



Abrona kwaliteitsbericht 2024



Abrona

In dit kwaliteitsbericht

3		<u>Voorwoord</u>	31		<u>Bewustwording voor behoeften</u>
4		<u>Een zo normaal mogelijk leven</u>	32		<u>Coba: “Ik kan nog prima werken, hoor!”</u>
6		<u>Op zoek naar nieuwe wegen</u>	34		<u>Martin: “Het geeft me een nuttig gevoel”</u>
9		<u>Een avond vol verbinding en betrokkenheid</u>	36		<u>Stap voor stap naar een gezonde leefstijl</u>
10		<u>Vrijwilligersbijeenkomsten Samen in gesprek</u>	37		<u>Pilot Intensieve Traumabehandeling</u>
11		<u>Familie in beeld</u>	38		<u>Gezond ouder worden door onderzoek</u>
12		<u>Waardering voor de mantelzorger</u>	40		<u>Boks-clinic bij de Kosmos</u>
13		<u>Vraag het verwanten en vrijwilligers</u>	41		<u>Technologie in de zorg</u>
14		<u>Vrijwilligers maken het verschil</u>	42		<u>De inloop stimuleert netwerk op te bouwen</u>
16		<u>Afscheid van de BraZZerie</u>	43		<u>Inloop Het Woelige Nest</u>
17		<u>VGU Dashboard</u>	44		<u>Samenwerking Abrona en AxionContinu</u>
18		<u>Linda: “Ik leer mijn kwaliteiten zien.”</u>	45		<u>Abrona hijst de regenboogvlag</u>
20		<u>Fabrice: “Oké, dan ga ik bij beiden werken”</u>	46		<u>Burendag</u>
22		<u>Vertrouwen als basis voor zelfstandigheid</u>	47		<u>Abronalympics</u>
24		<u>Een simpele oplossing levert veel vrijheid op</u>	48		<u>Dag van de zorg</u>
26		<u>Louis Stam genomineerd Special Award</u>	49		<u>Duoleren nieuw traject zij-instromers</u>
26		<u>Robin en Timo kampioen Kata Judo</u>	50		<u>Zorgsafari bij Abrona</u>
26		<u>Verloofd met een kettinkje</u>	52		<u>Unieke stage ervaring voor studenten</u>
28		<u>Triple-C in de praktijk</u>	53		<u>Centrale Cliëntenraad aan het woord</u>
29		<u>Triple-C op woonlocatie IBB</u>	54		<u>Abrona in cijfers</u>



Patrick en Aaron



Met elkaar voor kwaliteit — De verhalen van Abrona 2024

Abrona in beeld 2024 is voor cliënten, medewerkers, vrijwilligers en ieder die bij Abrona betrokken is. Met dit boekje willen wij inzicht geven in hoe we binnen Abrona werken aan kwaliteit. We laten cliënten, medewerkers en familie vertellen over belangrijke thema’s binnen Abrona.

Op vier gebieden van kwaliteit komen onderwerpen aan bod: ondersteuning aan individuele cliënt, professionele medewerkers, goede bedrijfsvoering en de interne dialoog en toezicht. De verhalen komen uit de dagelijkse praktijk. Ieder verhaal laat zien hoe we samen, elke dag opnieuw, werken aan goede zorg en ondersteuning.

Dit document gebruiken we ook voor externe verantwoording.

We wensen je veel leesplezier.

Een zo normaal mogelijk leven voor iedereen

Sinds 2019 staat Toke Piket aan het roer van Abrona. Vervelen doet ze zich geen moment. “Wat mij elke dag opnieuw motiveert, is om zaken goed geregeld te krijgen – voor de mensen die we ondersteunen, voor de medewerkers en financieel. Als die drie in balans zijn, geeft dat energie.”

Nieuwe koers

Onder haar leiding slaat Abrona een nieuwe weg in. “Onze zorg moet toekomstbestendig zijn. Dat vraagt om verandering,” vertelt ze. “We willen dat iedereen – cliënten, familie, vrijwilligers en medewerkers – begrijpt welke ontwikkelingen er spelen in de gehandicaptenzorg en dat we daar samen in meebewegen.”

Concreet betekent dit dat Abrona het algemene woon- en begeleidingsaanbod omvormt tot een specifiek ondersteuningsaanbod. Mensen met een zwaardere zorgvraag blijven intensieve zorg nodig hebben, maar die zal op een andere manier worden verleend, bijvoorbeeld met de hulp van meer technologie. We kunnen minder mensen begeleiden met een minder intensieve zorgvraag. We zullen met medewerkers samen moeten zoeken naar de goede antwoorden hoe we de zorg anders kunnen inrichten.”

Een betekenisvol leven

“We willen bij Abrona mensen met een beperking een zo’n normaal mogelijk leven in onze samenleving bieden. Een betekenisvol leven hebben. Daarom zijn we ons werk anders aan het organiseren. De behandelmethode Triple C gaat ons daarbij helpen door uit te gaan van wat de cliënt nodig heeft door anders te denken, te kijken en te doen. We nemen daarnaast als zorgprofessionals te veel zorg uit handen van ouders of familie.”

Samen verantwoordelijk

Toke benadrukt dat veranderingen alleen slagen als ze samen worden gedragen. “Medewerkers moeten mee kunnen denken én doen. We vragen hen bijvoorbeeld om in gesprek te gaan met families over hun rol. Dat is soms spannend, want medewerkers zijn bescheiden in het vragen om hulp. Maar het is belangrijk dat ouders en verwanten betrokken blijven bij de dagelijkse dingen van hun kind. Dat is niet alleen waardevol voor de cliënt, het geeft professionals ook ruimte om hun expertise op andere vlakken in te zetten.”

Ruimte voor informele zorg

Niet iedereen heeft een actief sociaal netwerk, erkent Toke. “Maar ook dan kunnen we informele zorg organiseren. Denk aan vrijwilligers, of aan cliënten die zelfredzaam zijn en iets kunnen betekenen voor anderen. Er lopen voldoende talenten rond die ons goed kunnen helpen. Daar moeten we het gesprek mee aangaan en afspraken maken.”

“We willen bij Abrona mensen met een beperking een zo’n normaal mogelijk leven in onze samenleving bieden.”

Verandering vraagt lef en samenwerking

Een andere belangrijke verandering is het doorbreken van de ‘eilandjescultuur’. “Nu blijft een medewerker vaak jarenlang op één plek. Ik wil juist stimuleren dat collega’s over locatiegrenzen heen kijken en van elkaar leren. Wisselen van werkplek of functie moet normaal worden. De onderlinge samenwerking tussen teams moeten we vanzelfsprekender gaan vinden. Samen op zoek naar een nieuwe manier van samen werken. En laten we die voorbeelden die lukken, hoe klein ook, met elkaar delen en vieren.”

Aandacht voor medewerkers

Abrona investeert veel in werkgeluk en het aantrekken én behouden van goede medewerkers. “We hebben het onboardingsproces verbeterd, nieuwe collega’s krijgen een maatje, en we bieden volop kansen voor ontwikkeling. Ook het nieuwe roostersysteem helpt: het zorgt ervoor dat medewerkers meer kunnen werken op tijden die bij hen passen.”

Toch blijft het ziekteverzuim een hardnekkige uitdaging. “Als we dat met vijf procent kunnen terugdringen, creëren we ruimte om te investeren in innovatie. Daarom zetten we ook in op meer nabijheid in teams, met een nieuwe functie: de coördinerend begeleider. Die kan helpen om verbinding en aandacht terug te brengen in het werk.”

Toekomst met perspectief

Toke sluit af met haar dromen voor de toekomst. “Ik hoop dat de cliënten meer regie krijgen over hun leven en een betekenisvolle daginvulling hebben. Dat we technologie slim inzetten en dat cliënten ook elkaar helpen. En dat familie en sociale netwerken betrokken zijn, op een manier die past. Daarnaast hoop ik op voldoende duurzame woningen, zodat meer mensen zelfstandig kunnen wonen, met goede begeleiding. En bovenal: dat de medewerkers enthousiast blijven en zich erkend voelen in hun vak. Dat is waar het om draait. Daar word ik vrolijk van.”



Toke Piket
Raad van
Bestuur Abrona

Op zoek naar nieuwe wegen voor de zorg van morgen

Cliënten die zoveel mogelijk meedoen in de maatschappij, een oplopend tekort aan arbeidskrachten, steeds complexere zorgvragen én een slinkende berg met geld. Verandermanager Ageeth Wildeman zet de uitdagingen voor de gehandicaptenzorg helder neer. “Willen we de zorg kwalitatief hoog houden, dan moeten we anders werken, kijken en nadenken over de zorg. Dit vergt een gezamenlijke inspanning van alle betrokkenen.”

“We vragen medewerkers vaker ondersteuning te bieden met de handen op de rug.”



Het helpt dat Ageeth Abrona goed kent en al jaren in de zorg werkt; ze kent de betrokkenheid van de medewerkers die niet allemaal warmlopen voor nieuwe veranderingen, die bang zijn dat de zorg in gedrang komt. Wij mensen houden van vaste structuren. En dat geldt ook voor onze doelgroep. “Medewerkers weten ook wat veranderingen bij cliënten teweeg kan brengen.” “De zorg aan de mensen die we begeleiden

“Willen we de zorg kwalitatief hoog houden, dan moeten we anders werken, kijken en nadenken over de zorg.”



De uitdagingen waar de zorg in Nederland voor staat, zijn groot. Organisaties zoals Abrona staan voor een flinke opgave en dat vraagt om een proactieve aanpak. Daarom is Abrona gestart met het programma Versneld Veranderen. Sinds juni 2024 werkt Ageeth als verandermanager aan deze transitie. “Zo’n verandering begint met bewustwording,” zegt ze. “Veranderen is een zoektocht, dat zijn 1001 mini gesprekjes. Dat zijn kleine stapjes. Dit gaan we niet van bovenaf opleggen en doordrukken. Dat werkt niet. Wat wel werkt is mensen stimuleren, aanzetten en ruimte geven.”

staat voorop, dat benadruk ik elke keer. We willen allemaal dat de cliënt een goed leven heeft. Tegelijkertijd moeten we het met minder personeel, met minder geld en complexere problemen doen. Daar kunnen we niet voor wegkijken. We moeten hierop anticiperen.”

Dat vraagt om duidelijke uitgangspunten, zegt ze. Wat doet Abrona wel en wat niet. Waar zijn we van? Die beweging is al langer aan de gang. ‘Van zorgen voor, naar zorgen dat’.

Dat vraagt om een hele ommekeer. Belangrijke vragen daarbij: Wat kunnen cliënten zelf? Wat kan zorgtechnologie toevoegen? Wat kunnen familie, verwanten en vrijwilligers betekenen? Dit alles gaat over faciliteren, over eigen regie en stimuleren. Dat gaat over ruimte geven aan anderen en samenwerken met heel veel partijen.

Van zorgen voor naar zorgen voelt voor zorgprofessionals soms tegennatuurlijk, weet ze. “Onze medewerkers willen graag de ander helpen, ontzorgen. Het is fijn om koffie voor een cliënt in te schenken, maar het geeft hem of haar misschien een veel beter gevoel om het zelf te doen. De meerwaarde van eigen regie en verantwoordelijkheid is groot. Dit betekent nog meer naar de ontwikkelkansen van de mensen die we begeleiden te kijken. Ze zijn vaak ook heel trots wanneer ze van alles zelf kunnen of iets nieuws leren.”

Zorgrobot Tessa

Veranderen in de zorg gaat ook over technologische ontwikkelingen. Hoe kunnen bepaalde technologische hulpmiddelen cliënten zelfstandiger maken en medewerkers ontlasten? Ze noemt het voorbeeld van zorgrobot Tessa, een soort bloempot, die op een aantal woonlocaties van Abrona al wordt gebruikt. Tessa vertelt bewoners bijvoorbeeld dat ze op moeten staan, tanden moeten poetsen en hoe laat de deeltaxi komt.

Samen met het programmateam en managers brengt Ageeth als verandermanager het gesprek organisatiebreed op gang. “We sluiten bij teams aan om dit verhaal te vertellen. Teams gaan zelf aan de slag. We vragen medewerkers mee te denken en mee te doen. Er gebeuren al zoveel mooie dingen binnen Abrona, de kunst is om dat organisatiebreed uit te dragen, zodat we van elkaar kunnen leren.” Ze vertelt over een medewerker die een cliënt de was heeft leren doen. Hij gaat hem nu leren strijken. “Daar heeft hij tijd voor vrijgemaakt, maar dat geeft uiteindelijk dat de cliënt zelf veel voldoening en het levert de medewerker tijdswinst op.”

Familie en vrijwilligers

Deze transitie betekent een hele ommezwaai. Voor cliënten en medewerkers, maar ook voor familie en verwanten. “Het afgelopen half jaar hebben we ingezet op de dialoog met ouders en familie. We hebben ze verteld waar we mee bezig zijn. Dat waren niet altijd makkelijke gesprekken. ‘De zorg wordt minder, is de reactie van ouders, toch snel.’”

