



‘Elke dag met een glimlach naar huis’

Lees het interview met
vrijwilligerster **Cobie Bree**
op pagina 2



Verder in dit nummer

Even voorstellen... Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon **2** • Eerste paal locatie Zuideindseweg in Delfgauw **4** • Mijn partner gaat nog graag zelf op pad **4** • Annie van IJperen, mantelzorger van Janus **5** • Van gezonde bodem **6**

Intro

Mens en zorg

Het heeft even geduurd, maar hier is hij dan: de eerste nieuwsbrief van de zorgboerderijen BuitenGewoon. Het is er ook de hoogste tijd voor, vinden we zelf. Er staat het komende jaar veel te gebeuren en een nieuwsbrief is een uitstekend instrument om u op de hoogte te brengen en te houden. Dat

doen we graag. Niet in de laatste plaats omdat we best trots zijn op wat we met de zorgboerderijen BuitenGewoon te bieden hebben. Nu en straks. Kleinschalige zorg in een aantrekkelijke, landelijke omgeving. Nu vijf dagen per week als dagverzorging. Medio volgend jaar ook zeven dagen in de week, 24 uur per dag, met tevens de mogelijkheid voor tijdelijke huisvesting: respijtzorg.

Zorgboerderijen BuitenGewoon biedt

mensen met geheugen problemen een thuis in een veilige, vertrouwde omgeving. Een thuis dat sterk overeenkomt met hun woonsituatie van voor de geheugenproblemen. Bewoners van de zorgboerderij volgen de seizoenen, ervaren en beleven de natuur. Er wordt altijd rekening gehouden met ieders persoonlijkheid, leefwijze, levensbeschouwing en persoonlijke geschiedenis. Liefdevolle aandacht en persoonsgerichte zorg zijn kenmerkend

voor de medewerkers en vrijwilligers. De professionele zorg is gericht op ondersteunende begeleiding, verzorging en verpleging. Naast familie en vrienden zijn natuurlijk gewoon welkom. Hun aanwezigheid is een waardevolle aanvulling op het dagelijks leven van de bewoners. Dit alles is vastgelegd in de visie van zorgboerderijen BuitenGewoon.

Mens en zorg: de volgorde boven deze introductie van onze eerste nieuwsbrief is

niet willekeurig. En evenmin een sociaal wenselijke ‘kreet’ die het moet doen. Het draait bij zorgboerderijen BuitenGewoon daadwerkelijk om mensen die zorg nodig hebben. Voor hen is er persoonlijke aandacht, een warme sfeer en professionele zorg in een prettige omgeving. Zorg zoals die bedoeld is. Zorgboerderijen BuitenGewoon houdt u daar graag, nu en later, van op de hoogte.

Arjo en Marinel Buijs, coördinatoren

‘Elke dag met een glimlach naar huis’

Op en rond Zorgboerderij BuitenGewoon aan de Noordeindseweg in Delfgauw zijn veel vrijwilligers actief. Cobie Bree (66) uit Berkel en Rodenrijs is al ruim 10 jaar vrijwilligster. Een interview met een vrouw die praktisch vanaf het eerste uur bij Zorgboerderij BuitenGewoon betrokken is.

De zorgboerderij is geopend in mei 2005, en jij bent al vanaf mei 2006 actief als vrijwilligster. Hoe is dat zo gekomen? “Ik werkte als beheerster van Rehoboth in Berkel en Rodenrijs, een kerkelijk buurtcentrum. Zodra ik daarmee stopte, ben ik als vrijwilligster aan de slag gegaan in het Bleiswijkse dorpshuis. Toch wilde ik daarnaast na verloop van tijd nog iets anders

doen. Een van de mensen in Bleiswijk vertelde me toen dat er in Delfgauw een zorgboerderij geopend was en dat men daar vrijwilligers zocht.”

Tot op dat moment wist je dus niet van het bestaan af, en kende je de initiatiefnemers nog niet? “Nee. Ik heb gebeld en heb vervolgens een dag proefgedraaid. Ik was meteen om. Mijn idee was om elke week een ochtend of middag helpen, maar het is voor de bezoekers beter om iemand een hele dag te zien. Daarom help ik nu om de week een hele dag.”

