

Viva! la Vie

WONEN, WELZIJN EN ZORG NR 2 WINTER 2014



CONTACT
088-
995 80 00

VRIENDSCHAP
HET GEVOEL
ER NIET ALLEEN
VOOR TE STAAN



DEMENTIE
VERGEETACHTIG
OF MEER
VERSCIJNSELEN



VERANDERING IN DE ZORG: WELKE STAPPEN NEEMT U?



MAALTIJDSERVICE BIEDT UITKOMST!

Je boodschappen en maaltijden laten bezorgen tot in de keuken. Dat kan ook bij Viva! Zorggroep. Wel zo makkelijk!

Mevrouw Nijssen-de Wolf (89) is al 12,5 jaar trouwe afnemer van de maaltijd-service van Viva! Zorggroep. Ze is er mee begonnen, toen ze een gebroken heup had en even niet in staat was zelf te koken. Maar de maaltijden bevlechten zo goed, dat ze van deze service gebruik bleef maken. Mevrouw Nijssen is slachtoffer en dat wordt helaas steeds erger. Daarom laat ze sinds een half jaar naast haar maaltijden ook haar boodschappen, zoals brood, beleg, melk en koffie aan huis bezorgen. Ze durft namelijk niet meer over te steken om in de stad boodschappen te doen. 'Door Viva! Maaltijden & Boodschappen ben ik in staat zelfstandig te blijven wonen. Als dat er niet was, had ik al naar een verzorgingshuis gemoeten. Maar ik ben zo blij dat ik lekker in mijn eigen appartement kan blijven! En ik ben geen moeilijke

Door maaltijdservice kan ik zelfstandig blijven wonen!

makkelijke! aldus mevrouw Nijssen. De maaltijden en boodschappen worden trouw elke maandag bezorgd door vrijwilliger Rund Klook, die het al tijd netjes op het aanrecht zet. Wel zo makkelijk!

André Gongsgrif
Beroop: Manager Service Viva! Zorggroep

We kiezen voor Viva! Maaltijden & Boodschappen zodat mensen langer zelfstandig thuis kunnen blijven wonen: maaltijdvoorziening met koelvers- en diepvriesmaaltijden leveren we al ruim twaalf jaar, en sinds kort bezorgen we ook boodschappen aan huis. Ons assortiment is heel uitgebreid: het aanbod is te vergelijken met dat van de supermarkt. Eén keer in de week kunnen mensen bestellen, en één keer in de week worden de maaltijden en/of de boodschappen bezorgd door vaste vrijwilligers, dus altijd een bekend gezicht. Als mensen naast de maaltijden ook boodschappen bestellen, dan wordt alles gratis* aan huis geleverd.

* Kiest u alleen boodschappen aan huis, dan betaalt u €5,- bezorgkosten. Kiest u alleen maaltijden, dan wordt dat gratis bezorgd.

Interesse? Bel 088-9957122, kijk op www.vivazorggroep.nl of mail maaltijdservice@vivazorggroep.nl

COLOFON

1^e Jaargang, nummer 2, winter 2014
Viva! la Vie is een uitgave van Viva! Zorggroep
Redactieadres Viva! Zorggroep, Postbus 95,
1960 AB Heemskerk, 088 – 995 80 00,
www.vivazorggroep.nl, info@vivazorggroep.nl
Redactie Marketing & Communicatie Viva!
Zorggroep, 088 – 995 80 00
Opmaak Caroline Meijers
Druk Romeo Delta

Niets uit deze uitgave mag worden veele-
voudigt zonder voorafgaande toestemming van
de redactie. De redactie kan niet aansprakelijk
worden gesteld voor eventuele druk- of zet-
fouten.

Volg ons op
f viva.zorggroep
@vivazorggroep
VivaZorggroep
companyviva-zorggroep



8

ONGEVEER 70% VAN ALLE
MENSEN MET DEMENTIE
HEEFT DE ZIEKTE VAN
ALZHEIMER.

INHOUD

- 3 In de etalage
- 4 Vriendschap
*Het gevoel dat je er niet
alleen voor staat*
- 6 Viva! Varia
- 8 Dossier Dementie
- 10 Veranderingen in de zorg
- 13 Column 'Laten we wel zijn'
- 14 Thuiszorgwinkel
- 15 Aanbiedingen
Het beroep ...
- 16 De Wijkverpleegkundige
Diensten en producten

Word ook lid van SenZ, de ledenservice van Viva! Zorggroep! Nu voor slechts €15,-.

Achternaam:	Voorletter:	m/v
Adres:		
Postcode:	Woonplaats:	
Telnr.:	Geboortedatum:	
E-mailadres*:		

Ik betaal 1/m december 2015 eenmalig € 15,- (normaal €21,75).
Ik magtig Viva! Zorggroep om tot wederopzegging het lidmaatschapsgeld één keer per jaar van mijn IBAN rekening af te schrijven. SEPA incasso, incassant ID: NL35ZZZ5341845200000.

Vanaf 1 januari 2015 gaat SenZ verder als Viva! Ledenservice!

Stuur de ingevulde en ondertekende bon in een envelop zonder postzegel naar: SenZ, Antwoordnummer 504, 1940 WB BEVERWIJK

5 redenen om lid te worden

- 1 GRATIS uitleen van loophulpmiddelen, zoals krukken
- 2 Ondersteuning bij uw vragen op het gebied van wonen, welzijn en zorg
- 3 Regelen van goede diensten, met voordeel, snel geleverd door betrouwbare partners

***Met mijn lidmaatschap kan ik de krukken gratis lenen. Goed geregeld en dat scheelt mij enorm veel geld!**

- Auditoren • Belastinghulp • Boedelopslag • Boodschappendienst
- Cursussen • Computerservice • Fietservice • Financiële Begeleiding
- Huishoudelijke hulp • Particulier • Interieuradvies • Kapper • Kleding
- Klusdienst • Lingerie • Maaltijdservice • Massage • Notaris
- Opticien • Podoloog • Pedicure • Personnelalarmering • Professionaal
- Organizers • Pruikenverzorging • Reparatie Witgoed • Rijbewijsexamen
- Sportschool • Sauna • Schilder • Schoonheidspecialist • Schoorsteen-
veger • Stomerij • Thuisadministratie • Thuiszorg Particulier • Thuis-
zorgwinkel • Tuinonderhoud • Uitvaartzorg • Vakanties Met Zorg
- Verhuisservice • Zorgverzekeringen.....