We hebben hier ouders die veertig jaar terug hun zoon of dochter hebben gebracht en toen nog te horen kregen ‘blijf de eerste zes weken maar even weg, de kinderen moeten even onthechten.’ Veel is sindsdien veranderd. “En nu doen wij dit appèl op dezelfde ouders, die inmiddels misschien al tegen de tachtig zijn, om meer te doen? Er zijn ook ouders en familieleden die al heel veel doen”, ziet ze. Ze vertelt over de zus van een bewoner die een dag per week in de locatie ‘meedraait’ en medewerkers ondersteunt.

Ook de vrijwilligers van Abrona worden meegenomen in het hele proces. “We koesteren onze vrijwilligers die zo’n belangrijke rol spelen in de zorg. We vragen hen ook om mee te denken over deze nieuwe ontwikkelingen.”

“Veranderen is puzzelen
en we weten nog niet
hoe die puzzel eruit ziet.”



Ze steekt haar vinger op. “Dit alles is en blijft maatwerk. Wat voor die ene cliënt werkt, is voor een andere cliënt misschien een brug te ver. We gaan niet zomaar alles uitrollen. We vragen onze medewerkers vooral om anders te kijken, om soms zorg te verlenen met de handen op de rug. Veranderen is puzzelen en we weten nog niet hoe die puzzel eruit gaat zien. Maar het begint met een gesprek en goed luisteren. Waar zit de energie? Pas nog boden ouders op zo’n bijeenkomst aan om een keer per week te komen koken op de groep.”

Die hele puzzel heeft tijd nodig, zegt ze. “We kunnen niet harder dan we gaan. Niet op alle locaties zijn we al met cliënten in gesprek gegaan over de veranderingen die op ons afkomen. Dat is een volgende stap. Het is een hele opgave waar we voor staan, maar ik heb veel vertrouwen in onze mensen en in de zorg.” “Dit is geen tijdperk van verandering, zegt een collega altijd, maar de verandering van een tijdperk.”



Familiebijeenkomst Valkenier Maarssen



Familiebijeenkomst Valkenier Maarssen

Een avond vol verbinding en betrokkenheid

Wat een bijzondere familiebijeenkomst bij de Valkenier! Samen met familieleden en begeleiders gingen we in gesprek over hoe we **nóg** meer kunnen betekenen voor de bewoners. Meer dan 40 ouders, familieleden en verwanten dachten mee over manieren om betrokken te zijn en hoe zij kunnen bijdragen aan het dagelijks leven in de Valkenier.

Mieke Knijff, lid van de familieraad, deed een warme oproep: “Laten we samen kijken naar wat wél kan en de schouders eronder zetten.” Inspirerende initiatieven, zoals het gebruik van technologie en slimme tijdsbesparing in de begeleiding, laten zien hoe we de zorg verder kunnen versterken. Haar boodschap sluit goed aan bij de uitdagingen waar de gehandicaptenzorg en Abrona voor staan. Om de kwaliteit van zorg te behouden, moeten we anders kijken, denken en werken – een gezamenlijke inspanning van iedereen die betrokken is.

Tijdens de avond kwamen tal van ideeën naar voren, die meteen op papier werden gezet: van het opknappen van de tuin en hal tot samen wandelen, koken of het organiseren van gezellige activiteiten. Elke bijdrage, hoe klein ook, maakt een verschil! Ook praktische initiatieven kregen vorm, zoals een activiteitenkalender en het inzetten van WhatsApp-groepen om verwanten beter te betrekken.

Samen bouwen we aan een hechte, betrokken gemeenschap waarin iedereen op zijn of haar manier iets kan betekenen.

Vrijwilligersbijeenkomsten december 2024 | Samen in gesprek

Bij Abrona spelen vrijwilligers een belangrijke rol. Met hun inzet maken zij dagelijks een verschil in het leven van de cliënten. Om hen te bedanken en te inspireren, organiseerden we in december vier bijzondere vrijwilligersbijeenkomsten. Deze bijeenkomsten stonden in het teken van ontmoeting, verbinding en waardering.

De bijeenkomsten vonden plaats op vier Abrona-locaties: Boerderij Bossewaard, De Valkenier, MOOI en De Villa (Dienstencentrum). Tijdens de bijeenkomsten konden vrijwilligers deelnemen aan creatieve workshops en kennissessies over belangrijke thema's zoals Triple C, autisme en Werken in de driehoek.

Naast de workshops gingen we in gesprek over actuele uitdagingen in de zorg, zoals het personeelstekort en maatschappelijke ontwikkelingen. Ook hebben we samen gekeken naar de toekomst: hoe kan het informele netwerk een grotere rol spelen, en wat kunnen vrijwilligers hierin betekenen? Er werden veel waardevolle tips en ideeën gedeeld, die we meenemen in onze plannen.

Elke bijeenkomst werd afgesloten met een kleine, met liefde gemaakte attentie van onze cliënten als blijk van waardering. Deze persoonlijke touch zorgde voor mooie reacties en liet zien hoe belangrijk de samenwerking is tussen vrijwilligers, cliënten en medewerkers.

[Bekijk hier de sfeervideo van de bijeenkomsten.](#)



“Ik voelde me welkom. Er was aandacht voor iedereen en er werd door een cliënt een prachtig gedicht over het belang van vrijwilligers voorgelezen.”



Vrijwilligers en collega's tijdens vrijwilligersbijeenkomsten



Familie in beeld

De vijftigjarige Maaïke Knappstein woont al zo'n tien jaar bij de Uranushof in Huis ter Heide. Haar moeder Jos Knappstein helpt op de locatie mee waar dat mogelijk is. Ze doet het met veel plezier. “Ik vind het belangrijk dat ik als moeder betrokken ben bij de locatie waar mijn dochter woont, maar er moet wel een scheidslijn zijn. Familie moet niet op de stoel van de medewerkers gaan zitten.”

Het zijn vooral de hand-en-spandiensten die Jos doet. “Het werk waar de medewerkers niet aan toekomen”, legt ze uit. Bijvoorbeeld het verstelwerk aan de kleren van de bewoners van de Uranushof. “Het kleine verstelwerk hoor, zoals het aanzetten van knoopjes of het dichtnaaien van scheuren”, vertelt ze. Daarnaast vouwt ze de was op. En ze ruimt de kamer en de kledingkast van haar dochter op, gaat met haar wandelen of ze legt een puzzeltje.

Scheidslijn

Dat ze meehelpt vindt Jos niet meer dan logisch. Zo is ze betrokken bij het leven van haar dochter en kan ze de medewerkers ontlasten. “Medewerkers hebben het heel druk en er zijn veel invallers vanwege personeelstekorten.” Jos vindt wel dat er verschil moet blijven in het werk van de medewerkers en het werk van de familie. “Familie moet niet gaan mee zorgen.

Dat is het vak van de professional. Natuurlijk kan ik meedenken, vragen of ze hulp nodig hebben en het aangeven als mij iets opvalt, maar ik wil hen daarin niet voor de voeten lopen. Het komt er vooral op neer dat we samen kijken wat ik kan doen.”

Pannenkoeken

Jos zit nu ook al zo'n acht jaar in de familieraad van de Uranushof. “We organiseren een keer per jaar een pannenkoekenfeest waarbij een bakker uit de buurt komt pannenkoeken bakken. Het is een groot feest voor medewerkers, bewoners, familie en vrijwilligers. Ook organiseren we een keer per jaar een barbecue en met Pasen schilderen we eieren.” Jos heeft er plezier in om te helpen op de Uranushof. Bovenal wil ze graag van betekenis zijn voor haar dochter, de andere bewoners en de medewerkers. En dat wordt gewaardeerd.



Dochter Maaïke en moeder Jos

Waardering voor de onmiskenbare rol van mantelzorgers bij Abrona

Maar liefst vier miljoen Nederlanders zorgen structureel voor een naaste. Mantelzorgers zijn van onschatbare waarde in de zorg. Ook voor Abrona. Ze spelen een cruciale rol in het dagelijks leven van de cliënten die hier wonen. Dat doen zij uit liefde en verantwoordelijkheidsgevoel. Zo maken zij een verschil voor hun naasten. Dat blijkt uit de verhalen van mantelzorgers Walter, Frans en de zussen Dini en Marian. Zij vertellen over de zorg voor hun naasten Dominic (42), Gijs (71) en Theo (71).

Wat opvalt in de verhalen van deze mantelzorgers is de toewijding waarmee zij hun rol vervullen én de erkenning voor de zorg die hun naasten ontvangen van de begeleiders bij Abrona. Dini: “De medewerkers van Abrona hebben zoveel geduld en liefde voor onze dierbaren”. Het werk van de begeleiders bij Abrona is dan ook onmisbaar, maar zonder de inzet van mantelzorgers zou het niet hetzelfde zijn. Dini: “Het is zo belangrijk voor de cliënten dat ze gezien en geliefd worden door hun naasten.”

Op pad met de brommobiel

Walter gaat elk weekend met zijn zoon Dominic op pad. “Op vrijdagmiddag haal ik hem op bij fitness en dan gaan we het weekend samen op pad met de brommobiel: samen boodschappen doen en op visite bij Dominics broer, oma, tantes of vrienden. En op zondag heeft hij regelmatig een paardrijwedstrijd. Ik zie de zorg voor Dominic niet als een opoffering, ook al moet ik natuurlijk rekening houden met mijn eigen afspraken. Ik haal er voornamelijk voldoening uit om mijn zoon te ondersteunen. Ik geniet ervan als hij gelukkig is. Mijn vrouw is acht jaar geleden overleden, toen stond ik er alleen voor. Daarom ben ik blij met de steun van mijn schoonzus. Zij helpt onder andere bij beslissingen die ik moet nemen over Dominic.”

Samen beeldbellen

Frans is mantelzorger voor zijn broer Gijs. “Ik ben zijn enige broer, dus ik voel me verantwoordelijk voor hem”, vertelt hij. “Omdat ik ver weg woon, hebben we twee keer in de week contact via beeldbellen. Deze gesprekken duren niet zo lang en verlopen altijd hetzelfde, maar zo probeer ik toch nog bij te dragen aan zijn kwaliteit van leven. Ik merk dat Gijs ouder wordt en zijn

spanningsboog steeds kleiner. Vroeger vond hij het leuk om samen dingen te ondernemen, zoals een weekend kamperen of een nachtje naar een hotel. Dat is nu allemaal te veel voor hem. Nu blijft het beperkt tot samen een pannenkoek eten. Wat ik voor hem kan doen, om zijn kwaliteit van leven zo veel mogelijk te bevorderen, doe ik met liefde.”

Elke zaterdag bezoek

Dini ondersteunt samen met haar zus Marian hun jongere broer Theo die al 52 jaar bij Abrona woont. Dini: “Als oudste meisje uit een gezin van 10, hielp ik mijn moeder altijd al bij de zorg voor Theo. Ik vond dat vanzelfsprekend. Nu ik 82 ben, heb ik mijn jongste zus Marian gevraagd bij te springen. Omdat zij ver weg woont, regelt zij praktische zaken zoals de financiën en bestelt ze Theo's kleding. Ik ben er voor de hand- en spandiensten. Op zaterdag gaat er altijd iemand uit de familie op bezoek bij Theo. Dan zit hij al voor het raam te wachten, hij is zó dol op zijn familie. Marian heeft nu een rooster gemaakt voor deze bezoeken en ook onze schoonzussen, van onze overleden broers, gaan trouw bij hem langs. Dat vind ik zo mooi! Mensen realiseren zich niet altijd hoe belangrijk het is om gezien en geliefd te worden.”

Dankbaar voor mantelzorgers

Op de Dag van de Mantelzorg willen we alle mantelzorgers bedanken voor hun immense bijdrage. Zij dragen bij aan het welzijn van hun naasten, vaak zonder dat ze het zelf altijd merken. Het is belangrijk dat we deze rol erkennen en waarderen, niet alleen op 10 november, maar het hele jaar door. De zorg van mantelzorgers is van onschatbare waarde.

“Vraag verwanten en vrijwilligers waar ze goed in zijn”

Op locatie Binnenbos wonen 42 cliënten met een licht verstandelijke beperking. Bij de ondersteuning betrekken de begeleiders Judith en Wendy waar mogelijk verwanten en vrijwilligers. Zo vragen ze hen wat ze graag doen en laten weten welke taken er liggen. ‘We denken in mogelijkheden en genieten van de kleine succesjes.’