Wat doe je zoal op de dagen dat je werkt? “We koken samen met

de bezoekers elke dag een warme maaltijd. Dat is echt iets voor mij, erg leuk om te doen. De mensen zijn dol op ouderwetse toetjes zoals griesmeel en rijstepap pudding met bessensap. En verder ga ik vaak wandelen met de bezoekers, of doen we spelletjes. Soms help ik ook in de tuin.

Wat vind je het leukste om te doen? “Het koken. Absoluut.”

En wat is er in jouw ogen het belangrijkste van het werk? “We werken echt samen en zorgen met z’n allen voor een warme sfeer. De bezoekers gaan elke dag met een lach op hun gezicht naar huis. Dat geeft heel veel voldoening.”

Erfwijsheden

“Ik mag als 95-jarige toch wel effe legge tussendoor? Er zijn er genoeg van 95 die al voor-god leggen!”



“Ik wil niet teveel in de zon. Dat laat ik aan de Arabieren over!”

Even voorstellen...

Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon



De Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon, opgericht in maart 2015, zet zich in om mensen en (financiële) middelen te vinden die een meerwaarde bieden voor de bezoekers van de zorgboerderijen. De huisvesting en medische zorg van Zorgboerderijen BuitenGewoon worden door de overheid vergoed. Maar dat wil niet zeggen dat er niets meer te wensen is. Het gaat dan om zaken die het buiten werken voor ouderen mogelijk maken en dingen die de sfeer in en om de boerderijen verhogen. Denk bijvoorbeeld aan een kweekkas met kweektafels op werkhooft, tuinmeubilair voor de

terrassen, de inrichting van de leefruimtes en aangepaste vervoersmiddelen. Zo hebben we laatst een nieuwe rolstoel kunnen schenken aan de locatie Noordeindseweg in Delfgauw. Op dit moment sparen we onder andere voor een duo-fiets met trapondersteuning. Ook een grote tuinkas voor de nieuwe locatie aan de Zuideindseweg staat op het wensenlijstje.

De Stichting is er niet alleen voor meer financiële armslag. We zijn ook actief op zoek naar helpende handen. Op en rond de boerderijen zijn er altijd allerlei klusjes te doen. Daarvoor



En voor jezelf? Wat vind je mooi aan het werk? “De gezelligheid van het samenwerken, en ook het buiten zijn.”

Noem eens een paar dingen waar je met plezier op terugkijkt? “Uitstapjes naar bijvoorbeeld een tuincentrum of naar boer Duyndam [Hoeve Biesland] zijn altijd erg leuk.”

Wat doe je als je niet op Zorgboerderij BuitenGewoon bent? “Ik fiets veel, wel 3.000 kilometer per jaar. Ik heb familie in Friesland en Groningen, als ik daar ben maak ik graag fietstochten. Ook fietsvakanties vind ik leuk. Binnenkort ga ik bijvoorbeeld met een groep een fietsreis door Duitsland maken. Daarnaast mag ik ook graag wat handwerken.”

Doe je nog ander vrijwilligerswerk? “Ik ben nog altijd betrokken bij het dorpshuis in Bleiswijk. Ook werk ik een middag per week

als vrijwilligster bij de Van Oldenbarneveldhoeve in Berkel.”

Waarom doe je al dat vrijwilligerswerk eigenlijk? “Allereerst om nuttig te zijn in de maatschappij. En ook voor het contact met anderen, en de dankbaarheid die je er voor terug krijgt.”

De zorg in Nederland is aan het veranderen. Merk jij daar iets van? “Op Zorgboerderij BuitenGewoon niet. Maar ik zie om me heen dat er veel mensen zijn die graag een verzorgingshuis in willen. Maar door het sluiten van veel van de verzorgingshuizen is er geen plek voor ze.”

Wat zou je anders willen zien? “Volgens mij moeten de verzorgingshuizen weer open. Dat is nu echt een probleem.”

Hoe zie jij de toekomst van de zorg? “Ik denk dat de zorg kleinschaliger gaat worden. Ook zal er

meer op de kinderen en familie neerkomen.”

Wat vind je daarvan? “Dat is een goede zaak. Als dat mogelijk is, kunnen kinderen en familie wat meer helpen. En andersom zullen de ouders een beroep op de kinderen moeten doen.”

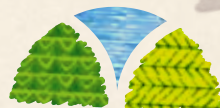
Zorgboerderij BuitenGewoon is aan het uitbreiden op de Zuideindseweg in Delfgauw. “Daar kijken we allemaal enorm naar uit.”