Meer op www.vivazorggroep.nl

'Het gevoel dat je er niet helemaal alleen voor staat...'

De heer Gerrit van Wijngaarden (90), woont zeven jaar in woonzorgcentrum Westerheem in Heemskerk, mevrouw Map Hartendorp (83) woont nu zeven jaar in een van de aanleunwoningen naast het woonzorgcentrum. Beiden hebben enige jaren geleden hun partner verloren. Zowel de heer Van Wijngaarden als mevrouw Hartendorp doen alles zelf. Direct valt je op dat beiden warme en zachte persoonlijkheden zijn en dat zij zorgzaam naar elkaar zijn.

De heer Van Wijngaarden en mevrouw Hartendorp hebben elkaar leren kennen via hun partners, die beiden om gezondheidsredenen in verpleeghuis Meesterstate van VIVA! verbleven. Mevrouw Hartendorp: 'Onze partners konden het destijds goed met elkaar vinden.' Een toevallige ontmoeting in Meesterstate was het eerste contact.

Gedicht

Na het overlijden van hun partners dronken zij af en toe samen koffie of maakten een wandeling in de duinen. Toen mevrouw Hartendorp staar kreeg, bracht de heer Van Wijngaarden haar van en naar het ziekenhuis. Of als er wat te doen was in het huis, deden ze dat samen. Langzamerehand ontstond er een band.

Mevrouw Hartendorp vertelt: 'Nadat mijn man was overleden voelde ik me vaak eenzaam en verdrietig. Gerrit kwam dan langs en probeerde me op te beuren. Soms kwam hij met een mooi gedichtje voor mij waardoor hij weer een glimlach op mijn gezicht toverde... Dat was erg fijn, het gevoel te krijgen dat je er niet helemaal alleen voor staat. Dat kleine beetje extra aandacht doet goed!' Vol trots laat zij een boekje met een aantal zorgvuldig bewaarde gedichtjes zien.

Samen

Soms gaan ze samen naar een activiteit, een koor of een zanger. Mevrouw Hartendorp houdt van klassieke muziek, en ondanks dat de heer Van Wijngaarden hier minder enthousiast over is, gaat hij wel speciaal voor haar mee. De heer Van Wijngaarden zelf heeft een volle agenda. Dagelijks doet hij aan verschillende activiteiten mee: 's morgens koffiedrinken in de zaal, de quiz, rummikub, biljart, jeu de boules, bingo ... tijd voor een middagthutje is er niet. Mevrouw Hartendorp doet aan gym en gaat naar stoelhonkbal. Verder puzzelt en leest zij erg graag. Bijna iedere avond komt de heer Van

Wijngaarden langs om koffie te drinken en even te kletsen. Samen naar de bibliotheek is altijd een gezellig moment en ook samen ergens een hapje eten doen ze graag. Ook zijn zij enkele malen met een dagtocht mee geweest. Een mooie ervaring voor hen beiden. 'Oh ja, vorige week was hier kermiss in het dorp, toen hebben 'de oudjes' een rondje gemaakt over de kermiss', vertelt de heer Van Wijngaarden schaterlachend. 'En wat we ook veel doen is samen een stukje met de auto toeren en onderweg gezellig wat eten en drinken, zoals vorige week naar Johanna's Hof', vertelt mevrouw Hartendorp. Beiden glimlachen. 'En we doen ook nog één keer in de week samen boodschappen', vult mevrouw Hartendorp aan.

Mooie eigenschappen

Wat vinden de heer Van Wijngaarden en mevrouw Hartendorp nou zo speciaal aan elkaar? Mevrouw Hartendorp: 'Gerrit heeft niet gauw een oordeel over iemand, hij laat mensen in hun waarde. De heer Van Wijngaarden geniet op zijn beurt van de gulle lach en de gastvrijheid van mevrouw Hartendorp. 'Ze is altijd piekfijn gekleed! Ook kan ze goed luisteren. Daarbij kunnen we ook goed over onze overleden partners praten, op die manier kunnen we het verdriet delen, want er zijn nog steeds momenten dat we onze partners missen. Eigenlijk kunnen we alles bij elkaar kwijt.'

Speciale herinnering

Toen de zoon en schoondochter van de heer Van Wijngaarden 35 jaar getrouwd waren werd mevrouw Hartendorp spontaan door hen uitgenodigd om mee te gaan voor een lang weekend Texel. Mevrouw Hartendorp: 'Dat was geweldig, daar heb ik zo van genoten! Samen met Gerrit, de kinderen en de kleinkinderen, heerlijk eten en van elkaars gezelschap genieten. Dit is een prachtige herinnering waaraan we met plezier terugdenken.'

