Maar wat als er nu geen klachten binnenkomen?**

### Even voorstellen

Tellens heeft een onafhankelijke klachtencommissie. Dat wil zeggen dat de leden niet werkzaam zijn in de Tellens-organisatie. De klachtencommissie bestaat uit de heer J.W. Boekhoven (voorzitter) en de dames M. Baarda en H. Nijboer. De heer Boekhoven licht toe: "Het gaat er om dat oudere mensen zich op een plezierige wijze kunnen manifesteren in een fijne omgeving. En als er klachten zijn, dan dienen die gehoord te worden. De klachtencommissie krijgt overigens niet veel klachten binnen. Vaak zijn die in het voortraject al opgelost. Maar alles wat de klachtencommissie bereikt, komt daar aan de orde. Op mijn beurt zeg ik: schroom niet. Breng problemen terug naar de proporties waar die toe behoren en leg ze daar waar ze horen. Ik denk dat de bekendheid met de klachtenregeling goed is, maar het is altijd zaak daar blijvend aandacht aan te besteden. Daar ligt een taak voor medewerkers. Ook het betrekken van de familie daarbij is belangrijk."

### Klachtencommissie voor medewerkers

Voor medewerkers is er eveneens een klachtencommissie. Ook hier geldt: probeer een klacht eerst op te lossen met de betreffende persoon. Kom je niet tot een oplossing, ook niet na overleg met de leidinggevende, dan kun je je wenden tot de klachtencommissie. Kijk voor meer informatie over het klachtenreglement op de L-schijf. De commissie heeft onlangs een nieuwe samenstelling gekregen en bestaat uit de heren J. Vos (voorzitter) en H. Dijkstra en mevrouw R. Hamberg (op voordracht van de OR). In de volgende Tellens Vertelt stellen we de klachtencommissie nader aan je voor.



Op 29 juni jl. was de diploma-uitreiking van alweer de elfde groep verzorgenden, **allemaal geslaagd voor hun EVV-diploma.**

## Tellens 'got talent'

**Soms hoor je van die bijzondere verhalen over je collega's. Heel sportieve collega's, collega's die in een band zingen, cowboy spelen op een westernpaard, heel groene vingers hebben en zo voort. Deze keer volgen we Reina Kalsbeek en Neeltsje Riemersma, beide werkzaam in de zorg in Frittemahof. Zij liepen samen de Kennedymars. Hieronder hun verhaal.**

"Het lopen van een Kennedymars stond altijd nog op ons verlanglijstje. Dit jaar hebben we dan de knoop doorgehakt en ons opgegeven voor de Kennedymars van Wouterswoude/Driesum. De Kennedymars is ontstaan in 1963. Begin 1963 vroeg de Amerikaanse president John F. Kennedy zich af of de Amerikaanse officiers van de mariniers voldoende uithoudingsvermogen hadden om ongetraind binnen 20 uur 50 mijl te lopen. Broer Robert Kennedy deed mee aan de eerste tocht en haalde de eindstreep na 17 uur en 50 minuten. In Nederland wordt de Kennedymars ook sinds

1963 georganiseerd. Voor ons betekent de Kennedymars: in 20 uur 80 kilometer lopen. Op 27 augustus staan wij 's avonds om 22.00 uur in de tent van Wouterswoude te wachten op het startschot. Gehuld in een veiligheidsjasje en met lichtje gaan we op pad. Wat een organisatie. Onderweg hebben velen verlichting aangebracht en zien we regelmatig vuurkorven, fakkels en lampions. Ook worden we van tijd tot tijd voorzien van broodjes en drinken. Wat een mensen zijn in het holst van de nacht voor ons in het spier! De route gaat door een prachtig gebied: de echte Friese wouden en omstreken. Het geeft een speciaal gevoel zo in de nacht te lopen. Onderweg hebben we verschillende controleposten en met de moderne techniek van tegenwoordig scannen we onze kaart, zodat het thuisfront ons kan volgen op het internet en weet waar we zijn. We lopen met volle maan, dus echt donker is het niet en dan zie je het langzaam licht worden en hoor en zie je de vogels en koeien in het land. Het dagelijks leven komt weer op gang

en je ziet weer meer bedrijvigheid. Om half tien komen we in Zwaagwesteinde aan. Hier worden we bij het café vermaakt door een shantykoor en nemen we even extra de tijd op het gezellige terras. We moeten nu nog 18 kilometer lopen en hebben voldoende tijd om binnen te komen. Na een poosje stappen we toch maar weer op want ons tempo is niet meer zo als in het begin van de nacht. Onderweg is nog steeds publiek aanwezig om ons aan te moedigen. De laatste kilometers gaan niet zo snel meer en we beginnen onze benen en voeten te voelen maar we ruiken de finish en zetten nog even door. Om 14.00 uur arriveren we bij de finish in Wouterswoude, waar ze de rode loper voor ons hebben uitgelegd en we als helden worden binnengehaald. We zijn trots op onze medaille en het bijbehorende certificaat! We hadden deze tocht voor geen goud willen missen, en zeggen: volgend jaar doen we het vast weer."