‘Onze cliënten hebben een ondersteuningsplan’, vertelt Judith. ‘Hierin staat bijvoorbeeld hoe je begeleid wil worden. In dit plan proberen we al taken van verwanten zoveel mogelijk in te bedden. Deze ondersteuning is erg fijn voor ons als begeleiders. Want soms sta je in je eentje op de groep en moeten er bijvoorbeeld twee bewoners naar de dokter. Dan is het fijn als familie of iemand anders mee kan gaan. Verwanten en vrijwilligers kunnen overigens bij van alles ondersteunen. Zo kookt hier iemand elke week voor twee groepen. En de vader van een van de bewoners helpt om de twee weken met het schoonmaken van zijn appartement. Dat is heel erg fijn.’

Behoud vrijwilligers

‘Nieuwe vrijwilligers werven is best moeilijk’, vervolgt Wendy. ‘We zetten dus zoveel mogelijk in op het behoud van de vrijwilligers die we al hebben. Onze collega Sylvia is daar heel erg goed in. Zij kent iedereen, weet wanneer iedereen jarig is of een jubileum heeft en ze voert veel gesprekjes met mensen. Verwanten en vrijwilligers voelen zich dan echt gezien. Ook is het belangrijk om te vragen waar iemand goed in is. Dan kom je soms op ideeën waar je misschien niet specifiek een vacature voor had. Je moet weten wat ieders kwaliteiten zijn en waar iemand blij van wordt. We moeten vooral in mogelijkheden denken en genieten van kleine succesjes.’

Enquête vrijwilligers en verwanten

Om te inventariseren of er interesse is voor het ondersteunen bij verschillende activiteiten, stuurde het team van Binnenbos een enquête naar vrijwilligers en eerste contactpersonen van de cliënten. Judith: ‘We hebben vragen gesteld als: “wat kun je bieden?”. Bijvoorbeeld een bewoner naar een medische afspraak brengen of begeleiden met een uitje. De resultaten moeten we nog verwerken. Daarna willen we een soort database maken waarin we heel overzichtelijk kunnen zien wie we wanneer kunnen betrekken bij welke activiteit.’

Elkaar helpen

‘Ik vind het belangrijk dat cliënten het normale leven kunnen ervaren, dus ook leuke dingen kunnen doen met familie bijvoorbeeld’, vervolgt Judith. ‘Daarnaast is het belangrijk dat ze zelf van betekenis kunnen zijn’, vult Wendy aan. ‘Elkaar helpen door koffie in te schenken bijvoorbeeld. Een van onze cliënten heeft zelfs het mantelzorgcompliment gekregen, een erkenning voor de mantelzorger, omdat hij boodschappen doet voor een bewoner in dit gebouw. Dat zijn ook waardevolle dingen.’



Vrijwilligers maken het verschil

Van de maatjes die de cliënten een leuke dag bezorgen tot de mensen die vol enthousiasme helpen bij groepsactiviteiten of samen met de cliënten de tuinen bij de Abrona-locaties mooi groen houden: vrijwilligers zijn goud waard. Samen met de zorgprofessional vervullen ze een onmisbare rol en inspireren ze elkaar; een ontwikkeling die Abrona actief stimuleert. Adviseur informele zorg Anneke Ritzen neemt ons mee in de rol van het informele netwerk bij Abrona.

Schoonmaken en inspireren

“Begeleiders van locatie Binnenbos in Zeist hebben tijdens NLDoet de betrokken vrijwilligers en familieleden van cliënten uitgenodigd voor een grote schoonmaakdag, samen met de cliënten”, vertelt Anneke. “Dat werd een ontzettend leuke ontmoeting. Mensen leerden elkaar kennen en wisselden ervaringen uit. Zo vertelde één van de familieleden dat bij hen ieder weekend iemand wat gaat doen met de cliënt, van een kopje koffie drinken tot samen een stukje fietsen. Daar hadden ze een appgroep voor opgezet. Voor de cliënt is dat heel fijn: hij heeft mensen om zich heen en hoort erbij. Dat verhaal was heel inspirerend voor andere families.”

“Juist omdat vrijwilligers geen beroepskrachten zijn, weet de cliënt: hij komt zijn vrije tijd met mij delen, hij komt echt voor mij.”

De cliënt centraal

Het is een mooi voorbeeld van hoe het informele netwerk (vrijwilligers, familie, vrienden en burens van cliënten) het verschil maakt in het leven van een cliënt. Abrona stimuleert dan ook actief de samenwerking tussen de zorgprofessional en dat netwerk. “De cliënt staat daarin centraal: wie is hij en wat heeft hij nodig? Op basis daarvan geeft het netwerk om de cliënt heen de zorg vorm.”

Complexere zorgvragen

Een logische aanpak in een tijd waarin er minder zorgpersoneel is, de kosten oplopen en zorgvragen complexer worden. Anneke: “De cliënten worden bijvoorbeeld ouder. Daardoor gaan er lichamelijke hulpvragen spelen, naast de verstandelijke beperking.”

Van ‘zorgen voor’ naar ‘(samen) zorgen dat’

Abrona is bezig om op die ontwikkelingen in te spelen. “We gaan in plaats van ‘zorgen voor’ meer de focus leggen op ‘(samen) zorgen dat’”, legt Anneke uit. “Dat betekent dat we kijken naar wat de cliënt zelf kan en wat diegene kan leren. Maar ook naar hoe technologie en het informele netwerk kunnen ondersteunen en wat Abrona daaraan kan toevoegen.”

Dat vraagt soms om een omslag in denken, zegt Anneke. Een concreet voorbeeld: “Als een cliënt een nieuwe broek nodig heeft, zou de begeleider normaal gesproken gaan uitzoeken hoe ze die kunnen bestellen. Terwijl de begeleider ook binnen het netwerk op zoek kan gaan naar iemand die met de cliënt wil gaan winkelen.” Zo zorgt de inzet van het informele netwerk ervoor dat zorgprofessionals wat meer ruimte krijgen om zich in te zetten voor de cliënten met complexere zorgvragen.

Bijzondere rol

Maar nog belangrijker is dat de vrijwilligers op zichzelf een bijzondere rol vervullen in het leven van de cliënten, zegt Anneke. “Juist omdat vrijwilligers geen beroepskrachten zijn, weten de cliënten: hij komt zijn vrije tijd met mij delen,



Vrijwilliger Angelique met Clazien en Bastiaan

hij komt echt voor mij. Vrijwilligers hebben meer tijd om samen met de cliënten de activiteiten te ondernemen die voor hun belangrijk zijn. En de cliënt weet dat de activiteit die ze gepland hebben altijd doorgaan; een beroepskracht kan soms onverwacht worden weggeroepen of ergens anders nodig zijn.”

Pure winst

Anneke en de begeleiders van de locaties zoeken met de vrijwilligers echt naar een match. “Mensen willen op hun eigen manier bijdragen en hun kennis en vaardigheden inzetten; dat maakt het zo mooi. Daarom kijken we goed naar wat je kan bieden, wat je nodig hebt en waar je blij van wordt.” Mis je specifieke vaardigheden die je in je vrijwilligerswerk wel nodig hebt, dan is dat geen probleem, benadrukt ze. “We kijken samen met de vrijwilligers naar wat ze nodig hebben om hun werk te kunnen doen. Dat kan scholing zijn, zoals een cursus over autisme of epilepsie, of praktische tips.”

Ze vervolgt: “We kunnen er altijd wat moois van maken. En als een vrijwilliger doet waar hij goed in is en waar hij plezier aan beleeft, dan zie je de pure winst voor iedereen. De cliënt is blij met de extra aandacht, de begeleider heeft wat meer ruimte en de vrijwilliger haalt voldoening uit zijn werk, zodat hij met een glimlach naar huis gaat.”

Zijn jij en Abrona een match?

Ben je enthousiast geworden van Anneke's verhaal en lijkt het je leuk om vrijwilligerswerk bij Abrona te gaan doen? Bekijk dan de [vrijwilligerspagina](https://www.abrona.nl/vrijwilligerspagina). Of neem contact met ons op via vrijwilligers@abrona.nl.

“Als een vrijwilliger doet waar hij goed in is en waar hij plezier aan beleeft, dan zie je de pure winst voor iedereen.”



Afscheid van de BraZZerie: een bijzondere tijd

Op vrijdag 19 juli 2024 sloot de BraZZerie voorgoed haar deuren. Met een eindfeest op 12 juli werd een bijzondere periode afgesloten en namen medewerkers en assistent-medewerkers afscheid van elkaar. Ouders, begeleiders en de omwonenden waren uitgenodigd op de laatste officiële dag. Zo kon iedereen afscheid nemen van deze mooie plek.



Werkzaamheden in BraZZerie Bakkerij Abrona

Op vrijdag 12 juli vond het grote eindfeest plaats voor alle assistent-medewerkers en medewerkers. Ondanks het slechte weer was de opkomst heel goed. Eerst werden alle assistent-medewerkers bedankt. De begeleiders hadden voor iedereen een kort gedichtje gemaakt. Een voor een werden de assistent-medewerkers naar voren gevraagd en werd het gedicht voorgelezen. Ook medewerkers en vrijwilligers zijn uitgebreid bedankt voor hun inzet.

Er waren diverse buitenactiviteiten gepland, en gelukkig klaarde het weer na 15:00 uur op. Ook binnen was er vanalles te doen. De middag werd afgesloten met een barbecue buffet. 's Avonds gingen de voetjes van de vloer op een verlichte discovloer waar een DJ zorgde voor een feestelijke afsluiting. Alles was tot in de puntjes verzorgd door de medewerkers, die ondanks dat sommigen al uit dienst waren, er een prachtige middag en avond van maakten.

In de week na het eindfeest bleef de BraZZerie nog open voor de lunch. Op vrijdag 19 juli werden voor de laatste keer alle buurtbewoners, ouders van assistent-medewerkers en andere betrokkenen uitgenodigd om samen de deur te sluiten. Tijdens deze bijeenkomst werden herinneringen opgehaald en werd er afscheid genomen van deze bijzondere plek.

Voor alle assistent-medewerkers is inmiddels een nieuwe werkplek gevonden. Van de 17 medewerkers zijn er 14 uit dienst gegaan. Voor twee medewerkers wordt nog naar een passende oplossing gezocht. Een van de koks heeft besloten een zorgopleiding te volgen en heeft een nieuw contract bij Abrona gekregen.

De BraZZerie kijkt terug op een periode vol mooie momenten en bijzondere ontmoetingen. Het team is dankbaar voor de tijd die zij daar hebben gehad en voor de ondersteuning van iedereen die betrokken was.

VGU Dashboard: van complexe zorgvragen naar passende zorg

Op 15 mei is het VGU Dashboard gelanceerd. Dit is een digitaal hulpmiddel dat helpt om beter zicht te krijgen op wachtlijsten en beschikbare plekken bij zorgaanbieders in de regio Utrecht. Zo kunnen we sneller en beter zorgvragen en zorgaanbod bij elkaar brengen.

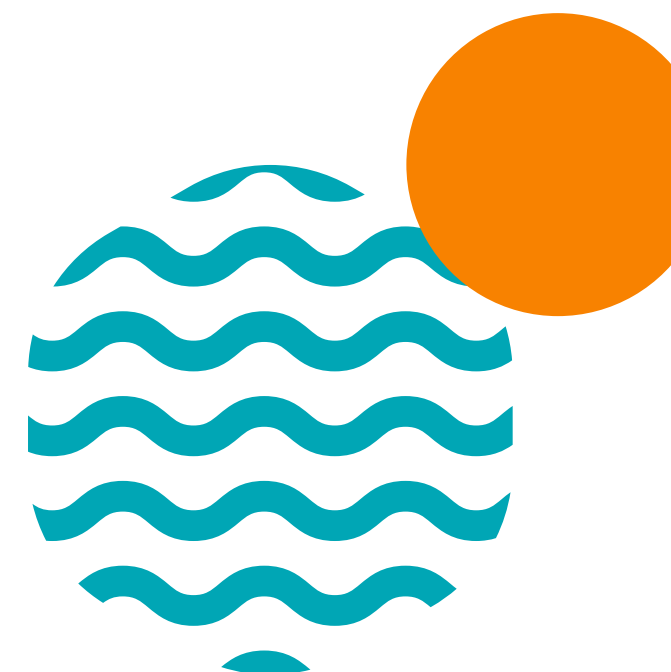
Veel mensen met complexe zorgvragen vinden niet de juiste zorg omdat er geen passende plek voor hen is. Dit komt niet alleen door een gebrek aan beschikbare plekken, maar ook door het moeizame proces van instroom, doorstroom en uitstroom van cliënten met complexe zorgvragen.

De Vereniging Gehandicaptenzorg Utrecht (VGU) heeft daarom een dashboard laten maken. Dit dashboard helpt om sneller een passende plek te vinden voor cliënten. Onze bestuurder Toke Piket over het VGU Dashboard:

Toke: “Door het verkrijgen van een beter overzicht van cliënten met complexe zorgvragen verspreid over verschillende organisaties binnen de VGU, ontstaan er meer plaatsingsmogelijkheden voor cliënten. Daardoor wordt ook de doorstroom bij complexe zorgvragen bevorderd. Als we het in de breedte met alle organisaties invoeren, vergroten we de mogelijkheden nog meer.”