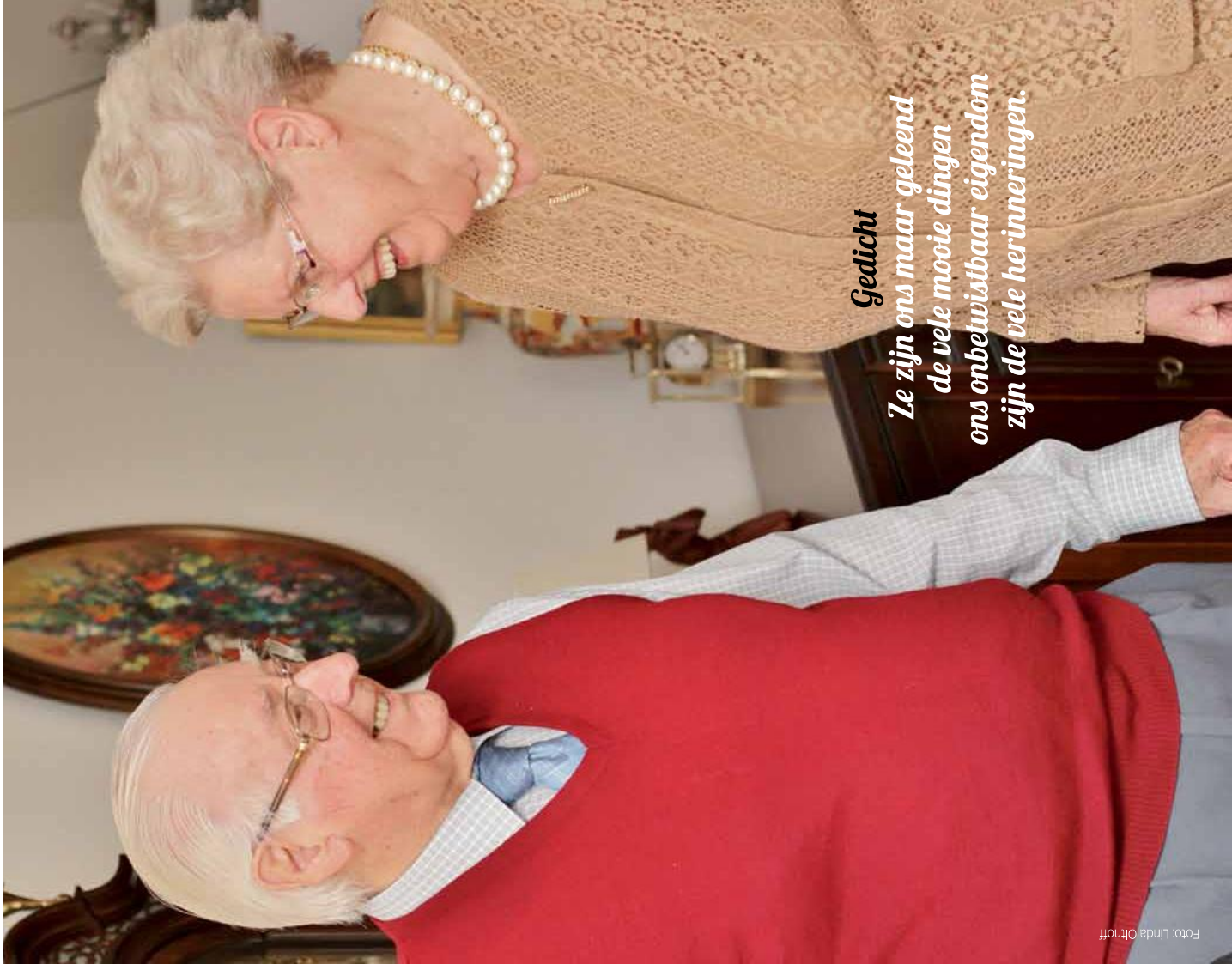


Foto: Linda Othoff

Gedicht

*Ze zijn ons maar geleend
de vele mooie dingen
ons onbetwistbaar eigendom
zijn de vele herinneringen.*

De stelling: Ik snap dat de zorg door de vergrijzing onbetaalbaar is geworden

59% > Ja

Het aantal ouderen neemt alleen maar toe, en daarbij: we leven gemiddeld genomen ook nog eens langer dan een aantal jaren geleden. Dus ja, ik begrijp dat de zorg hierdoor onbetaalbaar wordt. Al vraag ik me wel af hoe het verder moet met ouderen, die geen kinderen in de buurt hebben wonen en te weinig geld hebben om de benodigde zorg zelf in te kopen.

41% > Nee

De regering spreekt zo mooi over een 'participatiesamenleving': de kinderen van iemand die zorg nodig heeft, moeten meer bijdragen in de ondersteuning van vader of moeder. Daar heb ik toch wel moeite mee. Ik heb mijn eigen gezin draaiende te houden en ik heb ook nog mijn werk. Ik zou niet weten hoe ik dat zou moeten organiseren. Ik vind het heel erg dat de zorg zo rigoureus verandert.



309
keer

Zijn onze fysiotherapeuten afgelopen maand bij onze cliënten thuis geweest om een behandeling te geven.

Ook onze logopedisten, ergotherapeuten en diëtisten gaan regelmatig op huisbezoek. Daarnaast komen onze cliënten ook naar een locatie van VIVA! Zorggroep voor het spreekuur of de oefenruimte. Wilt u ook een huisbezoek van één van deze specialisten? Belt u dan naar: **088 995 7420**

Alarmering:

Steeds meer ouderen wonen - vaak alleen - langer zelfstandig. Maar weet u ook wie u kunt alarmeren in geval van nood? Met een abonnement op Personenalarmering bent u 24 uur per dag verzekerd van professionele hulp van het team alarmering van VIVA! Zorggroep. Vraag naar de vergoeding bij uw zorgverzekeraar.

Meer informatie? Bel de ledenservice op 088 - 995 88 22 of kijk op www.vivazorggroep.nl

'Het is een geruststellende gedachte dat ik bij nood direct kan alarmeren'



Adembenemende zondagmiddagwandeling voor zoetekauwen

Eens per maand organiseren Brasserie Denk op Landgoed Duin & Kruidberg en Natuurmonumenten een verrassende middag. Een boswachter van Natuurmonumenten neemt natuur liefhebbers mee op wandeling door het Nationaal Park Zuid-Kennemerland. Dit Nationaal Park staat bekend om haar hoge diuntoppen met fantastisch uitzicht, bossen met eeuwen oude eiken en duimerven



vol vogels. Een betere plek om de zondagmiddag door te brengen bestaat simpelweg niet. Na de wandeling, die om 14.00 uur start, kan men rond 15.30 uur aanschuiven voor een High Tea in de moderne Brasserie Denk op Landgoed Duin & Kruidberg in Santpoort-Noord.

Reserveren en data

De boswandeling en high tea vindt plaats op zondag 21 december 2014, 25 januari, 22 februari en 29 maart 2015 en kost €29,50 per persoon.

Onder vermelding van actie 'Viva! Magazine' ontvangt u €4,00 korting per persoon.

Reserveren doet u bij Landgoed Duin & Kruidberg via info@duin-kruidberg.nl of telefonisch via 023-512 1800.

De korting is geldig voor max. vier personen per reservering.

Er valt weer veel te kiezen!