Reina en Neeltsje



Heb/weet je ook een bijzonder verhaal? Stuur het naar de redactie van Tellens Vertelt: [mmetz@zorggroeptellens.nl](mailto:mmetz@zorggroeptellens.nl)

Fit op de Wii

## Schansspringen in Blauwhuis!

**In het Teatskehûs is een groepje bewoners sinds de zomer fanatiek aan het wii-en. De spelcomputer is populair onder jongeren, maar ook in woonzorgcentra wordt de Wii steeds vaker gebruikt. Stagiaire Hester van der Stap startte het project op.**

"Hester volgt de SPW-opleiding en ze had als opdracht een activiteit te bedenken die we nog niet kenden in Teatskehûs", vertelt Epie Wijngaarden, medewerker groepsverzorging/welzijn.

"Het idee ontstond toen duidelijk werd dat sommige bewoners het sportief bewegen zo missen. In samenwerking met de fysiotherapeute is met de Wii-spelcomputer begonnen. Het gamen was eerst even wennen, maar vanaf het begin hebben we een enthousiaste groep cliënten die fanatiek aan het sporten is. Want het komt er nog best op aan! Slalom-skiën, voetballen terugkopen, over een touw balanceren, hoela hoepen en zelfs schansspringen. We proberen van alles uit. De deelnemers zijn heel fanatiek. De scores worden bijgehouden, er wordt echt gestreden en men moedigt elkaar aan."

"Hjir wurde jo echt wurch fan. Jo kinne better in ko melke", vertelt mevrouw De Boer lachend.  
"Miskien moatte se der in spultsje fan meitsje", reageert een andere deelnemer.

Volgens Epie is het een groot succes. "We hebben bovendien al veel aandacht gehad van de media. We hebben de Sneeker Courant gehaald en zijn op Omrop Fryslân geweest. Door alle aandacht maar ook door het enthousiasme van onze eigen bewoners hebben we nu ook inwoners uit het dorp die graag willen meedoen. Het is prachtig dat men zo'n plezier heeft in samen lekker bewegen."



# Doe mee

en win een **verwendiner** voor 4 personen!



**Tellens Vertelt** Prijsvraag:

**Mail jouw idee naar**

**locatiemanager Durk Bruinsma:**

**[db Bruinsma@zorggroeptellens.nl](mailto:db Bruinsma@zorggroeptellens.nl)**

## Wie weet een passende naam?

In de wijk 'Noorderhoek' in Sneek verrijst het nieuwste woonzorgcentrum van Zorggroep Tellens met 30 zorgappartementen. De planning is dat bewoners er begin januari hun intrek kunnen nemen. Bij een nieuw gebouw hoort een nieuwe naam. Weet jij een toepasselijke naam voor ons nieuwe woonzorgcentrum? Doe dan mee aan de prijsvraag. Als jouw naam wordt gekozen, win je een verwendiner voor 4 personen! Ook inwoners van de wijk Noorderhoek kunnen meedingen. Een paar criteria: de naam mag een historische achtergrond hebben, moet toepasselijk zijn voor de doelgroep en passend zijn voor de wijk, de naam mag niet oubollig zijn. Een onafhankelijke selectiecommissie maakt de keuze voor een naam.

# FEESTELIJKE OPENING TALMA STATE HEEG



De centrale ruimte in de nieuwbouw.



Het Open Huis op 2 augustus jl. van het nieuwe woonzorgcentrum Talma State in Heeg trok veel belangstellenden. De bezoekers waren erg benieuwd naar de nieuwe woningen en de reacties waren positief. Naast de 26 woningen die volledig gestoffeerd zijn opgeleverd, heeft Zorggroep Tellens ook de centrale hal en de biljartruimte onder handen genomen.

Het echtpaar Posthumus, de eerste bewoners van het nieuwe woonzorgcentrum. De Hegemer dekdweilers zorgden voor muzikale omlijsting.