Met de komst van het dashboard hebben we veel inzicht in de wachtlijsten en open plekken. We kijken niet meer alleen naar de zorgindicatie, maar ook naar andere wensen en voorwaarden om de beste plek voor cliënten te vinden. Het dashboard geeft ook waardevolle informatie aan de organisaties om problemen op te lossen. We hebben hiermee een tastbaar resultaat bereikt en leggen een sterke basis voor verdere ontwikkeling van het overzicht van wachtlijsten voor cliënten met een complexe zorgvraag.

Abrona maakt deel uit van van de koplopergroep, samen met Sherpa, Leger des Heils, Reinaerde, Lievegoed, De Tussenvoorziening en Fivoor. Het dashboard is een initiatief vanuit het project Complexe Zorg van de VGU.



Linda's verhaal: "Ik leer steeds meer mijn kwaliteiten te zien."

Jolanda is ambulant begeleider bij Abrona. Elke week komt ze bij Linda thuis en werken ze samen aan stabiliteit, persoonlijke groei en balans. Linda is langzaam lerend, heeft te kampen met Borderline en is slachtoffer van partnergeweld. Maar bovenal is ze een enthousiaste dame die enorme stappen heeft gemaakt in haar weg naar herstel.



Linda aan het werk bij Buurkracht, met burgemeester en minister

In 2016 begon Linda na een gewelddadige relatie aan een intensief traject van 5 jaar in de GGZ. Hoewel ze in haar therapieën veel tools heeft gekregen, kost het veel tijd om zich deze eigen te maken. Jolanda ondersteunt haar daarbij. Stap voor stap. "Ik geef Linda de tijd, ruimte en erkenning", vertelt ze. "Daarnaast werk ik vanuit

gelijkwaardig. Cliënten kennen mij als mens, niet alleen als professional. Ik laat ze zien dat ook mijn leven ups en downs kent. Dat helpt om echt verbinding te maken."

Grenzen leren aangeven

Voor Linda is Jolanda meer dan een begeleider. "Bij Jolanda kan ik alles kwijt," zegt ze. "Als het even écht slecht met mij gaat, dan bespreek ik dat met haar en luistert ze zonder oordeel." Linda heeft door de jaren heen veel geleerd van Jolanda, vooral over het aangeven van grenzen en het nemen van tijd voor zichzelf. "Jolanda roept al drie jaar dat ik tijd nodig heb, en nu begrijp ik eindelijk wat ze bedoelt", vervolgt Linda. "Ik weet nu bijvoorbeeld dat het belangrijk voor mij is om mij af en toe terug te trekken om mijn batterij op te laden. Of als het mij even te veel is, niet de gordijnen dicht te trekken, maar een rondje door het park te lopen met mijn hond Sascha."

Complimenten aannemen

Ook heeft Linda geleerd om milder naar zichzelf te kijken", vervolgt Jolanda. "Complimenten aannemen ging haar bijvoorbeeld moeilijk af, dat gaat nu een stuk beter. Linda groeit van gemeente complimenten. Ze leert steeds meer haar kwaliteiten te zien. Maar betaald werk is voor Linda nog een stap te ver. Daarom doet ze nu vrijwilligerswerk bij Buurkracht. Met 6 andere vrijwilligers loopt ze door de wijk waar ze aanspreekpunt is voor van alles en nog wat.

Ook is ze aanwezig bij sollicitatiegesprekken met potentiële medewerkers van Abrona. En ze heeft een rol in de medezeggenschap binnen de ambulante zorg van Abrona. "Het is belangrijk dat de cliënten die ambulante zorg krijgen ook hun stem kunnen laten horen", legt Jolanda uit.

Ervaringsdeskundige

"Ik zou uiteindelijk wel weer in de detailhandel willen werken", vertelt Linda, "dat heb ik eerder ook gedaan. Of bij een bakkerij. Ook heb ik ouderen gereden bij Connexxion. Mijn droom is om ervaringsdeskundige te worden, maar dan moet ik 1 dag in de week naar school en 20 uur stage lopen. Dat is voor nu nog even te veel." Jolanda: "Linda kan anderen heel goed uitleggen hoe je met borderline omgaat. Ze laat zien dat herstel mogelijk is, al is het met vallen en opstaan. Elke dag is weer een nieuwe kans."



Linda bij Buurkracht

Fabrice: ‘Oké, dan ga ik bij jou én bij Tivoli Vredenburg werken’

Met zijn grote postuur lijkt hij wel wat op Virgil van Dijk, de verdediger in het Nederlands elftal. Als je dat tegen Fabrice zegt, glundert hij. Want hij houdt van voetbal. PSV is zijn topclub en zelf speelt hij ook als verdediger bij de zaterdagvoetbalclub V.V. Woudenberg. Zijn droom is om een keer naar een wedstrijd van PSV te gaan of in de PSV-spelersbus te zitten. Maar dromen blijven vaak dromen.

Het geweld ontvlucht

Fabrice is geboren in Rwanda. Toen hij 3 jaar oud was, ontvluchtten zijn ouders met hun gezin het geweld in hun geboorteland. Nu is hij 29 jaar en woont hij zelfstandig in het Huis van Leusden. “Mijn ouders en broers wonen ook in Leusden.”

Uitgaan en rapmuziek vindt hij ook geweldig. “Ik zal je wat laten horen.” Op YouTube laat hij een video zien van de band P-square: stoere donkere mannen met zonnebrillen en dansende dames op de achtergrond. “En ik spreek graag af met mijn vrienden. Dan gaan we uit in Woudenberg. Of ze komen bij mij thuis een biertje drinken.”

Dromen aanpassen

Zouden we hem afbeelden in woorden, dan zijn vrijheid, zelfstandigheid en gezelligheid echt helemaal Fabrice. Hij is blij dat hij met de fiets of de bus kan gaan en staan waar hij wil. Als het medisch mogelijk was geweest, zou hij zelf achter het stuur van de bus of de auto zitten. Het was een grote teleurstelling toen hij hoorde dat dit voor hem niet mogelijk was. Maar Fabrice zette zich over zijn teleurstelling heen en ging na zijn schooltijd werken in de horeca. Eerst bij De Kleine Schans in het Cultuurhuis Woudenberg. Nu in het café van QliChef in het gemeentehuis van Leusden.

Bedienen is véél leuker

QliChef is de plek waar inwoners van Leusden en medewerkers van het gemeentehuis lekker komen socializen of komen werken met gratis koffie. Fabrice maakt onderdeel uit van het team van cateraar Demian. Hij is erg trouw en zelden ziek of te laat. Het lukt hem om ’s morgens zelfstandig op te staan en op tijd op zijn werk te zijn. Zijn persoonlijk begeleider is trots op

Fabrice, op zijn grote mate van zelfstandigheid. Fabrice heeft hier verschillende taken. “Broodjes beleggen in de keuken, smoothies maken en uitsmijters bakken, de gasten bedienen en afwassen.” Heeft hij een keer afwasdienst, dan probeert hij daar het liefst onderuit te komen. “Bedienen is véél leuker!”

Werken met jonge mensen

Fabrice werkt secuur. Tussendoor maakt hij graag een grapje met zijn collega’s en de gasten. Of hij nog lang bij QliChef zal blijven is maar de vraag. “Ik wil graag in de horeca bij Tivoli Vredenburg werken. Leuk, bij al die jonge mensen die genieten van muziek en die aan het feesten zijn!” Via Amerpoort zou dat misschien mogelijk zijn want daar werkt al een groep. “Ik ben er al een keer geweest.” Demian van QliChef zou hem gaan missen. “Fabrice past helemaal in ons bedrijf, waar we trots zijn op onze manier van maatschappelijk ondernemen.” Fabrice komt met een tussenoplossing. “Oké, dan ga ik bij jou én bij Tivoli Vredenburg werken.”

Rust nodig

Een betaalde baan? Fabrice zou het wel willen. Maar hij loopt dan tegen zijn beperkingen aan. “Ik heb voldoende rust nodig in mijn hoofd. In een betaalde baan geeft mij al gauw te veel stress. Dan is het niet leuk meer.” Hij is blij met de mogelijkheden die hij krijgt bij QliChef en misschien bij Tivoli Vredenburg.

Fysiotherapie: “Vertrouwen als basis voor zelfstandigheid”

David en Stijn zijn fysiotherapeuten bij Abrona. Naast hulp bij bewegingsklachten, ondersteunen zij cliënten om mobiel te blijven en de dagelijkse dingen zoveel mogelijk zelf te kunnen doen. ‘In ons werk moet je goed kunnen observeren en puzzelen wat er precies met een cliënt aan de hand is. Een goede band opbouwen is daarbij erg belangrijk.’

‘Stijn en ik werken in een team van 11 mensen: 8 fysiotherapeuten, 2 medewerkers fysiotherapie en een ergotherapeut’, vertelt David. ‘De uitdaging in ons werk is om erachter te komen wat er aan de hand is met een cliënt. We werken daarom nauw samen met andere specialisten en behandelaars en werken vanuit de verbinding met de cliënt. Dat heeft soms tijd nodig, maar maakt het werk wel extra leuk! Is er sprake van autisme, dan kijk je bijvoorbeeld of een bepaalde structuur belangrijk is. Je kunt ook inspelen op iemands hobby’s. We houden het contact altijd luchtig en speels.’

Functionele oefeningen

Binnen ons team komen cliënten met verschillende klachten. Stijn en ik zien vooral cliënten met aangeboren hersenletsel zoals cerebrale parese (CP). De oefeningen die we doen, zijn vaak functioneel. Bijvoorbeeld lopen, traplopen, oefeningen in zit, fietsen en pull ups. En we kijken breder: hoe zit je? Heb je de juiste rolstoel? Heb je een goed bed waar je zelfstandig mee overweg kan? Hoe zit je thuis met eten, etc. Het doel is altijd dat de cliënt iets zelfstandig kan doen of blijven doen.’

Balans en kracht

Stijn: ‘Eén van onze cliënten (zie foto) heeft CP, haar spieren maken onwillekeurige bewegingen. Hierdoor zit ze in een rolstoel met hoofdbediening. Met haar trainen we balans en kracht. Daardoor kan ze nu veel makkelijker zelf op de rand van haar bed gaan zitten. Haar ouders kunnen haar nu makkelijker helpen met aankleden. Dat geeft haar eigenwaarde en kwaliteit van leven. Ook zien we cliënten met balansproblemen. Zo train ik nu met een cliënt op balans en coördinatie. Het gaat nu stukken beter met hem, hij is zijn balans niet meer kwijtgeraakt. Dat is wat je wilt: dat iemand niet meer valt.’

Valpreventie

De laatste jaren zijn we ook de preventie ingedoken. Zo is David begonnen met de training ‘Vallen verleden tijd’ om te voorkomen dat cliënten vallen als ze ouder worden en hun heup breken. We doen een hindernisparcours met allerlei obstakels die je op straat kunt tegenkomen: losliggende stoeptegels, gras en op- en afstapjes. Daarnaast geven we valtraining en krijgen de cliënten stabiliteitsoefeningen. We zien nu al dat cliënten meer zelfvertrouwen en kracht krijgen door deze oefeningen. En nog belangrijker; dat geven ze zelf ook aan. Ze lopen nu met meer zelfvertrouwen.’

Samenwerking

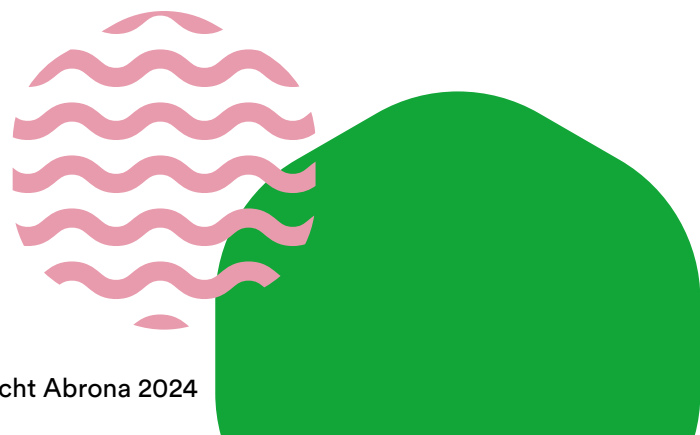
De fysiotherapeuten bij Abrona overleggen veel met begeleiders en verzorgers van de cliënten. David: ‘Zij moeten het aangeleerde helpen in de praktijk te brengen. We hebben soms dagelijks contact met de begeleiders en ook met de artsen en gedragsdeskundigen. Ook werken we heel veel samen met de ergotherapeut en soms met de bewegingsagoog.’ Stijn: ‘We hebben hier ook de ruimte om te overleggen met iedereen en samen te zoeken naar de beste manier om iemand te helpen. Het gaat uiteindelijk om het leven van de cliënten en ervoor te zorgen dat ze zo goed mogelijk functioneren.’

