



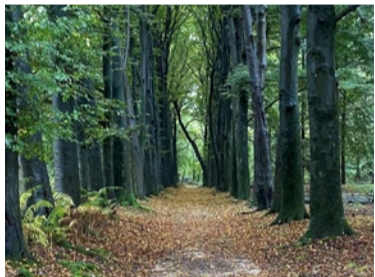
In dit nummer:



Leefcirkels

Meer bewegingsvrijheid voor mensen met dementie.

Lees verder op pagina 2



De wandelcoach: VOL in beweging tegen stress

Met een coach ga je kijken wat jou helpt om je werk en eventueel je privéleven anders in te richten.

Lees verder op pagina 3



5 jaar Anna Hospice

Anna Hospice staat op het punt een mijlpaal te bereiken: het 5-jarig jubileum in januari 2024.

Lees verder op pagina 4

Gewoon lekker fit werken



In het vorige Laverblad kon je lezen dat Laverhof zich wil ontwikkelen tot een professionele, toekomstgerichte en innovatieve organisatie. Dat betekent dat we 'anders' moeten gaan werken, samen met zorgvragers, hun sociale netwerk en vrijwilligers. En dat de maatschappij anders naar zorg moet kijken; niet elke hulpvraag is een zorgvraag die professioneel moet worden ingevuld. Veranderen kost energie. Dat maakt het heel belangrijk dat we gewoon lekker fit kunnen blijven werken!

Zelf de regie nemen over je eigen leven speelt hierbij een rol. Het klinkt heel gemakkelijk en je hoort het overal in de zorg: "De regie ligt bij de client!" Een uitspraak die we kunnen vertalen naar onszelf. Maar hoe doe je dat eigenlijk, de regie nemen over je eigen leven? We kunnen je op diverse waardeVOLle manieren helpen en ondersteunen op het gebied van gezondheid en werkomstandigheden om 'gewoon lekker fit' te kunnen werken.

Van werkdruk naar werkgebruik!

Iedereen ervaart weleens stress en daar is niets mis mee. Stress houdt je scherp en alert, waardoor je beter kunt presteren. Ongezonde stress sluipt soms ongemerkt je leven binnen. Vaak door een opeenstapeling van gebeurtenissen in je privéleven en/of op je werk. Het is de kunst om dat voor te blijven door op tijd aan de bel te trekken. Ervaar je stress? Misschien kan collega én wandelcoach Vincent van der Fluit iets voor je betekenen. Verderop in dit Laverblad lees je hier meer over.

Wil je weer de regie nemen over je eigen gezondheid en welzijn? Ik kan als leefstijlcoach met jou kijken naar de gewoontes die je hebt en de keuzes die je maakt, met als doel om kleine haalbare stappen te zetten naar een betere gezondheid en meer welzijn.

Welke mogelijkheden zijn er nog meer?

Heb je praktische vragen over je werk? Een mentor, een collega in je team, kent het reilen en zeilen van de organisatie en kan met je meekijken als je vragen hebt over je werk. Daarna sta je vaak steviger in je schoenen en dat komt je werkplezier ten goede! Verder kunnen we meedenken over je loopbaan als je meer uitdaging zoekt of niet op de goede plek zit. De digicoach kan je helpen met je digitale vaardig-

heden; niet iedereen voelt zich meteen vertrouwd met technologie. Bij ingrijpende gebeurtenissen tijdens je werk kun je terecht bij het BedrijfsOpvangTeam (BOT), om je verhaal te doen en een luisterend oor te vinden. Word je tijdens je werk geconfronteerd met ongewenste omgangsvormen of grensoverschrijdend gedrag, dan kun je er met één van onze vertrouwenspersonen over praten. Zij kunnen je ook begeleiden bij eventuele vervolgstappen. Wanneer je thuis met financiële problemen kampt, kan dit effect hebben op je werk. Ook op het gebied van financiën kunnen we met je meedenken.

En weet je dat je bovendien een stuk voordeliger kunt sporten dankzij ons bedrijfs-fitnessprogramma?

Allemaal mogelijkheden die kunnen bijdragen aan meer werkgebruik. Want we helpen je graag om jouw werk goed, fit en met plezier te blijven doen!