# Arbo & ZO

Arbo is de ingeburgerde afkorting van arbeidsomstandigheden waaronder medewerkers hun werk verrichten. Hoe kunnen we zo veilig en gezond mogelijk werken, met aandacht voor ons welzijn? Welke hulpmiddelen en technieken kunnen we gebruiken om de fysieke belasting zoveel mogelijk te beperken. En als je met cliënten werkt: hoe kun je hun mobiliteit en zelfredzaamheid bevorderen? Onze collega's van de ergotherapie Skewiel en afdeling kwaliteit van het Centraal Bureau krijgen in dat kader regelmatig vragen. Vanaf dit nummer hun 'tips en trucs'. Heb jij ook een vraag? Stuur die dan naar [pdegen@zorggroeptellens.nl](mailto:pdegen@zorggroeptellens.nl) Wie weet kunnen we je vraag de volgende keer meenemen.

## VASTE RUBRIEK, VOOR EN DOOR COLLEGA'S

Deze keer:  
elastische kousen

- Laat de cliënt nagaan bij de huisarts of het dragen van de elastische kousen nog steeds zinvol is.
- Bij aanschaf van nieuwe elastische kousen kan in de regel zowel een aan- als een uittrekhulp vergoed worden door de zorgverzekeraar; dit is dus een combinatie, vergoeding voor alleen een eenvoudig hulpmiddel is niet mogelijk. Voorwaarde is tegenwoordig dat de cliënt met dat hulpmiddel zelf de kousen kan aantrekken.
- Er zijn diverse aantrekhulpmiddelen voor elastische kousen die bruikbaar zijn voor cliënt zelf en/of de hulpverlener. Vaak ook in diverse maten afhankelijk van de schoenmaat zoals de algemeen bekende Easy Slide. Andere namen zijn bijvoorbeeld: Eureka Aan, Venotrain Glider, Easy Slide Caran, Steve.
- Ook uittrekhulpmiddelen zijn erg handig en in verschillende soorten verkrijgbaar: Eureka uit, Easy off, Mediven Butler off, Ort-O-Mate, Steve. Zorg dat er een goede gebruiksaanwijzing voor handen is.
- De beste methode om elastische kousen aan te trekken is niet eerst een hielte te maken maar de kous met behulp van de kousenaantrekhulp aan te trekken en dan te wrijven tot hij goed zit zonder rimpels. Hiervoor zijn speciale rubber handschoenen nog weer beter dan gewone huishoudhandschoenen omdat het profiel van de antislip laag dikker is. Kosten van handschoenen ongeveer 3,50 euro per paar.
- Een juiste houding van de hulpverlener bij het aan- en uittrekken van elastische kousen is natuurlijk belangrijk; een Care chair (speciaal zitje van karton) is een hulpmiddelje hiervoor.
- Kousen aantrekhulpmiddelen hebben niet het eeuwige leven. Regelmatig vervangen is nodig. Als de bekende Easy Slide niet meer knispt maar zacht is, kun je hem echt weggoien.
- De Friesland Zorgverzekeraar hanteert als richtlijn dat elastische kousen 14 maanden mee moeten gaan en aan/uittrekhulpmiddelen 28 maanden.
- Ergotherapeuten kunnen cliënten en/of hulpverleners adviseren welk hulpmiddel in hun geval het meest geschikt is om zelfstandig kousen aan/uit te trekken.
- Algemene voorlichting aan ergocoaches/hulpverleners, een update op het gebied van elastische kousen of gebruik van de Care Chair kan geboden worden door Petra Degen, hoofd ergotherapie van Skewiel.

# 'LEKKER ITE IS IN FOARM FAN GELOK'

Het is een slogan die we kennen van de Friese tv-kok, Reitse Spanninga. Hij is direct verbonden aan ons project gastvrijheidszorg. Daarnaast hebben Skewiel en Dr. Wumkeshûs namens de Tellenslocaties als pilot meegedaan aan 'Gastvrijheidszorg met sterren'. Dat is een waarderingssysteem voor de kwaliteit van de gastvrijheid in de zorg- en welzijnssector. Je kunt één tot vier sterren verwerven, beide locaties zijn met drie sterren gewaardeerd!