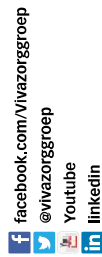
De laatste twee maanden van het jaar bestaat de mogelijkheid om over te stappen naar een andere zorgverzekeraar. De twee partners waarmee onze ledenservice samenwerkt, hebben een mooi ledenaanbod:

- Bij Univé krijgt u het lidmaatschap van de ledenservice vergoed, als u een aanvullende zorgverzekering bij hen afsluit. Ook ontvangt u 10% korting op de Zorg Samen Basisverzekering en de aanvullende verzekering Extra Zorg Polis Goed. Beter of Best.
- Zilveren Kruis: heeft een nieuwe aanvullende verzekering 'thuiszorgpakket'. Gratis voor leden die een aanvullende verzekering afnemen. Dit wordt er vergoed; professionele alarmopvolging tot € 15,-50 p. mnd. p. gebruiker, één veiligheidsgesprek per jaar met een thuiszorgmedewerker en extra vergoeding van preventieve cursussen. Verder ontvangt u bij Zilveren Kruis 5% korting op de basisverzekering en 10% korting op de aanvullende verzekering.

Meer informatie kijk op: www.vivazorggroep/ledenservice

Wist u dat...?

U VIVA! Zorggroep ook kunt volgen op diverse sociale media? Als u op de hoogte wilt blijven van alle activiteiten en nieuws, volg ons dan op:



DEMENTIE...

De meest voorkomende vorm van dementie: Alzheimer

DE ZIEKTE

Ongeveer 70% van alle mensen met dementie heeft de ziekte van Alzheimer. Dementie is een syndroom. Dat wil zeggen dat het een verzameling van verschijnselen is, waaronder geheugenverlies, problemen met oriëntatie, gedrag en/of taal. Als deze verschijnselen veroorzaakt worden door een ziekte die de hersenen aantast, waardoor de hersencellen afsterven en de verstandelijke vermogens van iemand achteruitgaan, is de diagnose dementie. Er zijn wel vijfing oorzaken voor dementie. Maar liefst een op de vijf mensen krijgt een vorm van dementie. Waar kun je terecht voor hulp als dat gewenst is?

Mensen met dementie doen er alles aan om te verbloemen dat er iets 'mis' met hen is

HET VERLOOP

Het aantal mensen met dementie neemt sterk toe met de leeftijd: tot wel ongeveer vijftiendertig procent van de mensen van 85 jaar en ouder heeft dementie. Lang niet altijd is voor de omgeving gelijk duidelijk dat iemand begint te dementen. Mensen met dementie doen er in de meeste gevallen alles aan om te verbloemen dat er iets 'mis' met hen is. Een afspraak met de huisarts is de eerste stap. Via de huisarts of de geneeskundige in het Rode Kruisziekenhuis kan er verwezen worden naar een Dementie Onderzoek en Case management-team. In een DOC-team werken verschillende hulpverleners zoals een verpleegkundige, specialist, ouderengeneeskunde, psycholoog en psychiater, nauw met elkaar samen. Door middel van lichamelijke en neurologische onderzoeken, geheugentesten, in sommige gevallen een hersenscan en gesprekken met de patiënt en naaste familieleden, kan worden vastgesteld of er sprake is van dementie. Genezing is niet mogelijk. Wel zijn er medicijnen in omloop die het ziekteproces zouden kunnen vertragen, maar deze worden door onder meer de bijwerkingen lang niet altijd voorgeschreven.



ALLEEN VERGEETACHTIG OF MEER VERSCHIJNSELEN?

Vergeetachtigheid is een natuurlijk verschijnsel waar iedereen vroeg of laat mee te maken krijgt. Dingen niet meer goed onthouden naarmate de leeftijd vordert... vervelend maar overkomelijk. Bij twijfel over de mate, is de huisarts een goede eerste stap. Hij doet een test, heeft een vragenlijst en eventueel oefeningen waarbij er vastgesteld kan worden, hoe groot de geheugenproblemen zijn. Dementie gaat veel verder dan vergeetachtigheid alleen. Het proces is veel ingrijpender en noemen die bij veel mensen voorkomen. Zo kan er bij dementie sprake zijn van verlies van besef van tijd, plaats en personen, en mensen kunnen moeite krijgen met handelingen die voorheen moeiteloos gingen, zoals eten koken. Ook kunnen er gedrags- en karakterveranderingen en bewegingsproblemen optreden.

De specialist op dit gebied bij Viva! Zorggroep: de casemanager, begeleidt de cliënt, de partner en eventuele andere mantelzorgers en heeft overleg met andere hulpverleners van de cliënt om de zorg en begeleiding zo veel mogelijk op elkaar af te stemmen. Ook is het mogelijk om bij een vermoeden van dementie via de thuiszorgmedewerker een huisbezoek van de casemanager van Viva! Zorggroep aan te vragen. Het is wel noodzakelijk dat de cliënt een AWBZ-indicatie heeft.

EEN ERVARINGSVERHAAL

Een goetzak, lief en rustig. Dat was de vader van de zussen **Thea** (30) en **Marijke** (25). **Thea**: 'De eerste voortekenen waren er al twee jaar voor de diagnose, toen hij 54 jaar was. Onze vader raakte zijn baan kwijt, wat hij niet kon verkroppen. Toen een buurman een opmerking daarover maakte, werd hij boos en liep hij weg. Hij leek echt verdwenen. Pas diep in de nacht vonden we hem weer terug, rondwalend door de buurt.'

Marijke: 'Hij wist niet meer waar hij geweest was. De volgende dag schaamde hij zich tegenover ons.'

Thea: 'Hij werd kinderlijk. Dan hield hij ons voor de gek door een deur af te sluiten. Wij snapten er niets van, tot hij ineens gierend van het lachen achter een muurtje vandaan sprong.'

Marijke: 'Nu weet ik dat ik beter kan lachen om dit soort kinderlijke grapjes. Maar in het begin kon ik er echt niet mee om gaan. Ik dacht, doe normaal en wees gewoon m'n vader!'
Wat de zussen moeilijk vinden is dat hun vader de interesse in zijn kinderen verloor.