Hartelijke groet!

Karin van Kraaij
HRM adviseur
en leefstijlcoach



Kijk op Sil!



Wil je weten wat er allemaal mogelijk is? Meer hierover vind je in dit Laverblad en op Sil onder 'Weten en regelen' → 'Gewoon lekker fit werken'. Je kunt ook de QR code scannen. Je vindt er tips en informatie om gewoon lekker fit te kunnen werken.

Zijdelings

Fit en met lef, liefde en aandacht het nieuwe jaar in!

Eerder deed ik een uitspraak dat de mooiste bloemen niet direct langs de rand van het pad staan, maar



misschien wel verder weg, waar niemand komt of durft te komen. Er is lef voor nodig om van het pad af te wijken en zo het verschil te maken. Dat is naar mijn idee ook in de zorgrelatie zo. Lef om het anders te doen. Dit vraagt om goed te luisteren en te kijken waar de ander behoefte aan heeft en waar je de ander blij mee kunt maken. Als je op deze manier lef inzet kun je samen met de (wijk) bewoner mooie dingen bereiken. Vooral in deze tijd, waarin de zorg volop in verandering is. Dit betekent ook dat je goed voor jezelf moet zorgen. Fit zijn en een luisterend oor helpen hierbij.

Waar je lef kunt gebruiken om iets aan het (levens)geluk van de ander te kunnen toevoegen, geldt dit zeker voor liefde. Bij deze betekenis horen in mijn optiek begrippen als genegenheid, toewijding of zo je wil, échte aandacht. Het inhoud geven aan deze begrippen is iets waar we als Laverhof iedere dag opnieuw voor gaan.

Dit brengt me bij de laatste maand van dit jaar. Een maand waarin vele 'feestdagen' vallen en we elkaar geschenken geven. Misschien moet je dit jaar eens denken aan een ander geschenk dan andere jaren. Ik denk namelijk dat het grootste geschenk dat we iemand kunnen geven is het schenken van oprechte aandacht. Aandacht voor de persoon in al zijn kracht én kwetsbaarheid, met dromen en met zorgen. Echte aandacht voor de mens die last heeft van de regeltjes om ons heen, die zijn lef gebruikt om het leven mooier te maken en die liefde inzet voor mensen die het leven kleur geven. Ik wens je hele fijne, maar vooral liefdevolle feestdagen toe met veel oprechte aandacht voor elkaar.

John Moolenschot
Raad van bestuur

Leefcirkels; meer vrijheid voor mensen met dementie

Bij Laverhof weten we hoe we ouderen en kwetsbare mensen kunnen ondersteunen om zoveel mogelijk zelfstandig vorm te geven aan hun leven. Ook als dat door ouderdom, ziekte of beperkingen niet meer vanzelf gaat. We blijven zien wat wél kan. Dankzij de inzet van zorgtechnologie kan er steeds meer. Zo is het mogelijk dat mensen met dementie maximale bewegingsvrijheid krijgen door de inzet van leefcirkels. Op deze manier kunnen zij toch veilig eropuit. Op 30 januari 2024 start Laverhof met het inzetten van leefcirkels op locatie St. Barbara. Later dat jaar zullen de leefcirkels ook in Cunera | De Bongerd en in Het Retraitehuis inzetbaar zijn.

Wat zijn leefcirkels?

Een 'leefcirkel' kan worden gezien als een zone in een gebouw (of daarbuiten) waar iemand zich in alle vrijheid kan bewegen. Een bewoner draagt een polsbandje met een tag bij zich, die zijn of haar bewegingsruimte 'op maat' inregelt. Sommige deuren gaan voor de

bewoner open, andere deuren blijven dicht. Zo behouden zij hun eigen regie en ervaren vrijheid. Bewoners met dementie kunnen zo weer net als medebewoners, bezoekers en medewerkers vrij in en uit lopen.

Hoeveel leefcirkels zijn er?

Op een locatie zijn er verschillende leefcirkels. Aan iedere cirkel is een veiligheidsgraad toegekend. Zo kan cirkel 1 de bewoner toegang geven tot de eigen kamer, de huiskamer, de volledige afdeling en eventueel de tuin. Bij cirkel 2 is het hele gebouw toegankelijk plus de tuin(en). Cirkel 3 maakt het mogelijk dat de bewoner zelfstandig het gebouw verlaat en - als dit nodig blijkt - met ondersteuning van GPS de wijk in kan.



