



‘Leuk om mensen op hun gemak te stellen’

Lees het interview met vrijwilliger **Cock van Bokhoven** op pagina 4



Verder in dit nummer

Interview met Arjo en Marinel Buijs **2** • Duo-fiets met trapondersteuning **3** • Chante al 12,5 jaar ‘onze fysiotherapeut’ **3** • Interview met mantelzorger Jannie van der Kooij **5** • Recept hete bliksem **6** • Personenbus voor Zorgboerderij BuitenGewoon **6**

Intro

12,5 jaar BuitenGewoon

Na maanden van formeren, wikken, wegen en schrijven aan een regeerakkoord, hebben we weer een nieuw kabinet. Wat dat precies voor de zorg gaat betekenen en welke partij(en) het stevigst op de bres staa(t)n voor de zorgbelangen moet nog blijken. Maar dat er wat zal veranderen staat wel vast. Positief is in ieder geval dat er meer geld voor de zorg beschikbaar komt. Of het ook op de juiste plaats(en) belandt, lijkt ons nog een flinke uitdaging.

Onlangs kwam de Inspectie van de Volksgezondheid op bezoek bij de zorgboerderij in Delfgauw. Best spannend, zo'n inspectiebezoek. Is alles in orde? Hoe zal het oordeel over de zorgboerderij uitvallen? De conclusie van de inspectie was zeer positief! Met de aantekening dat we zeker trots mogen zijn op hoe we deze woonvoorziening hebben gerealiseerd! Dat is een compliment aan alle mensen die daar een bijdrage aan hebben geleverd. Bij deze!

De waardering van de inspectie is tegelijk een mooie bekroning van 12,5 jaar pionieren met een zorgconcept waar mensen, die geestelijk en sociaal uit balans zijn geraakt, wat gelukkiger van worden. Een zorgconcept dat hen een warm en veilig ‘thuis’ biedt. Niet alleen overdag van maandag tot en met vrijdag, maar ook 24 uur per dag en zeven dagen van de week.

We zullen rond 12 november stilstaan bij dit koperen jubileum. Het op gepaste en bescheiden wijze vieren. Het aantrekkelijke zorgconcept waar BuitenGewoon voor staat heeft veel mooie

momenten opgeleverd. Maar we hebben deze jaren natuurlijk ook verdrietige momenten gekend. Bijvoorbeeld als we afscheid moesten nemen van bezoekers, en soms van vrijwilligers.

We gaan met vertrouwen de toekomst tegemoet. En we zullen er alles aan doen dat liefdevolle aandacht en persoonsgerichte zorg de belangrijkste kenmerken blijven van BuitenGewoon. Alleen op die manier kunnen we immers dat veilige en warme ‘thuis’ blijven bieden dat mensen zo waarderen!

Arjo en Marinel Buijs

Wat begon met dagdromen is inmiddels al 12,5 jaar realiteit: de dagverzorging voor mensen met geheugenproblemen op Zorgboerderij BuitenGewoon. De constante vraag en groeiende wachtlijst bewijzen de waarde van deze kleinschalige zorgvorm. “We hadden nooit verwacht dat het in zó’n behoefte zou voorzien.”

‘Tevreden mensen, daar doen we het voor’

Al jaren voor de officiële opening op 12 mei 2005 waren Arjo en Marinel Buijs druk met de plannen voor een zorgboerderij in deze regio. “We kampeerden met ons gezin bij een Achterhoekse boer die boven zijn stallen kamers had voor crisisopvang van jongeren. Zij hadden veel problemen, maar door het werk op de boerderij knapten ze echt op. Dagdromend voor de tent ontstond het idee om iets dergelijks te realiseren voor mensen met geheugenproblemen. Hen in beweging houden met klusjes in en rond een boerderij, hoe mooi zou dat zijn?!”

Affiniteit met buitenleven

Arjo en Marinel werkten beiden in de ouderenzorg. Daar zagen zij hoe de ‘bezigheidstherapie’ voor sommige mensen onvoldoende aansloot op hun belevingswereld. “Op de dagverzorging in verpleeghuizen was geen diversiteit in activiteiten. Wij wilden op de boerderij een alternatief bieden aan mensen die affiniteit hebben met het buitenleven. Hen bezighouden in een setting die voor hen vertrouwd is. We bootsen het gewone leven na. Iedereen heeft z’n taak, net als in een gezin.”

De behoefte aan een dergelijke zorgvorm blijkt al gauw. “Binnen een paar maanden zaten we vol en hadden we een wachtlijst”, vertelt Arjo. “Die groeide alleen maar, waardoor we op 09-09-09 een tweede zorgboerderij zijn gestart aan de Nieuwkoopseweg in Pijnacker.”