'Ik kan huilend voor hem staan, maar hij ziet het niet'

Marijke: 'Dan kwam ik uit school en was ik verdrietig omdat ik een tentamen niet had gehaald. Maar hij zag het niet. Er komt geen arm om je heen, je wordt niet getroost. Zijn persoonlijkheid veranderde.'

Thea: 'Van andere mensen hoor je verhalen over vaders die helpen verhuizen en klussen. Dat soort simpele dingen kan hij niet meer.'

Marijke: 'Ik had altijd een goede band met mijn vader, maar die is weg. Ik mis en rouw om hem, terwijl hij er nog is. Maar van binnen is hij een kind.'

MAATJEZ

Mantelzorg is zorgen voor iemand die dichtbij staat met een psychische, verstandelijke of lichamelijke ziekte of beperking. Mantelzorgers zorgen, onbetaald, meer dan 8 uur per week en/of drie maanden of langer voor hun naaste. De zorg is zeer divers én mantelzorg is vertrouwd, veilig, vanzelfsprekend, vanuit liefde en betrokkenheid. MaatjeZ, Centrum van Mantelzorg ondersteunt de mantelzorger met individuele begeleiding, trainingen en workshops. Zo nodig, kunnen zorgvrijwilligers taken overnemen. Mantelzorgers kunnen een afspraak met de mantelzorgconsulent maken voor advies. Dit kan bij u thuis of op een door u gewenste locatie. Kijk op www.vivazorggroep.nl bij welzijn en mantelzorg.

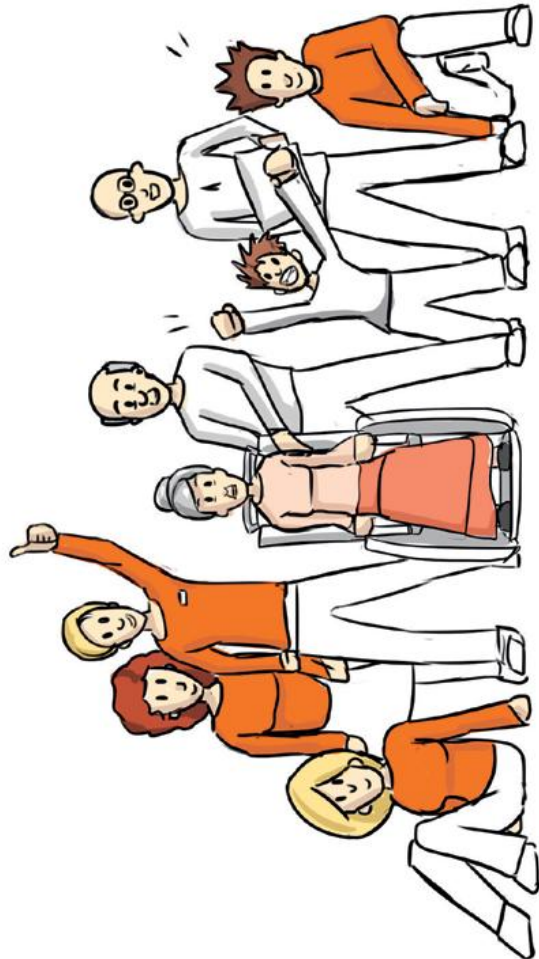
Weetjes

- Op www.alzheimer.nl vindt u De Internationale Stichting Alzheimer Onderzoek (ISAO) Zij strijden voor een leven zonder Alzheimer en aanvante vormen van dementie.
- Viva! heeft Ontmoetingscentra in Heemskerk, Castricum en Beverwijk, voor mensen met geheugenproblematiek. Iedereen met een indicatie is van harte welkom voor een gestructureerd, gevarieerd dagprogramma. Van geheugenspel tot samen wandelen en koken. Kijk op www.vivazorggroep.nl bij welzijn en dagopvang!
- Eén van de online cursussen van SenZ is de cursus dementie, bedoeld voor iedereen die een dementerende partner, ouder of naaste heeft. De cursus neemt u mee in de verschijnselen van dementie, maar geeft ook de processen binnen de ziekte aan. Daarnaast leert u hoe u aandacht voor uzelf houdt.
- Muziektherapie Viva! Zorggroep: in overleg met de behandelend arts of psycholoog is het mogelijk om een verwijzing te krijgen naar de muziektherapeut. Samen muziek maken, zingen of luisteren. Het kan zorgen voor vermindering en ontlasting van spanning, leren omgaan met emoties, voorkomen van eenzaamheid, depressie en sociaal isolement, maar ook voor het stimuleren van spraak en beweging.
- Het Vergeet-Me-Nietjes koor is een heerlijk vrij koor voor mensen met geheugenproblematiek en hun mantelzorgers in Beverwijk en Heemskerk. Bel Viva! 088 - 995 80 00 en vraag naar de mogelijkheden.
- Het Alzheimer Café: een ontmoetings- en informatieavond voor iedereen die te maken krijgt met dementie. Praktische informatie, maar ook warme ondersteuning en gezelligheid. Het Alzheimer Café vindt op diverse locaties plaats (wel 225 door het hele land). Op www.geheugenproblemen-middenmemmerland.nl vindt u waar en wanneer.
- Een andere kijk: De films Dementie Experience, Dementie heb je niet alleen en de documentaire Benjamin en de anderen zijn aangrijpend, maar ook zeer informatief. Iris, met Kate Winslet, Jud Densch en Jim Broadbent is ook een echte aanrader. Net als The Notebook.

Wat gaat er veranderen in de zorg?

De zorg in Nederland gaat veranderen. De behoeften en eigen mogelijkheden van mensen staan centraal bij deze veranderingen. Ook is de hulp van familie of vrienden belangrijk. Er zal veel meer rekening worden gehouden met wat u nog kunt en/of wat anderen voor u kunnen doen. Kernbegrippen in de veranderingen zijn zelfredzaamheid en participatie. Als het nodig is kan de gemeente ondersteuning geven. Bijvoorbeeld begeleiding of huishoudelijke ondersteuning. Of activiteiten organiseren waardoor mensen meer meedoen in de samenleving. Via de zorgverzekering kunnen mensen medische zorg thuis krijgen. Bijvoorbeeld verpleegkundige zorg, zoals toedienen van medicijnen, en persoonlijke verzorging, zoals douchen. De belangrijkste verandering is dat de huidige AWBZ verdwijnt. Vanaf 2015 worden de

gemeentes en zorgverzekeraars financieel verantwoordelijk voor een groot deel van de zorg en ondersteuning. Gebruikers van het zorgaanbod willen graag duidelijkheid hebben wat er met hun zorg en hulp gaat gebeuren. Vragen als 'is de zorg voor mij nog betaalbaar' of 'krijg ik nog wel de zorg die ik nodig heb' spelen bij veel mensen.