Hoe wordt de leefcirkel van een bewoner bepaald?

Laverhof biedt bewoners alle vrijheid, tenzij dit te grote risico's met zich meebrengt of het welzijn van de cliënt hierdoor negatief wordt beïnvloed. Dit vraagt om maatwerk. Daarom bekijken we nauwkeurig welke leefcirkel passend is. Dit wordt besproken in overleg met de familie, verzorging, een arts en een psycholoog. Omdat er altijd iets kan veranderen in de situatie van een bewoner, bekijken we regelmatig of de leefcirkel van een bewoner aangepast moet worden.

Samen leven, samen zorgen

Laverhof gelooft in de eigen regie en zelfredzaamheid van de bewoners, als onderdeel van de gemeenschap waarin zij (altijd) gewoond hebben. Het is daarom fijn voor mensen met dementie om vanuit onze zorglocatie weer 'gewoon' het dorp in te kunnen lopen of ergens boodschappen te doen. Wij vragen de gemeenschap om een oogje in het zeil te houden. Daar zijn wij en de bewoners erg mee geholpen. Samen leven, is ook samen zorgen.



Wist je dat...

We op zoek zijn naar een vrijwilliger voor het schrijven van artikelen en maken van foto's voor het Laverblad? Heb je interesse? Stuur een bericht naar irma.vandermeijjs@laverhof.nl.



Wist je dat...

2Grip per 1 januari onze nieuwe arbo dienst is? Na een jarenlange samenwerking met Human Capital Care zijn we op zoek gegaan naar een nieuwe passende arbo dienst. In 2Grip hebben we deze gevonden. Vanaf 1 januari gaan we met hen samenwerken.



Wist je dat...

Onlangs de vrijwilligersdiners zijn geweest? Dit een dankjewel was voor hun fantastische inzet? Veel vrijwilligers hebben weer genoten van dit gezellige samenzijn en het heerlijke eten.



Eindejaarsbijeenkomsten

Met het naderen van het einde van het jaar, nodigen we jullie van harte uit voor de eindejaarsbijeenkomsten. Zij zijn dit jaar als volgt gepland:

<p>MAANDAG 18 DECEMBER: 't Torentje, St. Barbara 10.00 - 11.30 uur vrijwilligers 15.30 - 17.00 uur medewerkers / gepensioneerden</p>	<p>DONDERDAG 21 DECEMBER: d'n Herd, Mgr. Bekkershuis 10.00 - 11.30 uur vrijwilligers 15.30 - 17.00 uur medewerkers / gepensioneerden</p>
<p>DINSDAG 19 DECEMBER: Aula, Cunera/De Bongerd 10.00 - 11.30 uur vrijwilligers 15.30 - 17.00 uur medewerkers / gepensioneerden</p>	<p>Tijdens deze bijeenkomsten wordt zoals gebruikelijk een attentie uitgereikt. Tot dan!</p> <p><i>Fijne feestdagen</i></p>
<p>WOENSDAG 20 DECEMBER: Buitenhof, Het Retraitehuis 10.00 - 11.30 uur vrijwilligers 15.30 - 17.00 uur medewerkers / gepensioneerden</p>	

Heb je hulp nodig bij je digitale vaardigheden? Vraag het de digicoach!



De zorg wordt digitaal... dus ontwikkelen wij mee! In de zorg wordt steeds meer gebruik gemaakt van technologische innovaties, zoals apps, domotica, software en robotica. Daarnaast werken we ook met Sil, ONS Nedap, MiCollab app etc.

Om hier op een goede manier gebruik van te kunnen maken, is het nodig dat medewerkers in staat zijn om zelfstandig met alle vernieuwingen/digitale middelen om te gaan. Dat roept vaak vragen op. Daarom hebben we nu twee digicoaches om je te helpen als dat nodig is. Ook draagt de digicoach zorg voor een goede start van nieuwe medewerkers door hen kennis te laten maken met ons intranet Sil en de systemen waarmee wordt gewerkt.

Wie zijn de digicoaches?