Plezier houden

De grote belangstelling verraste Arjo en Marinel. Ook het effect van bezig-zijn in de buitenlucht overtrof hun verwachtingen. “Van familie hoorden we hoe mensen na een dagje op de boerderij moe en voldaan thuiskwamen. Ze sliepen goed die nacht. Thuis konden ze wel eens boos en achterdochtig zijn, maar op de boerderij merkten wij daar niets van. Het is leuk om te zien dat zij het bij ons naar hun zin hebben. Tevreden mensen, zowel bezoekers als hun familie, daar doen we het voor!”

Zelf hebben Arjo en Marinel ook meer plezier in hun werk. Arjo: “Ik ben een rijker mens geworden. Omdat we dichterbij de mensen zitten en de effecten zien van wat we doen.” Marinel: “‘Alzheimer’ is een diagnose waar veel mensen van schrikken. Het is ook erg, maar wij zien

dat mensen toch nog kunnen genieten en plezier kunnen hebben.”

Gezellige sfeer

In de maatschappij is de afgelopen jaren veel veranderd als het gaat om de kijk op mensen met Alzheimer. Arjo en Marinel juichen dat toe. “Het taboe is doorbroken, onder andere door het Alzheimercafé. Er zijn casemanagers aangesteld. Er is een aparte leerstoel voor psychogeriatricie gekomen. De Wageningen Universiteit doet regelmatig wetenschappelijk onderzoek naar de effecten van kleinschalige zorgvormen, en die blijken positief! Dat opent deuren, ook voor ons. We worden serieus genomen.”

Verschillende keren bezochten camera-ploegen BuitenGewoon. SBS6 met ‘Hart van Goud’, de EO met ‘Geloof en een Hoop Liefde’. Arjo: “Zij bevragen je op keuzes die je maakt. Een stimulans om kritisch naar je eigen product te blijven kijken. Ook in zorgland zijn keurmerken te verdienen. Die behaal je graag, maar zeggen eigenlijk weinig over jouw omgang met mensen. Die zie je alleen terug in de dagelijkse praktijk en dan blijken wij ons positief te onderscheiden. Buitenstaanders zeggen allemaal: ‘Wat hangt hier een gezellige sfeer!’”

Blij met vrijwilligers

Er waren meevallers en tegenvallers de afgelopen jaren. “We zijn heel blij met onze zestig vrijwilligers”, vertelt Marinel. “Zij maken echt verschil. Dankzij hen kunnen bezoekers en bewoners fietsen, wandelen, spelletjes doen. Mooi dat velen zich spontaan aanbieden.” Arjo: “Dat het zes jaar moest duren voordat we de 24-uurszorg konden starten, vind ik onbegrijpelijk. Ook het papierwerk is de afgelopen jaren alleen maar toegenomen.” Maar de dankbaarheid overheerst. “We zijn blij dat we de kracht hebben gekregen om dit al die jaren te doen. Dat is niet vanzelfsprekend.”

“Toen wij begonnen, waren zorgboerderijen voor mensen met geheugenproblemen op één hand te tellen”, besluit Marinel. “Nu is dat aantal flink gegroeid, maar de vraag blijft groot. Wij hopen met ons voorbeeld anderen te stimuleren ook een dergelijk project op te zetten. Het gaat erom dat zoveel mogelijk mensen met geheugenproblemen een goede zorgplek krijgen!”



Arjo en Marinel Buijs

Chante al 12,5 jaar 'onze fysiotherapeut'

Vier oktober was het zover. Labrador Chante, onze allemansvriend, beleefde haar eerste officiële jubileum. Ze was namelijk op 10 september 12,5 jaar geworden en wanneer kun je dat beter vieren dan op Dierendag?

Regelmatig vragen mensen of Chante onze privé hond is, maar dat is niet het geval. Chante is natuurlijk lange tijd deel van ons gezin geweest, toen we met de dagverzorging één pand deelden. Maar we hebben haar 12,5 jaar geleden speciaal voor de zorgboerderij aangeschaft. Ze was toen acht weken oud en een schattige pup. We waren allemaal gek op haar, ook de inmiddels groeiende groep bezoekers die de boerderij sinds 12 mei 2005 bezoekt.

Chante kreeg het voor elkaar een lach op het gezicht te krijgen bij de meest gespannen mensen en hielp hen te ontspannen.