Vertrouwensband

Ik werk hier al 22 jaar en sommige cliënten zie ik al bijna 20 jaar. Je bouwt echt een band op en krijgt veel vertrouwen. Dat helpt je om verder te komen in je werk met de cliënt. David: ‘De band die je opbouwt met de cliënten vind ik het leukst. En ook het puzzelen naar wat er aan de hand is en op een speelse manier gaan oefenen. Je hebt soms jarenlang een traject met iemand en dan uiteindelijk zie je dat het werkt!’



Fysiotherapeuten David en Stijn met cliënt



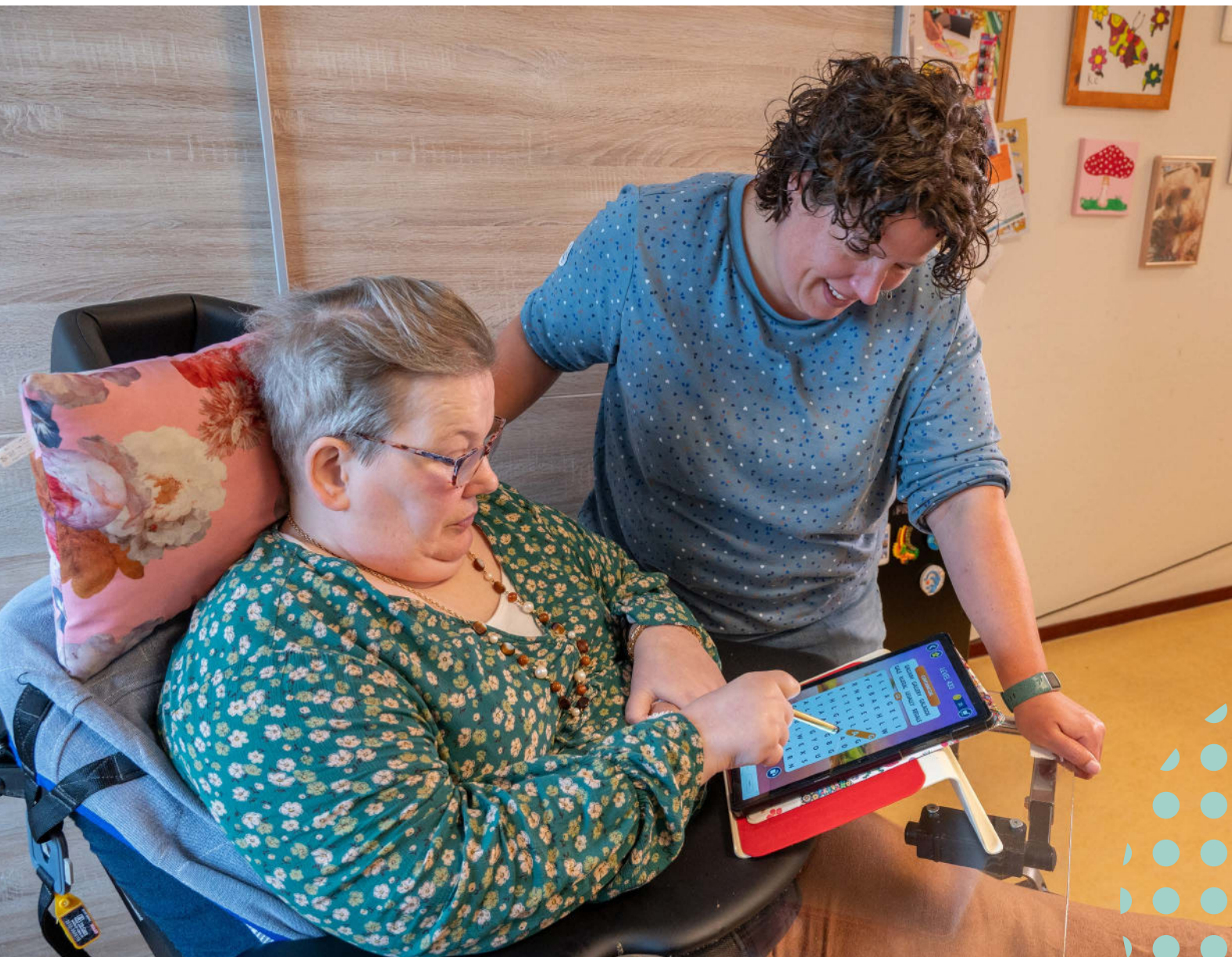
Ergotherapie: “Een simpele oplossing levert al veel vrijheid op”

Inge werkt als ergotherapeute bij Abrona. Ze geeft advies over hulpmiddelen aan cliënten en vraagt ze aan. Het zijn altijd oplossingen die cliënten helpen om zelfstandiger mee te kunnen doen aan het normale leven. Geen vraag is te gek, volgens Inge. Haar werk vergt dan ook maatwerk en creativiteit. ‘Een simpele oplossing kan al vrijheid opleveren voor de cliënt.’

Zelfstandig eten, douchen en naar je werk gaan. Voor de meeste mensen vanzelfsprekend, maar niet voor de cliënten die begeleiding krijgen van Abrona. Terwijl ook zij zo zelfstandig mogelijk deel willen nemen aan het normale leven. Inge helpt hen hierbij door goed te kijken naar de behoefte van de cliënt en waar zij mee kan helpen. Zo geeft ze advies over vervoersmiddelen: een rolstoel, driewieler of scootmobiel

bijvoorbeeld. En over badkameraanpassingen en hulpmiddelen voor eten en drinken. Ook denkt ze in samenwerking met de fysiotherapeuten mee over zit- en houdingsproblematiek. ‘De oplossingen zijn nooit standaard’, vertelt Inge. ‘Daarom ga ik altijd naar de cliënt toe en denk creatief mee.’

Ergotherapeut Inge met cliënt



Zelfstandig naar je werk

‘Met een rolstoel, driewielfiets of eenscootmobiel kunnen cliënten bijvoorbeeld zelfstandig naar hun werk’, vervolgt Inge. ‘Ik kijk dan samen wat voor type iemand nodig heeft en doe dan een aanvraag bij het zorgkantoor. Daarnaast komt er natuurlijk ook een stukje begeleiding kijken: hoe gebruik je het vervoersmiddel?’

Omdenken

‘Soms vergen de wensen van cliënten wel een beetje omdenken. Bijvoorbeeld als iemand persé een rode rolstoel wil. Maar ik ben afhankelijk van het aanbod van het zorgkantoor, dan heb ik misschien de perfecte rolstoel gevonden voor deze cliënt, maar heeft ie een andere kleur. Dan denk ik wel mee in het eigen maken van de rolstoel. Zo zijn er bijvoorbeeld spaakbeschermers beschikbaar in alle kleuren en prints: van formule 1 velgen tot bloemenpatronen.’

Douchen zonder hulp

Inge denkt ook mee over aanpassingen in de badkamer. Inge draagt een mooi voorbeeld aan dat laat zien dat het nooit om standaardvragen en -oplossingen gaat. Inge: ‘Een van de cliënten kon zelfstandig douchen maar moest altijd de begeleiding erbij roepen omdat ze de shampoo-fles niet goed kon indrukken. We hebben dit relatief simpel kunnen oplossen met een dispenser waar je je hand onder houdt en er een toefje shampoo uitkomt. Nu kan ze helemaal zelfstandig douchen! Een simpele oplossing levert zo veel vrijheid op.’

Creatief blijven

‘Ik heb ook een cliënt (zie foto) die rolstoelafhankelijk is en moeite had met de fijne motoriek, vervolgt Inge. ‘We zijn we arm- en grijpoefeningen gaan doen. Nu kan ze zichzelf weer verplaatsen in de rolstoel en naar haar werk rijden. Ook hebben we gekeken naar oefeningen zodat ze zelf de tv kan bedienen. Dat bleek uiteindelijk heel gemakkelijk te kunnen met de telefoon of tablet. En omdat ze erg creatief is, maar tekenen met een potlood op papier niet meer lukte, kleurt ze nu mandala’s met een pennetje op de tablet. Ze is daar heel erg blij mee!’

Soms juist wel hulp

‘En soms kijk je waar een cliënt juist beter wél beter hulp bij kan krijgen van een begeleider, zodat iets anders wél zelfstandig lukt. Als een cliënt bijvoorbeeld heel veel moeite heeft om zijn schoenen zelf aan te trekken en vervolgens te moe is om nog naar zijn werk te lopen. Dan is het misschien praktischer als de begeleiding toch even helpt waardoor de cliënt genoeg energie overhoudt om op zijn werk te komen. Dat zijn allemaal afwegingen die je met elkaar maakt.’

Groen vinkje

‘Mijn werk brengt mij veel vrijheid en plezier’, besluit Inge. ‘Ik kan veel tijd doorbrengen met de cliënten die ik begeleid. Ik word vooral blij als ik een groen vinkje zie van het zorgkantoor. Dat betekent dat een hulpmiddel vergoed wordt en ik dus de juiste argumenten heb aangedragen waarom een hulpmiddel zo belangrijk is voor een cliënt. Dat zijn echt de succesmomentjes!’

Louis genomineerd voor de Special Award

Louis Stam van Atelier Abrona is een van de genomineerde kunstenaars voor de prestigieuze Special Award 2023-2024. Drie kunstwerken van hem zijn te bewonderen van 20 september tot en met 3 november 2024 in Museum Cobra.

Een leven vol creatieve inspiratie

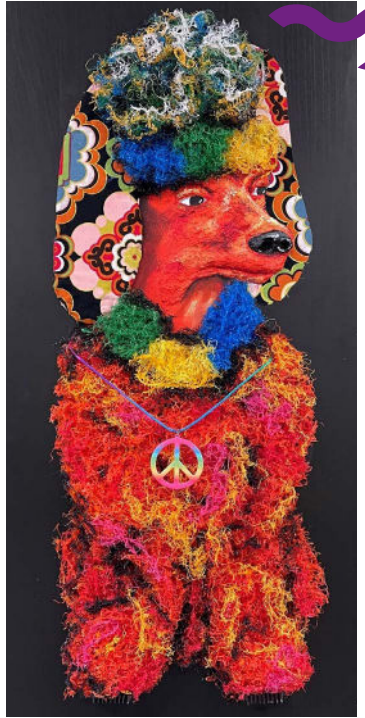
Louis Stam, 39 jaar, groeide op in een omgeving vol creativiteit. Zijn moeder was actief in textiele werkvormen, en zijn vader tekende graag. Ook zijn broer is creatief en handig. Al op jonge leeftijd werd het creatieve talent van Louis op school herkend. Zijn striptekeningen en houten objecten lieten zien dat hij potentie had die verder ontwikkeld moest worden.

Van dagbesteding naar Kunstenaar

Op zijn eerste dagbestedingslocatie leerde Louis zijn creativiteit te ontplooien en beeldende technieken aan. Een studiereis naar een beeldend kunstenaar en musea in Frankrijk gaf hem het startschot om zelf beeldend werk te gaan maken. Inmiddels krijgt Louis steeds meer bekendheid als lokaal kunstenaar. Hij wil mensen laten zien dat restmateriaal waardevol kan zijn en omgetoverd kan worden tot kunst. Dit heeft zelfs de gemeente Soest opgemerkt, die hem vroeg om een bokaal te ontwerpen voor een duurzaamheidswedstrijd.

Werkplekken en Inspiratie

Louis werkt bij de dagbestedingslocatie de Kosmos van Abrona, Totem in Zeist en de Bikkel in Soest. De variatie aan werkplekken zorgt voor voortdurende inspiratie door de materialen die hij tegenkomt. Zijn werk hangt ook bij veel familieleden, met zijn trotse ouders als zijn eerste klanten. Van juli tot en met begin november 2024 is Museum Cobra het podium voor twee tentoonstellingen: "Endless Imagination" en "Recall of Infinity". De kunstwerken zijn geselecteerd uit de inzendingen voor de Special Award, een stimuleringsprogramma voor mensen met een beperking.



Kunstwerk Louis

Robin en Timo Europees Kampioen Kata Judo



Robin en Timo tijdens EK Kata Judo

Bij Abrona zijn we enorm trots op Robin en zijn judopartner Timo. Robin is een van de bewoners van Abrona locatie Robberse Eiland in Oud-Loosdrecht. Samen hebben Robin en Timo een enorme prestatie geleverd op het EK Judo in Bosnië door Europees kampioen te worden in de categorie 'Nage-no-kata', een specifieke vorm van judo.