Hendrik Abma (teamleider facilitair) en Johnny Visser (hoofd voeding) van Skewiel vertellen wat dat nu precies betekent. "Eigenlijk past die slogan perfect en vrijwel naadloos in onze visie, 'in foarm fan gelok', dat is wat wij onze cliënten willen bieden. We moeten af van het idee dat we in ons restaurant cliënten over de vloer krijgen, we krijgen gásten en dat is net even wat anders. Nu is het vaak zo dat we iedereen tegelijk bedienen, of dat mensen in de rij staan voor de soep. Dat kan anders, net als in een commercieel restaurant, daar zou je het ook vreemd vinden dat je moest wachten op een bepaald tijdstip of tot het moment dat 'iedereen er is'. Dus: zodra de eerste gasten komen, worden ze meteen bediend."

#### Inspelen op individuele wensen

"Deze pilot gaat over dat soort dingen, het is een kwaliteitsonderzoek, alle restaurants van Tellens doen mee. En dan gaat het niet alleen om de kwaliteit van het eten op zich, maar ook om de ambiance, de sfeer, het contact met de koks en dat soort zaken. We willen ook transparanter werken, letterlijk, zoals je dat tegenwoordig veel ziet. De gasten kunnen dan zien wat de koks doen, want het koken en bereiden speelt zich voor hun ogen af. Front office cooking, met een mooie term. We willen op die manier meer kunnen inspelen op specifieke wensen van de gasten. Toen de commissie die ons moest beoordelen hier was, zei een van hen plotseling dat hij vegetariër was. Of het echt zo was weet ik niet, maar toen hebben we à la minute een speciale saus voor hem klaargemaakt. Dat kan hier en je kon zien dat hij dat erg waardeerde."

#### Hjir krije wy wat

De kick off van het project is een paar weken geleden in Workum geweest, onder leiding van Reitse Spanninga. Alle hoofden voeding van Tellens waren daarbij aanwezig. "Zo'n Reitse kan er natuurlijk een extra dimensie aan geven, die komt met uitspraken die wij eigenlijk allemaal wel kunnen onderschrijven, hij gaat als dat moet ook het gevecht aan met regels en regeltjes". Reitse vindt dat de maaltijd goed moet zijn: 'Goh, hjir krije wy wat', zoiets. Wat wij moeten doen is er nog meer een restaurant van maken, minder gericht op gezamenlijkheid en meer op individuele wensen. Het restaurant is niet alleen een culinaire plaats van samenkomst waar je lekker kunt eten, maar het is ook een plek waar sociale contacten op een uiterst genoeglijke manier kunnen worden gelegd en onderhouden. Want waar praat het nu makkelijker en 'nofliker' dan in een restaurant waar de sfeer prima en het eten van uitstekende kwaliteit is."

#### Verse en streekproducten

"Wij zijn met Reitse langs de leveranciers geweest en ook daarover had hij een duidelijke mening. Net als wij is hij een groot voorstander van streekproducten en leveranciers uit de omgeving. 'Dat is wol griente, mar net de echte', was een van zijn opmerkingen over de groothandelproducten. Waar hij verder heel erg op hamert, is de 'aankleding' van het eten, mensen eten nu eenmaal met hun ogen, dat ervaren wij ook elke dag. Als het er lekker uitziet smaakt het nog lekkerder."

#### Sterrensysteem

"Die drie sterren zijn uiteraard bijkomend, in feite gaat het daar niet om, dat heeft vooral promotionele waarde. Natuurlijk is het een bevestiging van wat je met z'n allen aan het doen bent, maar het geeft vooral een extra dimensie naar onze gasten. Het is leuk dat mensen weten dat dit een restaurant is waar je heerlijk kunt eten en waar met iedereen rekening wordt gehouden. Je bent hier niet zomaar iemand die komt eten, je bent gast en dat gevoel geven wij ze ook. Nieuwe ideeën en anderen eens kritisch naar je manier van doen te laten kijken, houden ons scherp en fris."

#### Eén van de uitspraken van Reitse Spanninga:

"Koken is fantasie: durf te combineren, natuurlijk wel op een verantwoorde wijze. Soms is dat kleine stukje fantasie net datgene dat gastvrijheid mooi maakt. Voorbeeld: Hollandse Nieuwe is een geweldig seizoensproduct. Niet iedereen zal een liefhebber zijn om haring aan de staart te eten, terwijl een ander dat juist wél lekker vindt. Maak voor die anderen dus een lekkere haringsaladecocktail met rode bietjes. Het is een klassieker, maar je scoort culinair. Of toch liever een haring aan de staart, meneer De Jong? Tuurlijk, kan altijd, alstublieft. Service!"