Zij was ook de reden om echt twee keer per dag een wandeling te maken. Arjo noemt haar 'onze fysiotherapeut' en met elkaar hebben we haar best goed opgevoed. Soms kreeg ze koek of prak, wat niet mocht, en ze wist precies bij wie ze daarop de meeste kans maakte!

Nu woont Chante alweer bijna een half jaar in de nieuwe woongroep. Ze heeft daar haar plekje gevonden. Maar wat we heel tof vinden, is dat ze overdag nog heel vaak bij de burens (de dagverzorging) komt liggen. Zij heeft daarom 4 oktober een mooi warm kleedje gekregen, zodat ze ook op de dagverzorging haar eigen plekje heeft. We hopen dat we – ondanks haar leeftijd – nog veel wandelingetjes met haar kunnen maken.



Stichting Vrienden Van Zorgboerderijen Buitengewoon



Duo-fiets met trapondersteuning voor Nieuwkoopseweg

Op woensdag 5 juli jl. vond de officiële overhandiging plaats van een splinternieuwe duo-fiets aan de bezoekers van locatie Nieuwkoopseweg. De fiets was speciaal voor dit moment versierd met ballonnen en ook de pers was present om de overhandiging vast te leggen.

Luxe fiets

De aanschaf van de fiets was mede mogelijk dankzij donaties die Stichting Vrienden van de Zorgboerderijen BuitenGewoon heeft ontvangen. Zo'n luxe fiets met trapondersteuning kost al gauw € 8.000,- dus we zijn extra blij dat we namens alle donateurs ons steentje hebben kunnen bijdragen aan deze wens vanuit de bewoners. Er is al een duo-fiets op deze locatie waar bezoekers en fietsvrijwilligers vaak gebruik van maken, maar met alle bruggetjes in de omgeving is het soms hard werken om boven te komen. Met de nieuwe fiets gaat dat wat makkelijker, maar zelf trappen blijft nodig. En dat is ook belangrijk, zeker als je ouder wordt. Elke dag even naar buiten en in beweging blijven doet een mens goed. De oude duo-fiets is nog prima en blijft in gebruik voor mensen die geen extra ondersteuning nodig hebben.

Fietswens

Ook bij de nieuwe locatie aan de Zuideindseweg klinkt de wens om

een duo-fiets met trapondersteuning. Als stichting zijn we ervoor aan het sparen. Onlangs ontvingen we een cheque van maar liefst € 5.000,- namens de Najaarsmarkt Bleiswijk. We zijn dus al een flink eind op weg! Met donaties van particulieren en bedrijven hopen we voor het eind van dit jaar genoeg geld te hebben voor nog zo'n fantastische fiets.

Fietsvrijwilligers gezocht

Samen met fietsvrijwilliger Aad Tas gaat bezoeker Bram elke maandag, als het weer het toelaat, een uurtje fietsen in het prachtige natuurgebied rondom de zorgboerderij aan de Nieuwkoopseweg. Ze kunnen gezellig naast elkaar zitten en onderweg een praatje maken. Zo genieten ze allebei van bewegen in de buitenlucht en is het voor beiden een leuk uitje! Naast Bram zijn er nog veel meer bezoekers die graag fietsen. Het is dan ook fijn dat er fietsvrijwilligers zijn die af en toe een uurtje vrijmaken om samen op pad te gaan. Toch kunnen we nog wat extra fietsmaatjes gebruiken. Dus, wilt u ook een keer met iemand op de duo-fiets, met of zonder trapondersteuning? Dat kan! Meld u aan bij info@zorgboerderijbuitengewoon.nl. Uiteraard kunt u ook een financiële bijdrage doen voor de duo-fiets waarvoor we nu sparen. Bij voorbaat hartelijk dank!

‘Leuk om mensen op hun gemak te stellen’

Nog voordat zorgboerderij BuitenGewoon haar deuren opende, bood Cock van Bokhoven haar diensten aan. In gesprek met een vrijwilliger van het eerste uur.

U bent al vanaf het begin vrijwilliger bij BuitenGewoon. Hoe kwam u daar terecht?
“Ik was tien jaar mantelzorger voor mijn ouders geweest. Toen zij overleden waren, wilde ik graag vrijwilligerswerk doen in de ouderenzorg. Marinel en Arjo woonden al aan de Noordeindseweg voordat de zorgboerderij openging. Ik woon in de buurt en toen ik met een collectebus aan de deur kwam, informeerde ik meteen of zij nog vrijwilligers zochten. Marinel reageerde enthousiast. Zodra de boerderij klaar was en de eerste bezoekers kwamen, was ik present. Elke vrijdag. Ik was ook acht jaar oproepkracht, tot ik op mijn 67^e echt moest stoppen. Maar als vrijwilliger geniet ik nog steeds van dit geweldige werk!”