Robin en Timo namen deel in de klasse 1A, speciaal bedoeld voor judoka's met een beperking. Het duo reisde samen met het Nederlandse Judoteam af naar Bosnië en presteerde fantastisch: het Team NL Kata behaalde in totaal drie gouden, drie zilveren en twee bronzen medailles. "De zaal zit helemaal vol, maar het is doodstil. Ze doen hun routine, de Kata. En als dan die Kata af is en ze hebben een goede prestatie neergezet dan komt de emotie bij de jongens," vertelt vader Floris. De emoties waren des te groter toen ze wonnen.

Robin was dolblij dat ze hadden gewonnen. Hij wilde direct naar Timo toe om dit te vieren. Het duo vloog elkaar om de nek, een logisch gevolg van hun bijzondere overwinning: dit was de eerste keer dat mensen met een beperking officieel mee mochten doen en dan winnen ze ook nog eens! Robin beschreef het EK als het hoogtepunt van zijn sportcarrière tot nu toe: "Het is knap dat we dit bereikt hebben, dit is nog nooit eerder gebeurd."

Robin en zijn vader Floris hopen dat deze overwinning ook anderen inspireert: "We hopen dat anderen zien, dat je ondanks een beperking toch tot de top kan behoren, alhoewel meedoen belangrijker is dan winnen, vriendschap staat voorop".

En wat zou Robin in de toekomst met judo nog willen bereiken? "Het liefst een keer wereldkampioen worden en nogmaals Europees kampioen". Hij kijkt er naar uit om tijdens het volgende EK zijn titel te verdedigen.

Bij Abrona Robberse Eiland vieren we deze overwinning met trots en bewondering. Robin en Timo hebben niet alleen zichzelf, maar iedereen geïnspireerd met hun doorzettingsvermogen, vriendschap en uitzonderlijke prestaties.

Verloofd met een kettinkje

Wally en Ton wonen op de locatie Asschat in Leusden. Wally woont al 28 jaar bij Abrona. Ton heeft eerst zelfstandig gewoond, maar was erg eenzaam. Hij woont nu drie jaar bij Abrona en heeft erg moeten wennen in het begin. Wally heeft hem er doorheen geholpen. Het klikte zo goed tussen Wally en Ton dat ze nu zelfs verloofd zijn. Dat hebben ze samen besloten. Allebei dragen ze hetzelfde kettinkje. "Zo kun je zien dat we verloofd zijn."

Het verloofde paar gaat samen regelmatig met de scooter op pad. Onlangs zijn ze een weekend naar Putten geweest. En dat beviel! Persoonlijk ondersteuner Marian Bressers spreekt regelmatig met Wally en Ton en geeft als advies dat ze veel met elkaar moeten praten. Zo vertellen ze dat hun droom een eigen appartement in Leusden of Amersfoort is. Daarom willen ze allebei graag leren koken. Dus daar zijn ze nu mee bezig.



Wally en Ton

Triple C in de praktijk

Het gewone leven ervaren, dat zit 'm vaak in kleine dingen, vertellen Daphne Dubois en Iris van Beek, Cliëntsysteem Ondersteuners (CSO). Zoals een koffiemomentje met de cliënt om de dag door te spreken of samen de afwas doen. Met de driedaagse training Triple C en coaching op de locatie, brengen zij dit begeleidingsmodel heel dichtbij.

‘Triple C betekent aansluiten bij de menselijke behoeften en verder kijken dan het probleemgedrag van een cliënt’, vertelt Daphne. ‘Met de training en coaching werken we toe naar heel praktische doelen. Samen met het team gaan we kijken hoe zij kunnen werken aan relatie- en competentieopbouw met de cliënt door middel van activiteiten.’

Aansluiten bij successen

‘Gedurende de driedaagse training merken we al aan de begeleiders dat ze verder willen met de successen die ze al bereikt hebben met de cliënt’, vervolgt Daphne. ‘Daar sluiten we op aan. Zo doen we met het team, de teamleider en de gedragsdeskundige een beeldvorming en een clientspel. Dit maakt inzichtelijk welke begeleiding de cliënt vraagt. Daarna zoemen we verder in op succeservaringen in de praktijk waarin de begeleiders in contact zijn met de cliënt. Als iemand tijdens een overdracht bijvoorbeeld vertelt dat er geen bijzonderheden waren met een cliënt, dan staan we daar even bij stil. ‘Goh, wat fijn, hoe heb je kunnen aansluiten bij de behoeften van de cliënt, waardoor het zo goed ging? Daar kunnen we dan op voortborduren.’

Werken aan de relatie

‘Als we de praktijksituaties die goed gaan kunnen uitbouwen en onderbouwen met “waarom doen we wat we doen?”, dan werken we met elkaar aan de relatie-en competentieopbouw’, vervolgt Iris. ‘Om de vertaalslag te maken van begeleidingsvraag naar “hoe doe je dat in de praktijk?” maken we gebruik van een dagprogramma. We kunnen dan gericht coachen op hulpvragen van de begeleiders. Daarvoor moeten ze sensitief en responsief aan kunnen sluiten bij de client. Het zit 'm vaak in kleine dingen. Sta je bijvoorbeeld de afwas te doen, dan kun je de cliënt betrekken door de theedoek even speels door te geven of te vragen of hij of zij de bekertjes even weg wil zetten. Dan maak je contact en werk je aan de relatie.

Dat maakt de dag leuker voor de cliënt en ook voor de begeleider.’

Ik ben er voor jou

Daphne: ‘Een begeleider vertelde tijdens de training over een nieuwe cliënt. Deze mevrouw heeft graag veel invloed op haar eigen leven en keuzes. Maar ze vindt het moeilijk om te begrijpen dat niet alles direct geregeld kan worden. Die frustratie uitte zich in een flinke scheldpartij en gooien met spullen. Hierover zijn we het gesprek met elkaar aangegaan: waar komt dit gedrag van de cliënt vandaan? De begeleiders gaven zelf al aan dat het een stukje angst- en onzekerheid is bij de cliënt: “krijg ik nou mijn spullen waar ik om heb gevraagd, wie regelt dit en bij welke begeleider kan ik nu eigenlijk mijn vragen stellen?” De volgende dag kon de begeleider veel makkelijker weer de dag beginnen met de cliënt: “Hartstikke rot van gisteren. Ik begrijp dat je bang bent om je spullen niet te krijgen, of dat je niet goed weet wie jouw begeleider is. Ik ben er vandaag voor jou. Met vragen mag je bij mij komen.” Dat is toch hartstikke mooi?’

Gezien en gehoord worden

Ook Iris heeft een mooi voorbeeld: ‘Op een andere locatie woont een cliënt waarbij de begeleiders vastlopen op zijn hulpvraag. Na de training konden we samen met de begeleiders onderzoeken hoe zij kunnen aansluiten op zijn behoeften. Bijvoorbeeld een stukje dienstbaarheid naar anderen en gezien en gehoord worden als mens. Terwijl de begeleiders vroeger dachten dat het fijn voor hem was om uit te rusten op zijn kamer, wil hij juist bij hen zijn en kookt hij nu samen met de begeleiding voor de groep en krijgt ook nog waardering voor het koken. Zijn leven is nu meer gevuld en dat levert een gelukkig persoon op! Met zijn gedrag vroeg hij eigenlijk: “help mij dit voor elkaar te krijgen”. De begeleiders zijn zich nu bewust dat ook daar een rol voor hen ligt.’

Triple C op woonlocatie Ina Boudier Bakkerlaan (IBB)

‘Door de mens te zien achter het gedrag, zie je langzaam een muurtje zakken.’

Irene Wessels, begeleider C en Giovanni Alveres, begeleider participatie en ervaringsdeskundige. De locatie IBB in Utrecht biedt een beschermde woonplek voor mensen met een lichtverstandelijke beperking die te maken hebben (gehad) met bijvoorbeeld psychische kwetsbaarheid, verslaving of dakloosheid. Ze hebben veel meegemaakt in hun leven en laten soms boos, agressief of verward gedrag zien. Irene: ‘Toen ik hier 10 jaar geleden kwam werken, was de cultuur echt anders. Was een cliënt agressief, dan werd hij geschorst. Nu kijken we naar de reden van iemands gedrag en de hulpvraag erachter. We staan echt naast iemand.’

Irene werkt als begeleider en Gio als participatiebegeleider en ervaringsdeskundige op het IBB. Gio: ‘Ik heb in mijn jonge jaren vastgezeten voor verschillende delicten. Door mijn verleden begrijp ik bepaalde gedragingen van de mensen hier en dat geeft een stukje vertrouwen. De mensen die hier wonen hebben allemaal zelfstandig gewoond, zijn getrouwd geweest of hadden een gezin. Dat is helaas misgelopen door jarenlange overvraging op school, op het werk en in het alledaagse leven in combinatie met een verslaving of psychiatrische problematiek.’

Verhaal achter gedrag

Irene: ‘Het zijn mensen die gekwetst zijn en getraumatiseerd. Er zit een verhaal achter hun

gedrag. Iemand schorsen vanwege ongepast gedrag doen we gelukkig al lang niet meer. En sinds we werken volgens Triple C, gaan we het gesprek aan met de cliënt en vragen rustig: “Joh, wat is er aan de hand? Ik wil je helpen, ik ben er voor je.” Je gaat dus in op iemands behoefte, niet op het ongepaste gedrag. Voor ons is het de kunst om de mens te zien achter dat gedrag. Pas dan durft een cliënt zich ook kwetsbaar op te stellen en zakt het muurtje. Ook al duurt dat wat jaartjes. Soms word je ook uitgescholden. Dat is niet oké en heel vervelend, maar je moet je weer kunnen herstellen en er zijn voor de cliënt. Je bouwt aan de relatie omdat je er voor de cliënt bent, wat er ook gebeurt. Daardoor zien we ook dat cliënten meer kunnen en willen doen’.

Poolen op de IBB



De juiste toon

‘Triple C heeft er ook toe bijgedragen dat de bewoners meer mee helpen’, vervolgt Irene. ‘Vroeger hoefden de cliënten niets te doen in huis. De kok zorgde voor het eten en de bewoners schoven met hun dienblad aan tafel. Nu koken ze mee en stellen samen met de begeleiders het weekmenu samen. Ook helpen ze nu mee met de wc’s schoonmaken, de tafels vegen, boodschappen opruimen en de was opvouwen. Dat gaat overigens niet altijd vanzelf. Op de meeste locaties is meehelpen een beetje verplicht, maar deze jongens kun je niets opleggen, dan ben je ze kwijt. Dus bedenk je andere tactieken om ze in beweging te krijgen. De toon waarop je iets brengt maakt dan ook een groot verschil: “Joh, wil jij even een doekje voor mij over de tafel halen?” Door ze te betrekken, staan ze meer in hun kracht.’

We zijn er voor je

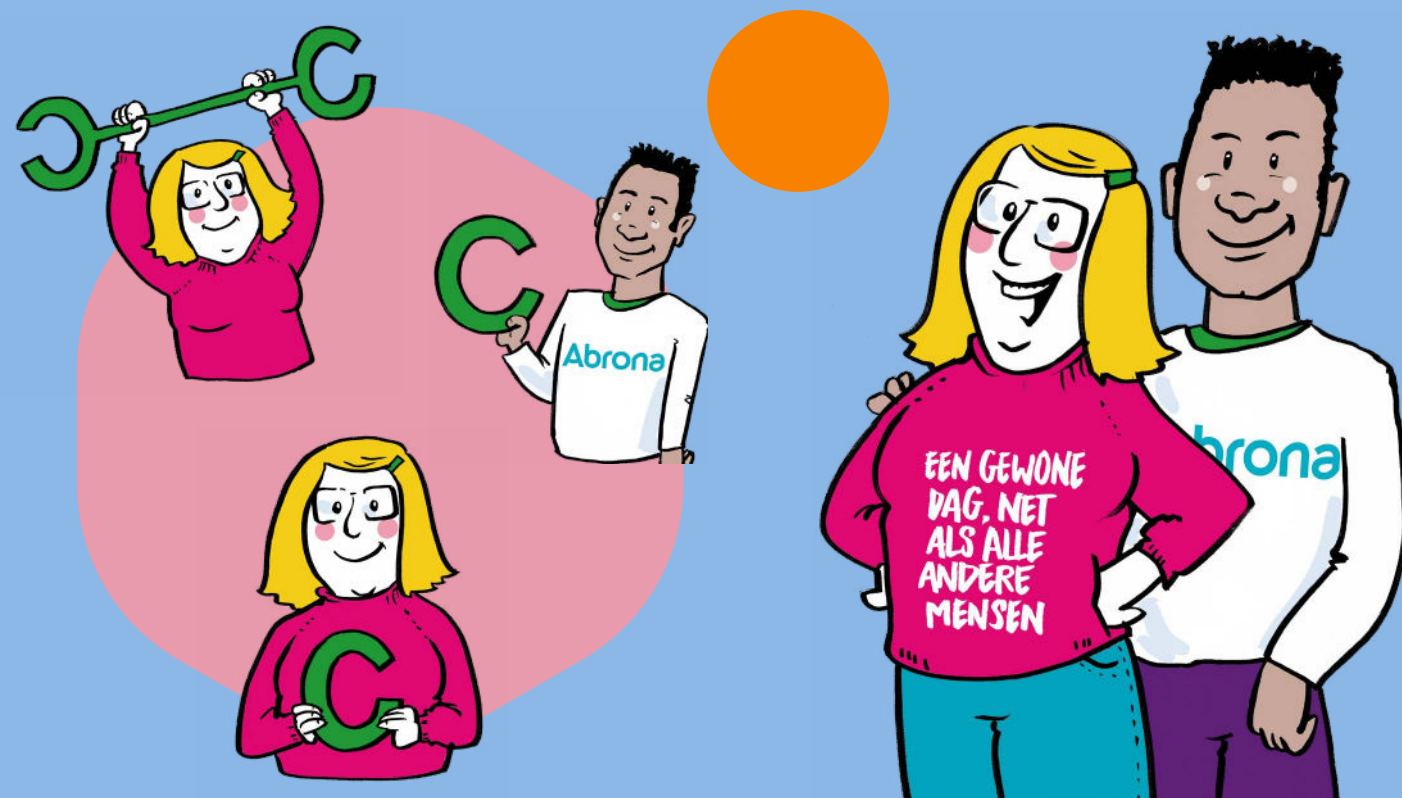
‘We hebben ook cliënten die depressief zijn en heel moeilijk hun bed uitkomen’, vertelt Irene. ‘Deze mensen nodigen we elke ochtend opnieuw uit voor de koffie. Je hoopt dan dat iemand de kracht vindt om eruit te komen en even een praatje komt maken. Je hoeft niks, maar we zijn er wel. Wij als begeleiders zijn de bindende factor voor de bewoners en zorgen ervoor dat er een gesprek plaatsvindt of we spelen een spelletje.’ Gio: ‘We overleggen ook veel met de