Chamira Steenbakkens en Miranda van Heertum zijn digicoaches.

Heb je hulp nodig bij je digitale vaardigheden? Je kunt ze bereiken per e-mail

digicoach@laverhof.nl en op onderstaande tijden op hun persoonlijke telefoonnummers.

Chamira

Telefoon 073 - 544 3363
of 06 - 46 52 67 73

- maandag van 8:30 - 13:30 uur
- donderdag van 11:30 - 14:30 uur

Miranda

Telefoon 073 - 544 3261 of
06 - 28 8719 87

- dinsdag van 8:30 - 15:00 uur
- woensdag van 8:30 - 15:00 uur
- donderdag van 8:30 - 12:30 uur

Je kunt natuurlijk ook binnenlopen tijdens een inloopspreekuur.

Wil je weten wanneer een digicoach op jouw locatie is? Kijk op Sil!

Wist je dat...

Rianne van Roozendaal en Sabien Streppel de nieuwe leden van de OR zijn? We wensen hen veel succes!



Samen zetten we ons in voor de belangen van de medewerkers van Laverhof en de organisatie Laverhof.

v.l.n.r. de voltallige OR: Rian van den Broek, Chamira Steenbakkens, Marianne van Heertum, Cees Bartels, Sabien Streppel, Simone Kerkhof, Jolanda Appeldoorn, Irma van der Steen, Rianne van Roozendaal, Jenny Ketelaars, Emmely Bunk, Willian van Casteren

Alle lof voor Laverhof!



In 2021 heeft Laverhof het gouden PREZO keurmerk voor de zorg behaald. In september en oktober 2023 zijn de verschillende locaties van Laverhof weer bezocht door een auditor van Perspekt. De auditor heeft gekeken of Laverhof ook nu nog de bewoner en cliënt centraal stelt en of we persoonsgerichte en veilige zorg leveren. Daarnaast heeft zij beoordeeld of we met de verbeterpunten die er in 2021 waren ook daadwerkelijk iets gedaan hebben.

De auditor was erg tevreden over de manier waarop Laverhof zorg en ondersteuning biedt

aan bewoners en cliënten. Er wordt hard gewerkt aan de alledaagse zorg, zowel door medewerkers, als ook door vrijwilligers, familie en naasten: elke dag!

Applaus voor iedereen!

Reden dat we het PREZO keurmerk mogen behouden. We zijn trots op dit prachtige resultaat! Een applaus voor iedereen!



Het MT

De wandelcoach: VOL in beweging tegen stress

Ben je continu bezig, ook in je hoofd? Ervaar je druk en onrust? Vind je dat je faalt of heb je een kort lontje? En heb je fysieke klachten als slecht slapen, vermoeidheid en een snelle en hoge ademhaling? Als je niets aan je klachten doet, kun je burned-out raken. En dat is heel vervelend, want dit kun je echt voorkomen. Binnen Laverhof is er een mogelijkheid om hier VOL aan te werken.



en privé;

- een gezonde levensstijl aanmeten;
- een goede balans tussen je kwaliteiten en beperkingen;
- omgaan met druk, spanning en stress;
- kunnen doseren en delegeren;
- luisteren naar de ander zonder je eigen doelstellingen uit het oog te verliezen.

Het doel is vooral om preventief aan de slag te gaan. Laverhof wil vroegtijdig de mogelijkheid bieden om uitval door een burn-out te voorkomen. Als je interesse hebt kun je je aanmelden via je teammanager.

Voor meer informatie kun je mailen naar: vincent.vanderfluit@laverhof.nl.

Met de combinatie bewegen en coaching buiten, komen alle onderdelen van jouw gezondheid aan bod. Samen met een wandelcoach werk en leer je naar een duurzaam herstel, zodat je je weer krachtig en VOL energie voelt. Daar heb je je leven lang profijt van!

Waarom wandelcoaching?

Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat lichaamsbeweging volgens een opbouwend stappenplan een antidepressieve werking heeft. De bewegingsherstelmethode stimuleert de aanmaak van endorfine door lichaamsbeweging zonder prestatiedruk. Dit 'geluks-hormoon' stimuleert positieve gevoelens en kan de hormonale

disbalans op een natuurlijke manier herstellen.