Wat trekt u in dit werk?

“De zorg zit in mijn vingers en ik werk, ook vroeger in het ziekenhuis al, graag met ouderen. Leuk om mensen te ontgooien en op hun gemak te stellen. Soms komen ze sterk vermagerd binnen en willen ze nauwelijks eten. Dan is het mooi om te zien hoe ze een paar weken later volle borden wegwerken. Ze knappen daar ook echt van op, krijgen hun kracht en praatjes weer terug.”

Wat doet u zo’n dag op de boerderij?

“Van alles. We beginnen om 10.00 uur met koffie en verdelen dan de taken. Tuinieren, koken, wandelen, in de moestuin werken: ik doe alles. ‘k Heb zelfs de varkensstal wel eens uitgemest.”

Wat heeft u de afgelopen jaren geleerd van het werk op BuitenGewoon?

“Geduld! Bezoekers hebben geheugenproblemen dus

vergeten vaak wat ze moeten doen. Dat vinden zij zelf ook vervelend. Dan komen ze voor de derde keer bij je met zo’n beteuterd gezicht: ‘Nu moet ik het alwéér vragen...’ Ik vind het belangrijk mensen zó te behandelen, zoals ikzelf behandeld wil worden. Dus zonder irritatie in je stem geduldig informeren wat ze willen vragen. Het is bijzonder als iemand die de kluts kwijt is de moed heeft om bij je te komen. We horen wel eens dat bezoekers thuis zeggen: ‘Ik voel me daar veilig’. Daar doen we het voor!”

Wat maakt dit werk wel eens moeilijk?

“Het aangrijpende van de ziekte. Hoe mensen steeds meer de grip op het hier en nu verliezen. Het heeft me sterk bewust gemaakt van de vergankelijkheid van het leven.”

Aan welke gebeurtenissen in de afgelopen 12,5 jaar bewaart u goede herinneringen?

“De vakanties met bezoekers vond ik echt geweldig. Heel vermoeiend, maar zo leuk. Je bent net één grote familie. Die saamhorigheid is mooi. De verhuizing naar de Zuideindseweg deed me ook wel wat. Hier hebben wij ooit met ons jonge gezin zelf dertien jaar gewoond!”

Hoe verklaart u het succes van de zorgboerderij?

“Het kleinschalige, de persoonlijke aandacht en de ruimte om jezelf te kunnen zijn. Zoals ik al zei: je vormt een soort gezin. Er wordt zorg aan besteed. Als iemand jarig is, vieren we dat met taart en ‘Lang zal ze leven’. Je hoort er gewoon bij, dat voelt iedere bezoeker.”

Cock van Bokhoven



Erwijsheden

“Als deze jas je past, schijnt die van jou te zijn...”



“Een spin in de morgen brengt kommer en zorgen, maar een avondspin brengt vreugde in”

‘Hij is hier in goede handen’

Twee jaar geleden kwam Wim van der Kooij voor het eerst op de dagverzorging van BuitenGewoon. Inmiddels woont hij in de nieuwe boerderij aan de Zuideindseweg. Dochter Jannie en haar broers zijn heel blij dat hun vader ‘één van de veertien’ is. Ook Wim geniet van zijn nieuwe stek. “Ik heb het hier goed!”

Wim vond het destijds niet zo nodig: eens per week naar de dagverzorging. Maar hij ging. “Omdat jullie het willen”, zei hij tegen zijn kinderen. En tegen vrienden: “Ach, je bent van de straat.” Maar zijn enthousiasme groeide, herinnert Jannie zich. “Al snel zei hij eerlijk: ‘Ik vind het leuk hier; je spreekt nog eens iemand.’”

Gezellig

Thuis, aan de Oostveenseweg in Schipluiden, zat hij maar alleen. Best afgelegen. Jannie: “Overdag fietste hij nog regelmatig naar de boerderij van mijn broer. Hij had al geheugenproblemen, maar thuiswonen ging nog. Al vonden we het tafelkleed wel eens in de koelkast terug.” Via de casemanager kwamen ze op het spoor van zorgboerderij BuitenGewoon. “Wij waren meteen enthousiast. Het was daar net of je thuis kwam, zo gezellig.”