Wat merk jij daar nu al van? “Nog niet veel. Al gaan er wel regelmatig mensen aan de slag in de tuin van de nieuwe vestiging.

Tot slot; wat ga je je later herinneren van Zorgboerderij BuitenGewoon en je werk hier? “De gezelligheid en de warme sfeer. Het geeft enorm veel plezier om hier bezig te zijn!”

worden regelmatig klusdagen georganiseerd. Door de inzet van vrijwilligers worden kosten bespaard en tegelijkertijd de betrokkenheid bij de zorgboerderijen en haar bezoekers vergroot. Een mooi doel om samen aan te werken!

Het bestuur van Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon bestaat uit: Erik Passchier (voorzitter), Monique van der Scheer (secretaris), Mark van den Berge (penningmeester), Ann Schipper (algemeen bestuurslid).



Stichting vrienden van Zorgboerderijen

BuitenGewoon

Wilt u meer weten over de Stichting Vrienden van Zorgboerderijen Buitengewoon? Kijk dan op de website www.zorgboerderijbuitengewoon.nl voor meer informatie. Of stuur een mail naar vrienden@zorgboerderijbuitengewoon.nl.

Verrassing in de geitenstal

Op Zorgboerderij BuitenGewoon, locatie Pijnacker, stond ons in 2016 een leuke verrassing te wachten. Op een ochtend liepen we de geitenstal binnen om de geiten te voeren, en daar zagen we ineens ook een aantal andere dieren rondlopen. We stonden even verbaasd te kijken: het waren namelijk tien kuikens! Waarschijnlijk heeft een kip van de buurman zich enige tijd verscholen onder de vlonder bij de geiten en daar haar eieren uitgebroed.



Het was natuurlijk niet zo'n geschikte plek voor moederkip en kuikenkroost, omdat er ook nog zeven geiten in het hok rondliepen die een stuk groter zijn. In korte tijd heeft vrijwilliger Herman een kippenhok voor de kuikens en de moederkip ingericht. Daar konden ze goed in vertoeven. Ook van de bezoekers kregen de kuikens een warm welkom. Ze kregen allerlei lekkers en werden goed door hen verzorgd.

Na een aantal weken kregen de kuikens een nieuw 'thuis' bij vrijwilliger Ria en haar partner. Desondanks hebben we geen definitief afscheid hoeven nemen. De kuikens – die inmiddels kippen zijn geworden – kunnen we nog regelmatig bezoeken in de volkstuinen, gelegen aan de Nieuwkoopseweg. Hartstikke leuk!



Nieuws

Eerste paal

Onder grote belangstelling is op dinsdag 10 mei de eerste paal geboord voor Zorgboerderij BuitenGewoon, locatie Zuideindseweg in Delfgauw. Deze locatie biedt naast de dagverzorging ook de mogelijkheid om er te wonen. Kleinschalig wonen op het platteland met 24-uurs zorg. Daarnaast wordt op deze nieuwe locatie ook respijtzorg geboden. Naar verwachting zal de vestiging aan de Zuideindseweg medio 2017 haar deuren openen voor de bezoekers en de bewoners.

Mijn partner

Op pad, zonder te verdwalen

Kent u dat ook? Uw partner* heeft een beginnende vorm van dementie en gaat er graag alleen op uit. U ziet het nagelbijtend aan, bent bang dat uw partner de weg terug naar huis niet meer vindt. U wilt hem of haar dit plezier ook niet ontnemen, maar u of een ander (buren, vrijwilliger) kan niet altijd mee. Het kan ook gebeuren dat uw partner ondanks al uw goede zorgen onverwachts op stap gaat en uren later terug komt. U heeft misschien al eens een zoektocht op touw moeten zetten. Helemaal voorkomen lukt niet altijd, maar

nagelbijtend of met de zenuwen in de keel thuiszitten is met de huidige technologie ook niet (meer) nodig.