bewoners. Laatst wilden we de koelkasten open gooien, die normaal gesproken op slot zitten, zodat iedereen zelf z’n eten eruit kan halen. Maar dat wilden ze helemaal niet. Ze waren bang dat huisgenoten er met hun eten vandoor gaan. Dat is dan prima, het belangrijkste is dat je het samen bespreekt en dat wij als begeleiders dat niet bepalen. Sinds kort hebben we ook een cliëntenraad en je ziet dat de bewoners zich echt beginnen te ontplooiën. Ze notuleren bijvoorbeeld zelf en nemen het heel serieus.’

Elkaar helpen

Ik vind het ook mooi om te zien hoe ze samen naar de winkel gaan voor de dagelijkse lunchboodschappen’, vervolgt Gio. ‘Dat wilden ze heel graag zelf doen. En ze helpen elkaar. Er is hier een bewoner in een scootmobiel. Soms kan hij niet zelf naar de winkel en dan vraagt iemand anders: “zal ik even voor je gaan”. Voor een andere bewoner is het boodschappenmoment het enige moment dat hij buiten komt, hij durft alleen samen met de groep de straat op. Elke dag haalt hij vers brood, een belangrijke dagtaak voor hem.’

Tot slot zegt Irene: ‘Nu de bewoners meer gezien en gehoord worden, hoeven ze zich minder te overbluffen. Ze weten dat ze door gewoon iets te vragen dingen voor elkaar kunnen krijgen. Het is een mooie club mensen.’



‘Steeds meer bewustwording voor onderliggende behoeften bij de cliënt.’

Thomas van Duin coördineert de implementatie van [Triple C](#) bij Abrona, een model voor menswaardige begeleiding. Het draait om aansluiten bij de behoeften van cliënten en verder kijken dan probleemgedrag. In het afgelopen jaar zijn al 20 teams getraind. “De trainingen zorgen voor veel enthousiasme. We zijn er voor elkaar en kiezen nu écht samen koers.”

“De driedaagse trainingen bieden begeleiders vaak nieuwe inzichten en bewustwording”, vertelt Thomas, “vooral in de onderliggende behoeften achter bepaald gedrag. Zo zijn er mooie inzichten ontstaan over bijvoorbeeld cliënten die veel in bed liggen of een groot beroep doen op de medische dienst. In gesprek komen teams erachter dat er achter dit gedrag vaak een heel andere ondersteuningsbehoefte schuil gaat. Cliënten voelen zich bijvoorbeeld onvoldoende gezien en gehoord, het ontbreekt hen aan duidelijkheid of er is onvoldoende zinvolle invulling van de dag. Het is leuk om vandaaruit de puzzel te gaan leggen: hoe verwerken we dit in passende doelen en een goed dagprogramma dat beter aansluit bij de cliënt? Die dialoog is al een grote winst.”

Training en opvolging

De energie die de trainingen geven, is voelbaar. “Medewerkers voelen zich gesteund en willen ermee aan de slag”, zegt Thomas. “Na de training blijven de cliënt systeem ondersteuners nog ondersteuning bieden op de werkvloer. Zij sluiten aan bij teamvergaderingen, overdrachten en bieden coaching op de werkvloer. Dus ook wanneer het spannend wordt, blijven we teams steunen om vanuit menswaardigheid te blijven denken en handelen. Daar is iedereen blij mee. Ook blijven we in gesprek met teamleiders en gedragsdeskundigen hoe we hier aandacht aan kunnen blijven geven op de locaties.”

Themadagen 2025

In 2025 krijgen opnieuw 20 teams een driedaags programma en komen er themadagen aan. Thomas: “De themadagen zijn deels voor het opfrissen van het model en daarnaast is het

maatwerk: we kijken naar de vragen vanuit de teams, waar ze tegenaan lopen en hoe wij kunnen ondersteunen vanuit het model. We gaan hierbij vooral uit van de succeservaringen die de teams opdoen in de eigen praktijk. Ook starten we samen met Reinaerde en ASVZ met een gezamenlijke train-de-trainer voor weerbaarheidstrainingen.”

Samenwerking

Thomas is enthousiast over de diverse samenwerkingsverbanden. “Het is ontzettend leuk om met collega-organisaties in de regio over Triple C te brainstormen en van gedachten te kunnen wisselen. Zo is er een hechte samenwerkingsrelatie ontstaan met Reinaerde en wisselen we van gedachten over Triple C met andere organisaties in de regio. Ook ben ik samen met het MT op werkbezoek geweest bij ASVZ. Daar kregen we van bestuurder Jaap Gruiter een inspirerend verhaal over hoe Triple C zich in de vezels van hun organisatie heeft genesteld én hoe dat leidt tot gezonde bedrijfsvoering.”

Meer dan methodiek

“Het is mooi om te zien hoe Triple C steeds meer wordt omarmd in alle lagen van de organisatie”, zegt Thomas. “We krijgen steeds vaker vragen vanuit de teams waar we direct mee aan de slag gaan. Ook de familieraad is positief. Ik word enthousiast van de praatplaat voor cliënten, de onboarding van nieuwe medewerkers met een blok van 1,5 uur over Triple C en de prominente plek die Triple C heeft gekregen op de nieuwe website van Abrona!”

Ik ben 71 jaar, maar ik kan nog prima werken, hoor!

De kippen zijn gevoerd. De koelkast is schoongemaakt. Tijd voor een rustpauze, vindt Coba. Zij voelt zich erg op haar plek op Abrona-boerderij De Haan in Benschop. Natuurlijk, ze foetert wel eens op de mannen als die er weer eens zo'n zootje van hebben gemaakt. Maar ergens anders wil ze niet werken. Van haar woonlocatie in Linschoten brengt het busje haar de ene week drie dagen en de andere week vier dagen naar Benschop. "Dat is zo heerlijk!"



Coba aan het werk

Coba is 71 jaar oud. Toen zij contact kreeg met participatiecoach Rianne, was zij één jaartje jonger. Op zoek naar werk. Eén ochtend per week was ze actief op een locatie in Woerden. De rest van de week zat ze op haar stoel televisie of naar buiten te kijken. "Maar de tv zei niks terug; de mensen die voorbij kwamen ook niet." Ze zag het niet zitten om vaker dan één ochtend in de week koekjes en snoepjes in te pakken of enveloppen te vullen. En je wilt ook niet steeds breien of kruiswoordpuzzels invullen. Een van de eerste dingen die ze tegen Rianne zei, was: "Ik ben 70 jaar, maar ik kan nog prima werken, hoor!" Aan Rianne de schone taak om een passende plek te vinden voor Coba.

Tegen iedereen die nog thuis zit, wil zij graag het volgende zeggen: "Kijk of je een leuke werkplek kunt vinden, met de hulp van iemand als Rianne. Dat heeft mij écht heel goed gedaan!"

Op een boerderij opgegroeid

In een gesprek met Rianne vertelde Coba een keer dat ze was opgegroeid op een boerderij. Een boerderij? Plotseling kreeg Rianne een idee. In Benschop, midden in het groene hart van Nederland, liggen woonboerderijen De Vos en De Haan. Op het terrein is er genoeg te doen. Niet alleen de bewoners steken elke dag de handen uit de mouwen maar ook bewoners van andere locaties komen hier regelmatig werken. Bij het opsnuiven van de geur van het boerenleven ervaar je rust en ruimte. Op YouTube liet zij een filmpje zien over de twee boerderijen. Wilde Coba daar een keer gaan kijken? De afspraak was zo gemaakt. Toen zij er rondliep, voelde het direct goed voor Coba. "Ik wil hier nooit meer weg."

Gezellig

"De mensen zijn hier heel anders. Veel leuker. Ik kan met iedereen goed overweg. De dingen die ik doen moet, doe ik graag. Het is hier gezellig. Dat is belangrijk voor mij. Ik ben hier twee dagen per week gaan werken. Nu is dat uitgebreid naar drie dagen in de ene week en vier dagen in de andere week. Ik heb hier aanspraak. Dat vind ik prachtig. Laat mij maar lekker werken in Benschop. Als ik dan aan het einde van de middag thuiskom in Linschoten, heb ik écht iets gedaan en niet alleen maar op mijn stoel gezeten."

Schape verzorgen

Gisteren heeft ze de stal schoongemaakt. De schape verzorgen vindt zij ook heel leuk. "Eigenlijk vind ik alles wel leuk om te doen. Behalve spitten in de grond. Dat lukt mij niet. Schoffelen valt ook niet mee. Ik zie niet zo goed meer. Maar er zijn zo veel dingen die ik wel kan en leuk vind. De huiskamer en keuken moeten regelmatig worden schoongemaakt. Er werken hier mannen die er gauw een zootje van maken."

Vriendin

Coba vindt het heerlijk om buiten bezig te zijn. Iedereen die boerderij De Haan of boerderij De Vos bezoekt, begrijpt dat meteen. Het is hier buiten zo mooi! "Weet je wat óók mooi is? Ik heb sinds kort een vriendin. Zij komt hier een paar dagen per week werken. Daar ben ik heel blij mee."



Martin: “Werken in de zorg geeft me een nuttig en fijn gevoel”

Als participatiecoach Eveline op bezoek komt bij de 53-jarige Martin, komt hij net onder de douche vandaan. Hij is vandaag vrij en heeft de tijd aan zichzelf. Martin woont bij een woonlocatie van Abrona en op zijn kamer vertelt hij graag wie hij is en wat hij doet. Vooral over zijn werk in Woonzorgcentrum Vredenoord in Huis ter Heide is hij erg enthousiast. “De bewoners waarderen wat ik voor hen doe.”

Ik moet wat doen

“Iedere maandag-, dinsdag- en vrijdagmiddag ben ik bij Vredenoord. Maar dat is niet het enige wat ik doe. Een dag in de week werk ik bij het inpakhuis van Abrona en een andere ochtend bij de taakklusgroep. Eén ochtend help ik vaak de klusjesman van vastgoed Abrona. Op vrijdag zwem ik graag. Ik moet wel wat te doen hebben, anders blijf ik in mijn bed liggen.”

Vredenoord

Zijn dagritme laat een vaste structuur zien. “Als ik opsta, ga ik douchen. Ik neem mijn pillen, kleed mij aan en ga ontbijten. ’s Morgens doe ik dan de dingen die ik net heb verteld. ’s Middags ga ik vaak naar Vredenoord om daar de broodmaaltijd in de avond voor te bereiden en te verzorgen. Als ik daar binnenkom, klets ik eerst wat met de receptioniste. Dan kijk ik op het planbord wie er die dag werken. Vaak zijn dat per dag dezelfde dames. Ik pak dan wat te drinken en ga lekker aan een tafel dat opdrinken. Dan doe ik mijn paarse Vredenoord-jasje aan en begin ik in de keuken met mijn werk.”