Wim ging snel achteruit en bij een nieuwe indicatie belandt hij in fase ‘zorgelijk’. “Het werd steeds moeilijker om hem thuis alleen achter te laten”, vertelt Jannie. “Hij waste zich minder, wist de weg naar de supermarkt niet meer en belde ons steeds vaker dat de televisie kapot was of het koffiezetapparaat. Hij wist niet meer hoe het werkte.” Van de vier kinderen wonen Jannie en haar broer Jan het dichtst bij hun vader. Zij krijgen het als mantelzorgers steeds drukker. “Je gaat hem alles uit handen nemen: koken, wassen, huishouden. Dat sluipt erin, maar is best zwaar. Je hebt ook je eigen werk, huis en gezin nog.”

Onrust weg

“We zien het echt als een buitenkans dat pa op de nieuwe boerderij kon komen wonen”, vertelt Jannie. “Als je in zo’n omgeving oud mag worden, heb je geluk. Het personeel is betrokken, zorgzaam en

inlevend. Er zijn leuke activiteiten en ze krijgen mensen op een spontane manier in beweging. Echt geweldig. De bewoners hebben het ook gezellig met elkaar, dat merk je als je op bezoek bent. Ze raken hun humor niet kwijt en maken naar elkaar toe echt komische opmerkingen.”

Nog steeds bezoeken Jannie en haar broers hun vader regelmatig. “Je blijft betrokken, maar de onrust is weg”, ervaart Jannie. “Als ik hem nu achterlaat, voelt dat niet verdrietig. Hij is in goede handen en ik zie aan zijn gezicht dat hij geniet. De spanning is eraf.”

Ook broer Jan haalt zijn vader nog elke week een keer op voor een dagje op zijn eigen boerderij. “Hij heeft koeien, daar houdt mijn vader van. Pas is mijn broer met zijn vrouw en twee zonen op BuitenGewoon pannenkoeken gaan bakken van biest. Dat was erg leuk.”



Helpende handen

Sportievelingen gezocht

De zorgboerderijen zijn op zoek naar vrijwilligers die (wekelijks) een uurtje willen wandelen of fietsen (op de duo-fiets) met de bewoners of bezoekers. In Delfgauw zijn we ook op zoek naar hardlooptmaatjes. Interesse? Mail naar info@zorgboerderijbuitengewoon.nl



‘Ik zie aan vaders gezicht dat hij geniet’

Contact

Locatie Zuideindseweg Delfgauw



**Dagverzorging •
Respijtzorg • Wonen**
Zuideindseweg 82A
2645 BH Delfgauw
Telefoon 015 515 8593

Locatie Nieuwkoopseweg Pijnacker



Dagverzorging
Nieuwkoopseweg 34
2641 PB Pijnacker
Telefoon 015 361 2404

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



Keukengeheimen

Recept hete bliksem

Ingrediënten

- 1 kilogram kruimige aardappels (geschild, in stukken)
- 500 gram zure appels (geschild, in stukken)
- 500 gram zoete appels (geschild, in stukken)
- 250 gram gerookte ontbijtspekblokjes
- 2 uien (grof gesnipperd)
- 150 milliliter vleesbouillon
- eventueel kaneelpoeder

Bereidingswijze

Kook de aardappels 18-20 minuten in een grote pan water met zout.

Voeg halverwege de kooktijd alle appels toe.

Bak intussen de spekblokjes in een droge, hete koekenpan. Voeg de ui toe en bak even mee.

Blus af met de bouillon.

Giet de aardappels en appels af. Stamp niet, maar roer tot een grove puree.

Schep het spekjesmengsel erdoor.

Breng op smaak met peper en eventueel kaneel.

Redactie: Ann, Arjo, Erik, Marinel, Marta, Monique, Rob

Eindredactie: Christine Steenks

Aquarellen: Ellen Zoutendijk

Opmaak en drukwerk: Vadding

Personenbus voor Zorgboerderij BuitenGewoon

De Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon kreeg afgelopen zomer officieel de sleutels van de personenbus uitgereikt. De aankoop is mogelijk gemaakt door de Protestants Christelijke Bejaardenbond (PCB) uit Delft, in samenwerking met de Centrale Diaconie van de PKN Delft. De heer Veendaal (links op de foto) van de PCB droeg de sleutels over aan

voorzitter Erik Passchier van de Stichting Vrienden van Zorgboerderijen BuitenGewoon in het bijzijn van Arjo Buijs. De speciaal aangepaste personenbus is geschikt voor 8 personen en voorzien van een lift voor rolstoelgebruikers. Hierdoor kunnen vier mensen in een rolstoel mee. We zijn heel blij met de bus en hopen er veel plezier van te hebben.



Bekijk ook onze website op
zorgboerderijbuitengewoon.nl

Agenda

De actuele agenda voor activiteiten vindt u op onze website.

BuitenPost

Redactie:

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