Hulp van familie of vrienden is belangrijk



Overzicht van de belangrijkste wijzigingen:

Thuiszorg: persoonlijke verzorging en verpleging
Vanaf 2015 worden persoonlijke verzorging, verpleging en zorg in de laatste levensfase aan huis betaald vanuit de zorgverzekering (in plaats van de AWBZ). De wijkverpleegkundigen krijgen een centrale rol in de wijkzorgteams van Vival Zorggroep en helpen u om de zorg te regelen, samen met uw familie en vrienden of andere professionele zorgverleners.

Hulp bij het huishouden en begeleiding

De gemeentes zijn al langere tijd verantwoordelijk voor de hulp bij het huishouden. In 2015 krijgen de gemeentes meer verantwoordelijkheden. Gemeenten moeten er voor zorgen dat u zo lang mogelijk thuis kunt blijven wonen, en dat u andere mensen kunt blijven ontmoeten. De gemeente bekijkt samen met u welke hulp u nodig heeft en wat familie, vrienden of buren kunnen doen. Uw gemeente kan u een algemene voorziening of een maatwerkvoorziening aanbieden. Een algemene voorziening is bijvoorbeeld een koffieochtend in het buurthuis, de boodschappenbus, vervoer of maaltijdservice. Een maatwerkvoorziening is bijvoorbeeld een scootmobiel of begeleiding bij administratie.

Verblijf

Heeft iemand altijd toezicht nodig en moet er 24 uur per dag zorg dichtbij zijn? Dan heeft deze persoon recht op een plek in een woonzorgcentrum of andere zorginstelling. Thuis wonen met zorg kan ook. Maar alleen als de zorg goed is. En als de kosten niet hoger zijn dan zorg in een instelling. Deze zorg komt uit de toekomstige Wet langdurige zorg, de opvolger van de AWBZ. De veranderingen in de langdurige zorg roepen bij cliënten vragen op als: Houd ik recht op zorg? Moet ik meer gaan betalen? Houd ik dezelfde zorgverlener? De website www.hoeverandertmijnzorg.nl legt uit welke rechten cliënten hebben bij de overgang naar de nieuwe zorg. De website is door het Ministerie

Welke stappen neemt u?

Passende zorg in de Wet langdurige zorg

- Ik heb een zware zorgbehoefte.
- U meldt zich aan bij het CIZ (Centrum indicatiestelling zorg) en heeft een gesprek. Het CIZ beoordeelt of er permanent toezicht en 24 uur zorg nabij nodig is.
- Het CIZ geeft indicatiebesluit met daarin het zorgprofiel. Hierin staat op welke zorg u recht heeft. Een eigen bijdrage Centraal Administratie Kantoor is verplicht.
- U kunt kiezen uit zorg thuis (met pgb, volledig pakket thuis) of in een woonzorgcentrum. Het zorgkantoor kan u hierbij helpen.
- Welke zorgaanbieders zijn er in de regio? Welke zorgaanbieder past bij u?
- U bespreekt uw wensen met de zorgaanbieder over passende zorg
 - Zorg in natura met verblijf in instelling: zorgplan
 - Zorg in natura in de thuisomgeving: volledig pakket thuis of modulair pakket thuis
 - Persoonsgebonden budget

van Volksgezondheid, Welzijn en Sport samen met cliënten en professionals in de zorg gemaakt. Informatie over uw persoonlijke situatie krijgt u van uw gemeente, zorgverzekeraar of van ons.

Er zijn meerdere websites waar u terecht kunt voor informatie over de veranderingen in de zorg: bij www.rijksoverheid.nl kunt u bijvoorbeeld ook verschillende brochures over de veranderingen in de zorg downloaden. Op de website www.dezorgverandertmee.nl vindt u ook informatie over de veranderingen.

Heeft u daarna nog vragen dan kunt u bellen met het Informatiepunt langdurige zorg en jeugdhulp via het telefoonnummer 0800 – 0126. Als u belt, houdt u dan uw indicatiebesluit bij de hand. Dat is de brief van het Centrum Indicatiestelling Zorg (CIZ) of Bureau Jeugdzorg waarin staat op welke zorg u recht heeft.

Het ministerie van VWS heeft een app ontwikkeld voor zorgprofessionals. De app is te downloaden via de Google Playstore .

Natuurlijk kunt u altijd VIVA! Zorggroep bellen: 088 995 80 00



Welke stappen neemt u?

Ondersteuning

Wel Maatschappelijke Ondersteuning

- 1 Ik heb een beperking en thuis lukt het niet meer zonder ondersteuning.
- 2 U gaat na wat u zelf nog kan, met of zonder hulp van gezinsleden, familie of kennis, welke algemene voorzieningen er zijn en of u op eigen kracht voor oplossingen kunt zorgen.
- 3 U heeft een gesprek met de gemeente. Samen onderzoekt u wat u nodig heeft en welke mogelijkheden de gemeente kan bieden.
- 4 Is het een Maatwerkvoorziening? Dan dient u een aanvraag in.
- 5 De gemeente neemt een besluit over passende ondersteuning. U kunt hier eventueel bezwaar op maken.

Welke stappen neemt u?

Zorgverzekeringwiel

- 1 Ik heb verpleging of verzorging nodig.
- 2 U heeft een gesprek met huisarts of wijkverpleegkundige.
- 3 De wijkverpleegkundige bepaalt wat u nodig heeft en zelf nog kan.
- 4 De wijkverpleegkundige start de zorg.
- 5 Verpleging en verzorging zitten in het basispakket, en vallen niet onder het eigen risico.