Met een coach ga je kijken wat jou helpt om je werk en eventueel je privéleven anders in te richten. Wat kan jij doen om meer in balans te komen?

VOL in beweging leert

Elke sessie bestaat uit een uur wandelcoaching. De sessies bestaan uit **werkvormen, oefeningen, gesprekken/inzicht** en **huiswerkopdrachten**.

We oefenen in de sessie met:

- een goede balans tussen arbeid en rust;
- een goede balans tussen inspanning en ontspanning;
- een goede balans tussen werk

Mooie opbrengst Rabo ClubSupport Actie!

Stichting Vrienden van Cunera | De Bongerd
€ 1.506,38

Stichting Vrienden Retraitehuis Uden
€ 196,29

Stichting Vrienden St. Barbara en Mgr. Bekkershuis
€ 465,28

Stichting Vrienden van Anna Hospice
€ 1.846,46

Namens de besturen een hartelijk dank aan de Rabobank en iedereen die gestemd heeft!

5 jaar Anna Hospice

Anna Hospice staat op het punt een mijlpaal te bereiken: het 5-jarig jubileum in januari 2024. In deze 5 jaar heeft Anna Hospice voor velen die zorg en ondersteuning nodig hadden tijdens de laatste fase van hun leven het verschil gemaakt. Daar zijn we trots op!

Jubileumsymposium

Er zal op diverse manieren aandacht geschonken worden aan dit jubileum. Op vrijdag 12 januari a.s. organiseert Laverhof o.a. voor professionals in de palliatieve zorg een jubileumsymposium. Dit belooft een dag te worden die zowel informatief als inspirerend is.

Heb je interesse? Scan de QR-code voor meer informatie over deze dag en hoe je je kunt aanmelden. Deelname aan het symposium is voor medewerkers van Laverhof gratis. Het maximaal aantal deelnemers is 100.



GELEZEN OP SIL

Laverhof heeft een intranet met de naam Sil. Op dit digitale platform delen we informatie met elkaar. Enkele nieuwtjes lichten we eruit.

1. Ben je HIP? Doe dan mee!

De komende maanden wordt er aandacht gevraagd voor hygiëne en infectiepreventie (HIP) binnen de teams. Het moet op ieders agenda komen en blijven staan. Ben jij HIP? Dan doe je mee!

2. Zelf oogdruppelen

Vanaf 1 november 2023 startte het proces om oogdruppelen thuis anders te organiseren. Het is dan geen zorgtaak meer van zorgverleners. Kunnen mensen niet zelf hun ogen druppelen, dan blijven de zorgverleners deze mensen uiteraard helpen.

3. Aandacht voor intimiteit en seksualiteit bij bewoners

De komende tijd gaat de werkgroep Intimiteit en seksualiteit aandacht schenken aan dit onderwerp. Ook bewoners in het verpleeghuis hebben seksuele behoeften en behoefte aan intimiteit. En natuurlijk ook aan privacy, want dat is een belangrijke voorwaarde.

4. DoeDag Elde College succesvol

De jaarlijkse DoeDag van het Elde College trok weer veel enthousiaste leerlingen. Ook de bedrijvenmarkt werd druk bezocht en leverde leuke gesprekken op. We hopen weer veel nieuwe collega's te mogen verwelkomen!

5. Maak kennis met zorgrobot Tessa

Alle thuiszorgteams van Laverhof hebben kennism gemaakt met zorgrobot Tessa. De robot kan cliënten bijvoorbeeld helpen herinneren aan medicatie innemen of aangeven dat de thuiszorg komt. Tessa zal in 2024 in de thuiszorg worden ingezet.

HEB JIJ EEN SLOOPTIP?

In maart van dit jaar zijn wij gestart met het Slopersteam binnen Laverhof. Dit met als doel om samen te zorgen voor minder regeldruk. We willen stoppen met overbodige procedures en processen, dubbele registraties en controles. Zodat we meer tijd hebben voor betere zorg en welzijn voor onze bewoners en cliënten en onze medewerkers meer werkplezier en minder administratieve lasten hebben.