Technische mogelijkheden (bijvoorbeeld een GPS) helpen om, 'onzichtbaar' voor anderen, uw partner met (beginnende) dementie zelfstandig erop uit te laten gaan, want u kunt op afstand zien waar de ander zich bevindt. Mits hij natuurlijk nog veilig – wandelend of fietsend – aan het verkeer kan deelnemen zonder zichzelf of anderen in gevaar te brengen. Heeft u vragen over het gebruik en

de mogelijkheden van een GPS bij uw partner, vraag dan eens naar de mogelijkheden bij uw case-manager, ergotherapeut dementie of een zorgwinkel. Zij kunnen u zeker verder op weg helpen

Technologie bij dementie thuis

Bekijk hier de Vilans factsheet Technologie bij dementie thuis: www.vilans.nl/publicatie-infographic-technologie-dementie-thuis.html

* In plaats van partner kan ook vader, moeder of andere verwante gelezen worden

‘Opvang Janus geeft mij veel rust’

Bij binnenkomst in de lichte woonkamer van Annie (70) en Janus (74) van IJperen valt door de grote ramen meteen de prachtige, goed onderhouden tuin op. “Daar heb ik Janus echt voor nodig; vroeger deed hij dat veel alleen, nu doen we het samen en dat gaat prima.” Vroeger, dat is vóór 2008, toen de geheugenproblemen begonnen. In 2007 was Janus al een keer bij de huisarts om over zijn klachten te vertellen, maar er werd niet direct actie ondernomen. Er volgde eerst nog een knieoperatie in 2008; aan het eind van datzelfde jaar ook nog een operatie in verband met darmkanker. Als gevolg van die ingreep kreeg Janus een stoma. Dat bracht hem in 2009 regelmatig bij de stomaverpleegkundige en zij nam het initiatief om hem door te sturen naar de geheugenpoli voor onderzoek. Daar werd – het is dan inussen mei 2010 – de diagnose Alzheimer gesteld. Via het ziekenhuis werd een casemanager dementie ingeschakeld, die het echtpaar over zorgboerderij Buiten Gewoon vertelde. Toen Annie later in het Alzheimercafé een presentatie van Arjo Buijs bijwoonde over zorgboerderij BuitenGewoon, heeft zij Janus meteen aangemeld voor twee dagen dagverzorging per week.

Inmiddels waren er al behoorlijke veranderingen merkbaar. Janus, die op de groente veiling in Bleiswijk had gewerkt, was al vanaf zijn 60ste met pensioen. Om iets te doen te hebben hield hij verschillende tuinen van particulieren bij! Daar had hij veel plezier in. Verder pasten ze samen op de kleinkinderen, gingen vaak samen fietsen, ondernamen met vrienden activiteiten en gingen zondags samen naar de kerk. Er kwamen echter steeds vaker conflicten. Annie merkte dat dingen steeds moeilijker gingen bij Janus; hij verloor langzaam de grip op zijn activiteiten als hij het alleen bezig was. Wanneer Annie dan probeerde ‘bij te sturen’ bracht dit regelmatig spanningen met zich mee. Dat was een hele moeilijke periode. Annie vond het erg zwaar en voelde zich alleen staan in de zorg om Janus. Ze was regelmatig overbelast. Ingrijpend was ook dat oude vriendschappen ‘verwaterden’, omdat mensen het moeilijk vonden om met Janus om te gaan.

Annie en Janus hadden tijdens de hele ziekteperiode wel veel steun aan hun geloof. En ze ervaren ook veel steun en bemoediging van mensen uit hun kerkelijke gemeente.

Sinds november 2010 bezoekt Janus de zorgboerderij vier dagen per week. Hij ging er vanaf het begin graag naartoe en staat al vroeg klaar als het ‘boerderijdag’ is. Annie zorgt dat ze goed op de hoogte is van de boerderijdag, wie er komen bijvoorbeeld, zodat ze dat aan Janus kan vertellen. Doordat ze Janus regelmatig zelf bracht, leerde ze ook de andere bezoekers en medewerkers kennen. Maar wat nog belangrijker is, ook andere mantelzorgers die in precies dezelfde situatie zaten en elkaar meteen begrepen. Enkelen van die mantelzorgers rekent Annie inmiddels tot haar vriendinnen. Ze zou die absoluut niet meer willen missen.

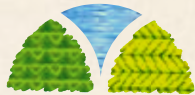
Het gaat op dit moment goed met Annie, omdat Janus rustiger is en er minder conflicten zijn. Ze zit veel beter in haar vel. Op de vraag wat de zorgboerderij voor haar betekent zegt ze: “De zorgboerderij is heel kostbaar voor me. Ik weet dat Janus daar opgevangen wordt als een broer en dat geeft mij heel veel rust. Als de zorgboerderij er niet geweest was, zou mijn leven er heel anders uitzien. De dagen dat Janus weg is, plan ik elke dag iets leuks waar ik energie van krijg. Ik houd het vol omdat ik uitzicht heb op een toekomst waarin Janus definitief op BuitenGewoon kan gaan wonen, en met hulp van lieve kinderen en een fijne, meedenkende casemanager. Maar bovenal omdat ik veel kracht uit mijn geloof krijg.”