LATEN WE WEL ZIJN...

Wat wordt er nu precies bedoeld met welzijn binnen de gezondheidszorg? Volgens de Dikke van Dale is de definitie van 'welzijn': toestand dat je goed voelt...

Op internet vond ik, Welzijn is een gevoel van welbevinden, ook wel beschreven als geluk. Met welzijn wordt bedoeld dat het zowel lichamelijk, geestelijk als sociaal goed met een persoon gaat.

Tja, dat klinkt mooi...en nu? Als ik om me heen kijk op de afdeling waar ik zorg voor veertien bewoners die allen gediagnosticeerd zijn met een vorm van dementie, is het moeilijk voor te stellen dat het niet met hen alleen wel goed gaat...

's Ochtends tref ik een dromerige mevrouw alleen op de bank aan. Als ik haar aanspreek krijg ik geen reactie. Ik ken deze mevrouw goed, ze woont al zes jaar bij ons op de afdeling. Wanneer ze opkijkt zie ik aan haar blik dat ze mij niet kent. Ze blikt me vragend aan. Ik ga naast haar zitten en probeer contact te maken, ik praat en zij hoort de klanken van mijn stem. Dan pakt ze mijn hand en schuift wat dichterbij me aan terwijl ze met haar lippen een sussend geluid maakt.

Ik realiseer me dat ik haar moment van rust mischien wel heb verstoord. Als ik op wil staan, houdt ze mijn hand stevig vast en trekt er zachtjes aan. Ik blijf zitten en hou mijn mond. Zo zitten we daar sament voor ons uit te luren. Na een tijdje glimlacht ze naar me, staal op en vervolgt haar weg terwijl ik haar nakijk.

Ik word opgeschrikt door de telefoon, de kapsalon in huis vraagt mij of ik de mevrouw wil brengen waar ik net nog naast zat. Ilierna loop ik met de arts de geplande visite, wordt er door twee stagiaires een taart gebakken, en wagen we met z'n allen nog een dansje. Ik realiseer me dat welzijn alle facetten van ons vakgebied omvat, maar het is een utopie om voor iedereen het ultieme welzijnsgevoel in stand te willen houden. Met het hele zorgteam werken we er voor alle bewoners dag en nacht aan: soms alleen op lichamelijk, soms geestelijk en soms op sociaal vlak. Wanneer je merkt dat deze drie dingen samen vallen, voelt het werk ook echt utopisch. En laten we wel zijn, een ander z'n geluk bevordert ook je eigen welzijn.

MARLEKE KOPPEL



Bedbodem

U slaapt niet goed, maar met het matras zelf is niets mis? Heeft u dan wel eens gedacht aan de bodem? De bedbodem wordt vaak vergeten maar is zeker van belang als u een goede nachtrust wilt hebben. Zonder een goede bodem kunnen de kwaliteiten van uw matras onderdrukt worden. De ComfortFlex schotelbodem is er in een vaste en een flexibele variant. Nu met 20% korting op alle uitvoeringen. Vanaf € 387,-

De bedbodem vindt u in de winkels Alkmaar en Haarlem.



Nu 20% KORTING

HOMETRAINER TUNTURI GO 30

Deze instap GO 30 is ideaal voor revalidatie of conditieopbouw. De fiets heeft een ruime instap en een makkelijk te bedienen display. Door het vliegwiel van 6 KG met een roterende massa van 11 KG, is de instap weerstand erg licht. De weerstand is handmatig instelbaar.

VAN €319 VOOR 269,-



LUCHT- BEVOCHTIGER FYSIC FC-28

In de winter kunt u last hebben van een droge huid, een geïrriteerde neus, frequente verkoudheden of een zere keel door het gebrek aan vochtigheid. Doordat de kachels aan staan, wordt de lucht in huis een stuk droger. De Fysic luchtbevochtiger zorgt voor een ideale mate van vochtigheid, wat helpt om uw gezondheid te beschermen.

VAN €99,- VOOR 69,95



Paingone

De Paingone is een handig, snel werkend hulpmiddel in de vorm van een grote pen. De Paingone werkt op basis van Tens en stuurt lage frequentie elektrische impulsen die de zenuwweg activeren. Vervolgens wordt endorfine aangemaakt (lichaams-eigen pijn onderdrukkingsstof) en hierdoor zullen chronische pijnklachten afnemen.

De Paingone is effectief op fysieke pijn zoals: rugpijn, artritis, tennis elleboog, postoperatieve pijn, sportblessures, menstruatiepijn, ischias, hoofdpijn en spierpijn.

VAN €54,95 VOOR 39,95



De wijkverpleegkundige

Sharon Schipper (25) en Sandy van Bergem (28) zijn beiden wijkverpleegkundige in de thuiszorg in Heemskerk.



De werkdag

Onze dagen zijn elke keer anders, met natuurlijk terugkerende werkzaamheden, zoals coachen/ondersteunen en het verzorgen van cliënten thuis. Verder kan ik ook erg druk zijn met begeleiding van stagiaires/leerlingen, scholing, preventiebezoeken, administratieve taken rondom de zorg, overleggen met de gemeente en het sociale team ...

Sharon: Wij starten allemaal in de ochtend op kantoor, en dat vind ik heel waardevol. Vervolgens gaan we de wijk in en heeft ieder haar eigen programma. Ik geniet van de zorg bij de cliënten. Ik ben een erg verzorgende verpleegkundige, ik voel me heel voldaan als iemand heerlijk gewassen, gevoederd en ingesmeerd is. Ook even een praatje maken, doet veel mensen goed. Wederzijdse interesse maakt het contact met de cliënten aangenaam en vertrouwd. Sommige cliënten onthouden echt wat ik het weekend heb gedaan en vragen daar de maandag naar. En ik ... ik vind het ook leuk te horen wat de cliënten gedaan hebben. De middagen lopen zelden met de cliënten. Soms komt er spoedzorg tussen, dat kan terminale zorg zijn of iemand die gevallen is. In dat geval blijft het andere werk even liggen en zorgen wij dat de zorg voor de cliënt zo snel mogelijk netjes wordt opgestart.