Dit doen we met de hulp van medewerkers die slooptips via Sil insturen voor registraties en procedures waar we mee kunnen stoppen en voor verbeteringen in het werkproces. Deze slooptips worden door het slopersteam beoordeeld op haalbaarheid en effect. We gaan vervolgens aan de slag met tips die in korte tijd snel resultaat opleveren en veel effect hebben. De voortgang hiervan kun je volgen via de Sil groep 'Slooptips Laverhof'.

De slooptips waar we nu mee bezig zijn, is het stoppen met ondertekening van de zorgplannen en het aantal zorgplanbesprekingen dat plaatsvindt met (familie van) bewoners. Tips die zorgen voor minder administratieve druk zonder verlies van kwaliteit.

Dus heb jij nog een goede slooptip?

Stuur deze in via Sil!



Jacques Worms neemt afscheid van Laverblad

Jacques is als enthousiast vrijwilliger van het begin af aan betrokken geweest bij de redactie van het Laverblad. Diverse artikelen staan op zijn naam en hij heeft menig medewerker op de foto gezet.

Heel veel dank, Jacques.
We gaan je missen!



LAVERBLAD

Het Laverblad is het nieuwsblad voor medewerkers, vrijwilligers en gepensioneerden van Laverhof.

irma.vandermeijs@laverhof.nl

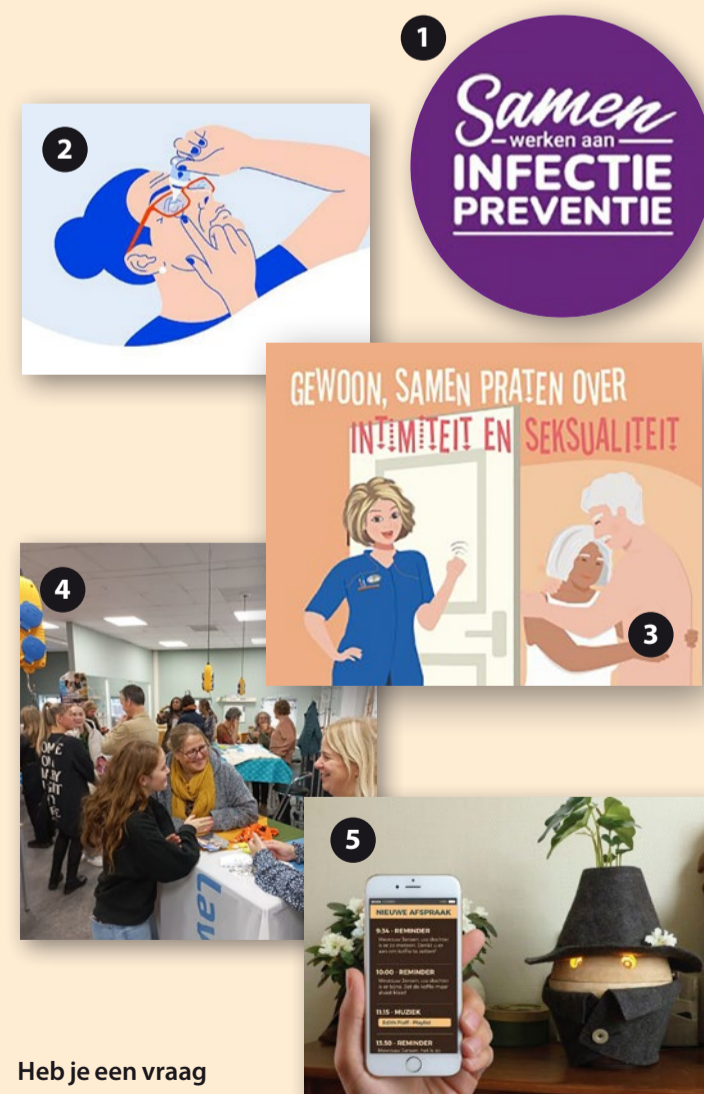
Redactie:

Anouk van den Akker
Conny Damen
Dion van Kaathoven
Eugenie den Biggelaar
Inge Almekinders
Irma van der Meijs
Karin van Kraaij

Rianne Vollenberg
Yolanda Verstegen



Laverhof
samen leven, samen zorgen



Heb je een vraag voor of over Sil?
Mail naar sil@laverhof.nl