Nieuwe huisstijl

Stichting Zorgboerderijen
BuitenGewoon groeit!

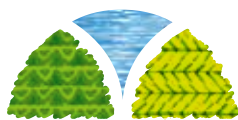
Met de realisering van een derde locatie voor dagverzorging, wonen en respijtzorg, breiden de zorgmogelijkheden verder uit. Tijd om de huidige huisstijl, die al weer tien jaar bestaat, aan te passen aan de nieuwe situatie. We vonden het daarom tijd voor een ‘nieuw jasje’ dat gewoon weer lekker zit en past bij wat wij u nu kunnen bieden.

In het nieuwe logo herkent u de vorm van een stalraam. Een raam met uitzicht op de toekomst, van binnen naar buiten gericht. Die ‘blik naar buiten’ geeft richting en doel aan de dag, met activiteiten in een landelijke omgeving. In de drie vensterdelen herken je de natuurlijke en agrarische elementen: lucht, water, groene natuur en akkerbouw (bandensporen). De ronde, overkoepelende vorm symboliseert en onderstreept de beschermende, huiselijke sfeer van onze locaties.



BuitenGewoon
Zorgboerderij





BuitenGewoon Zorgboerderij

Contact

Locatie Noordeindseweg Delfgauw



Dagverzorging
Noordeindseweg 40
2645 BC Delfgauw
Telefoon 015 257 3655

Locatie Nieuwkoopseweg Pijnacker



Dagverzorging
Nieuwkoopseweg 34
2641 PB Pijnacker
Telefoon 015 361 2404

Locatie Zuideindseweg Delfgauw



Zuideindseweg 82A
2645 BH Delfgauw
Dagverzorging •
Respijtzorg • Wonen
Telefoon 015 257 3655

Coördinatoren: Arjo en Marinel Buijs
info@zorgboerderijbuitengewoon.nl
www.zorgboerderijbuitengewoon.nl

Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon

Oude Leedeweg 111
2641 NN Pijnacker
vrienden@zorgboerderijbuitengewoon.nl
Rek. Nr. NL28RABO0303091959
RSIN 855024902



Bekijk ook onze vernieuwde
website op
zorgboerderijbuitengewoon.nl



Van gezonde bodem

Aanpotten

Op Zorgboerderij BuitenGewoon aan de Noordeindseweg begonnen de werkzaamheden in de moestuin dit jaar al vroeg. In maart werden de eerste voorbereidingen getroffen. Al snel bleek dat het werk op deze en de locatie in Pijnacker meer en zwaarder was dan verwacht. Na enig overleg was er al snel een oplossing bedacht. Drie sterke bezoekers van de locatie aan de Noordeindseweg gingen enthousiast een handje helpen op de zorgboerderij in Pijnacker: de moestuin spitten en snoeien.

Het was een hele klus. Grote kluiten aarde in de grond bemoeilijkten het spitten. Na een paar uur flink doorwerken stond er een overheerlijke maaltijd voor alle bezoekers klaar. Zo konden de bezoekers van beide boerderijen gelijk eens kennismaken met elkaar. Wat in het begin een beetje onwennig aanvoelde, werd al snel erg gezellig. Ideeën en gedachten over tuinieren werden uitgewisseld.

Na de maaltijd gingen de bezoekers weer aan de slag in de moestuin. De bramenstruiken werden 's middags aangepakt en nog even flink gesnoeid. Aan het einde van de middag was de klus geklaard, met als resultaat een kant en klare moestuin voor het zomerseizoen. Na een dag vol nieuwe ontmoetingen en behoorlijke lichamelijke inspanning gingen de bezoekers met een voldaan gevoel weer terug naar de boerderij in Delfgauw.

Redactie: Ann, Arjo, Chantal, Erik, Ilse, Marinel, Monique

Aquarellen Ellen Zoutendijk

Opmaak en drukwerk: Vadding

Agenda

De actuele agenda voor activiteiten vind u op onze website.

BuitenPost

Wilt u deze nieuwsbrief ontvangen op uw e-mailadres? Meld u aan op onze website:
www.zorgboerderijbuitengewoon.nl/nieuwsbrief