De passie

Ik vind de combinatie van het werk op kantoor en de cliëntenzorg geweldig. Ik vind het fijn om creatief mee te denken en me gehoord te voelen. Het is een uitdaging de vraag van de cliënt te vertalen richting het management en vanuit mijn positie als wijkverpleegkundige mee te kunnen denken om zoveel mogelijk aan de vraag te voldoen. Ik ben verpleegkundige geworden om voor mensen te zorgen. Ik kan over het algemeen niet uren bij één cliënt blijven, maar als je even de moeite neemt en stil staat bij de persoon achter de zorgvrager kom je vaak dicht bij elkaar en is er wederzijds begrip. Als het druk is snappen de cliënten dat ik de koffie even oversla, daarentegen neem ik er, als het rustig is, graag een koekje bij. Ik ben geen technisch verpleegkundige, mijn passie ligt bij de mensen, bij de kleine dingen en, zonder betuttelend te zijn, vertroetelen en opfleuren van iemand's dag. Ik geniet echt van mijn werk!

Dok even

een praaaije maken, doet veel mensen zichtbaar goed

De professionalisering

Binnen Vival hebben alle verpleegkundigen zich ge-professionaliseerd, wat inhoudt dat ieder zich de huidige kennis en inzichten heeft eigen gemaakt en wij voorbereid zijn op de ontwikkeling dat de wijkverpleegkundige de spil in de wijk is. We zijn de vraagbaak voor onze collega's en cliënten en stemmen met de omgeving, dus ook met andere partijen, af. Als wijkverpleegkundige kom je regelmatig bij cliënten thuis, je weet wat er speelt en kan dus zorg op maat bieden. Als wijkverpleegkundige registreer ik de zorg rondom onze cliënten, 24 uur per dag.

Wij kijken naar de hele mens, de woonomgeving, het netwerk van de persoon en zijn/haar welzijn. Ook naar het welzijn van de mantelzorg. Dit alles met elkaar maakt het leuk om het vak van wijkverpleegkundige te mogen beoefenen en te blijven meegaan in de nieuwe ontwikkelingen. Ieder mens is uniek en ook ieder mens bepaalt zelf de zorg die hij krijgt. Als wijkverpleegkundige ben ik bij uitstek degene die kan zorgen voor een goede samenwerking met de diverse partners.

Wonen

- in Akersloot, Beverwijk, Castricum, Heemskerk, Heerhugowaard, Hieloo, Limmen en Uitgeest
- aantleunwoningen
- kleinschalig wonen
- kortdurend verblijf
- seniorenwoningen
- woonzorgcentra
- verpleeghuizen
- appartementen
- begeleiding
- dagbehandeling en dagverzorging
- Doc-team
- hulp bij het huishouden
- indicaties zorg
- jeugdgezondheidszorg

Zorg

- begeleiding
- dagbehandeling en dagverzorging
- Doc-team
- hulp bij het huishouden
- indicaties zorg
- jeugdgezondheidszorg

Behandeling

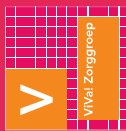
- ergotherapie
- fysiotherapie
- geestelijke zorg
- logopedie

- gespecialiseerd verpleegkundigen (bij oncologie/ kanker, dementie, CVA/ herseninfarct, diabetes, hartfalen, long, wond, incontinentie, stoma)
- psychologische hulp
- muziktherapie
- voeding en dieet

Welzijn

- uitbureau-activiteiten en uitstapjes
- boodschappen dienst
- zorgboodschap (boodschappen aan huis)
- maaltijdservice aan huis (koelverse en vriesverse maaltijden)
- dagactiviteiten

- dagopvang, dagverzorging
- mantelzorgondersteuning
- ontmoetingscentrum (voor dementerenden en mantelzorgers)
- restaurant in de wijk
- vrijwilligersinzet



VIVA! Zorggroep

T. 088 – 995 80 00

E. info@vivazorggroep.nl

W. www.vivazorggroep.nl

- [f](https://www.facebook.com/Vivazorggroep) [facebook.com/Vivazorggroep](https://www.facebook.com/Vivazorggroep)
- [@vivazorggroep](https://www.youtube.com/@vivazorggroep) Youtube
- [in](https://www.linkedin.com/company/vivazorggroep) LinkedIn

Diensten en producten

Viva! Zorggroep I Medipoint Thuiszorgwinkels voor lenen, huren en kopen: T. 0900 – 112 1125

- Heemskerk:** Maltezerplein 35 (op het Zorgplein boven de Dekamarkt),
ma-vrij 09.00-17.30 uur, za 09.00-13.00 uur
- Heemstede:** Lieve de Keylaan 7,
ma-vrij 12.30-16.30 uur, za gesloten
- Haarlem:** Stephensonstraat 45,
ma-vrij 09.00-17.00 uur, za 10.00-16.00 uur
- Alkmaar:** Fr. Hendrikstraat 3,
ma-vrij 09.00-17.30 uur, za 09.30-16.30 uur



Contactgegevens MaatjeZ, Centrum voor Mantelzorg

Voor wie? mantelzorgers en professionals 088 – 995 77 88

Wat? Voorlichting, Praktische hulp & Emotionele ondersteuning
info@maatjez.nl

Waar? Beverwijk, Heemskerk, Uitgeest, Castricum,
www.maatjez.nl [f](https://www.facebook.com/MaatjeZ) www.facebook.com/MaatjeZ

SenZ, de ledenservice van Viva! Zorggroep

biedt een uitgebreid pakket diensten en cursussen. Iedereen kan gebruikmaken van het aanbod. De diensten en cursussen zijn op het gebied van Handig thuis, Gezond leven, veilig wonen, Cursussen en activiteiten, Informatie op maat en Mijn Voordeel. Een greep uit de diensten en producten:

- pedicure
- kapper aan huis
- personenalarmering
- korting op zorgverzekering
- Zilveren Kruis & Univé
- rijbewijskeuring 70+
- klusdienst
- korting op verzekering
- Interpolis & FBTO
- maaltijdservice
- tuinontwerp
- en -onderhoud
- belastinghulp
- health check

SenZ T. 088 – 995 88 22, E. ledenservice@vivazorggroep.nl