Favoriete collega

“Ik had op Vredenoord een favoriete collega. Die is jammer genoeg weggegaan. We hebben afscheid van haar genomen tijdens de jaarlijkse barbecue van Vredenoord.” Martin lacht even. Blijkbaar gaat er een leuke herinnering door zijn hoofd. Maar hij zegt niet welke herinnering. Wat doet hij precies in Vredenoord? “Ik zet de borden klaar op de tafels, leg het bestek ernaast. Ik pak de melk en de karnemelk, de

boter en de zoetigheid uit de koelkast en zet die op de tafels. Ik weet precies aan welke tafel de bewoners zitten. Ik was ook het fruit en verdeel dat ik bakjes.”

Waardering

“Als de bewoners dan aan tafel zitten, schenk ik de koffie en thee voor hen in. Thuis teken ik graag. Als ik een tekening klaar heb, geef ik die vaak aan een bewoner. Steeds weer aan een andere bewoner. Dit waarderen ze erg, dat merk ik. Ze waarderen het ook dat ik daar werk. Ze geven me vaak een vriendelijke lach of ze maken een praatje met mij.”

Nuttig

Martin geniet van het werk in Vredenoord. Maar er zit ook een minder leuke kant aan. “Wat ik aan dit werk lastig vind, is dat bewoners ook doodgaan. Laatst kwam de begrafenisondernemer langs met een karretje. Daar lag een overleden bewoner in, in een zwarte zak. Dat vond ik moeilijk.”

“Ik ga misschien verhuizen. Ik hoop dat ik dan wel in de zorg kan blijven werken. Dat doe ik zo graag. Het lijkt me geweldig om een opleiding voor de zorg te gaan doen. Eerst bij Stichting De Paraplu in Zeist en daarna kijken we wel verder. Waarom? Omdat het werken in de zorg mij een nuttig en fijn gevoel geeft.”



Martin aan het werk

Stap voor stap naar een gezonde leefstijl

Een gezonde leefstijl... wie wil dat niet? Regelmatig nemen we ons voor om gezonder te eten en meer te gaan bewegen. De intenties zijn er, maar volhouden is iets anders. Toch is het gevecht tegen de kilo's noodzakelijk: overgewicht en obesitas dreigen gezondheidsvijand nummer één te worden.

In Nederland heeft de helft van alle volwassenen overgewicht. Onder mensen met een beperking komt overgewicht vaak voor. Daarom heeft Abrona een visie op een gezonde leefstijl ontwikkeld. "We hebben de eerste stappen gezet, maar het is een proces van lange adem", vertellen Jeannette, Manager Behandeling & Expertise, en Evelien, huisarts en leefstijlcoach.

Visie

"We stimuleren een gezonde leefstijl. Dit moet bijdragen aan het welzijn en de gezondheid van de mensen die we ondersteunen, maar ook helpen om het medicijngebruik te verminderen." Hoe ziet die visie eruit? Jeannette en Evelien vertellen: "We bieden begeleiding bij het maken van gezonde keuzes op het werk, thuis en in de vrije tijd. We kijken met elkaar wat er kan op het gebied van bewegen, eten, drinken, slapen en ontspanning."

Multidisciplinaire Poli voor Obesitas

Nog concreter wordt het met de komst van de allereerste Multidisciplinaire Poli voor Obesitas in Nederland. Deze is gevestigd in het Abrona gezondheidscentrum in de Meern en is een samenwerking met Zilveren Kruis Zorgkantoor.



Patrick aan de slag in de Obesitas Poli voor mensen. Met fysiotherapeut Stefan en huisarts/leefstijlcoach Evelien

De poli richt zich specifiek op volwassenen met een verstandelijke beperking, omdat een passend behandelingsaanbod voor hen ontbrak. De standaardbehandelingen sluiten namelijk niet goed aan bij deze doelgroep. "Onze ambitie is: gezonde mensen die meer kwaliteit van leven krijgen door minder overgewicht, door een toenemende fitheid en spierkracht en waar mogelijk ook door een afname van medicatiegebruik en een verminderd risico op het krijgen van chronische ziekten", vertelt Jeannette.

Ander gedrag

In de obesitaspoli is er een multidisciplinaire aanpak met experts die veel kennis en binding hebben met mensen met een verstandelijke beperking. Het behandelprogramma bestaat uit een arts VG, huisarts, gedragsdeskundige, leefstijlcoach, fysiotherapeut en diëtist. "Samen met de persoon die obesitas heeft, zoeken we naar de juiste motivatie voor gewichtsverlies. Daarbij is het van groot belang dat ook het sociale netwerk van hem of haar het gedrag verandert", zegt Evelien.

Het verhaal van Patrick

Binnen de obesitaspoli staat persoonlijke begeleiding centraal, zoals ook blijkt uit het verhaal van Patrick. Patrick wil weer fitter en gezonder worden, zodat hij weer leuke dingen kan doen. Onder begeleiding van gedragsdeskundigen, een arts en een bewegingsagoog werkt hij stap voor stap aan een gezondere leefstijl. Door kleine, haalbare doelen te stellen en met passende ondersteuning blijft Patrick gemotiveerd.

Patrick is vastberaden om zijn doelen te bereiken. "Ik ben blij dat de obesitaspoli er is," zegt hij. "Ik wil nog zo'n 15 kilo afvallen en hoop dat ik dan weer op mijn verjaardagen met mijn moeder, tante en broer naar de Efteling kan."

Succesvolle pilot Intensieve Traumabehandeling bij Abrona

Van 23 oktober tot en met 9 november 2023 vond bij Abrona een pilot plaats voor een intensieve traumabehandeling. In maart van dit jaar werd deze behandeling voor de tweede keer aangeboden. Gedurende drie dagen per week, drie weken lang, volgden cliënten met een verstandelijke beperking en complexe posttraumatische stressstoornis (PTSS) een intensief behandeltraject, begeleid door een multidisciplinair team.



Tijdens traumabehandeling

Het dagprogramma bestond uit een mix van psycho-educatie, ontspanning, EMDR, imaginaire exposure en beweging. Er werd bewust aandacht besteed aan zingeving en betekenisverlening, in lijn met de waarden van Triple-C, zodat de client weer beginnend regie kon voelen over de invulling van het eigen leven en weer open kan staan om van betekenis te zijn richting de eigen omgeving.

Uit een nameting drie weken na afloop van de behandeling bleek dat bij vijf cliënten de klachten aanzienlijk verminderd of zelfs geheel verdwenen waren. Bij drie van hen kon de diagnose PTSS niet meer worden gesteld. Deelnemende cliënten waren trots op hun prestatie, ondanks de intensiteit van het traject, en voelden zich weer in staat om positief naar de toekomst te kijken. De begeleiding merkte ook een verbetering in de kwaliteit van leven; de cliënten waren opener, zelfstandiger en mondiger geworden. Helaas moest één cliënt de behandeling voortijdig afbreken vanwege persoonlijke omstandigheden.

De resultaten van deze pilot tonen aan dat ook cliënten met een verstandelijke beperking baat kunnen hebben bij een intensieve traumabehandeling. Abrona is dan ook van plan om in het najaar een nieuw traject te starten met drie nieuwe cliënten.

‘Gezond ouder worden door onderzoek doen we samen’

Hoe zorgen we ervoor dat mensen met een verstandelijke beperking gezond ouder worden? Wetenschappelijk onderzoek speelt daarbij een belangrijke rol. [De academische werkplaats GOUD](#) zet zich in om de zorg en gezondheid voor deze groep te verbeteren. Toke Piket (bestuurder van Abrona) en Stijn Weterings (fysiotherapeut en implementatiecoach) leggen uit waarom onderzoek hard nodig is: “Dankzij onderzoek kunnen we alerter zijn in de dagelijkse zorg.”

GOUD is een samenwerking tussen Erasmus MC en de zorgorganisaties Abrona, Amarant en Ipse de Bruggen. Samen doen ze al 15 jaar wetenschappelijk onderzoek naar de fysieke en mentale gezondheid van mensen met een verstandelijke beperking. Het is belangrijk om kennis te verzamelen omdat je daarmee gezondheidsproblemen beter kunt voorkomen, opsporen en behandelen.

Toke: “Mensen met een verstandelijke beperking worden op jongere leeftijd oud. Dat weten we door het eerste GOUD onderzoek (2008 – 2012). Door meer onderzoek te doen willen we beter begrijpen hoe we de gezondheid en kwaliteit van leven van mensen met een verstandelijke beperking kunnen verbeteren. Want iedereen verdient het om mee te doen in de samenleving.”

Stijn vult aan: “Cliënten hebben vaker meerdere gezondheidsproblemen. Nu we meer weten over de gezondheid en de gezondheidsproblemen werken we hard aan verbeteringen en oplossingen.”

Van ADESS tot lichttherapie

Dankzij de GOUD-onderzoeken zijn bijvoorbeeld landelijke richtlijnen aangepast en zijn de

“Door onderzoek herkennen we gezondheidsproblemen sneller en verbetert de zorg en de kwaliteit van leven.”

- Toke Piket

vragenlijst Angst en depressie (ADESS), de VB-fitscan, een beweegprogramma en de handreiking Lichttherapie ontwikkeld. Deze zijn landelijk beschikbaar.

Ook bij Abrona zie je de invloed van GOUD-onderzoeken goed terug in de dagelijkse praktijk. Toke licht toe: “We hebben speciale spreekuren voor cliënten met een hoog risico op diabetes, hoge bloeddruk en cholesterol. Daarnaast screenen we mensen op depressie met de ADESS en gebruiken we Actiwatch bij slaapproblemen. We letten ook op eiwittekort en we kijken of we het aantal geneesmiddelen van een cliënt kunnen verminderen. Lichttherapie passen we toe bij mensen met depressieve klachten en op drie locaties zijn we gestart met het beweegprogramma die we op termijn ook op andere locaties willen gaan inzetten.”

Stijn vult aan: “Uit de eerste grote studie van GOUD, zijn veel nieuwe onderzoeksvragen voortgekomen. Neem bijvoorbeeld mijn onderzoek naar krachttraining. We weten dat krachttraining de gezondheid voor iedereen kan verbeteren. Daarom hebben we eerst onderzocht of cliënten wel krachttraining kunnen doen. Nu onderzoeken we of met krachttraining de gezondheid van cliënten met krachttraining ook echt verbetert.”

Toke: “We moeten vooral ook nadenken over hoe cliënten zelf actiever kunnen deelnemen. Bijvoorbeeld met steun van een sociaal netwerk en technologie. Hoe je dit gebruikt in het dagelijks werk is niet alleen een kwestie van geld maar vooral ook van de juiste keuzes maken.”

Een ander belangrijk onderzoek is waarom de afbouw van antipsychotica vaak zo moeizaam verloopt. Het gebruik van antipsychotica heeft veel bijwerkingen bijvoorbeeld gewichtstoename en problemen met bewegen. Stijn: “Het afbouwen verloopt moeizaam. We onderzoeken waarom dat zo is. Dit onderzoek is uniek en wordt wereldwijd gevolgd.”

Onderwijs

Om GOUD meer bekend te maken, geeft Stijn lezingen bij de opleidingen Social Work en Verpleegkunde en besteedt hij aandacht aan het onderzoek binnen de BBL-opleiding bij Abrona. Toke hierover: “Ik zou graag nog meer samenwerking zien met het onderwijs. Onderzoek moet ook onderdeel worden van de hbo- en mbo-opleidingen. Zo kan GOUD een plek zijn voor alle onderwijsinstellingen.”

Nieuw onderzoek van start

Abrona, Amarant, Ipse de Bruggen en Erasmus MC voeren de komende zes jaar een nieuw onderzoeksprogramma van GOUD uit. Wat dit programma zo mooi maakt, is dat de onderzoeksvragen uit de praktijk komen. We hebben input verzameld van cliënten, hun vertegenwoordigers en zorgprofessionals. Dat deden we tijdens de cliënten- en medewerkersdag. Door naar hun verhalen te luisteren, hebben we vragen geformuleerd die in de praktijk leven. De onderzoeken gaan over hart- en vaatziekten; geriatrische kwetsbaarheid (ouderen hebben verhoogde

kans op complicaties); voeding; fitheid; en wandelen tegen depressieve klachten. Ook worden hulpmiddelen ontwikkeld, bijvoorbeeld om slikproblemen te herkennen. “Een belangrijk onderdeel is het GOUD Gezondheidsonderzoek, waarbij we al sinds 2008 de gezondheid van deelnemers volgen”, zegt Toke. “Nieuw is dat nu ook jongere deelnemers vanaf 40 jaar meedoen. De leeftijd hebben we verlaagd omdat we gemerkt hebben dat er op deze leeftijd al veel gezondheidsproblemen zijn vergeleken met de rest van de bevolking.”

“Dit is ons vierde onderzoeksprogramma”, legt Stijn uit. “We hebben intussen een breder beeld over de gezondheid van cliënten maar er valt nog genoeg te onderzoeken. Waar zitten hun zorgbehoeften? Wat is haalbaar en wat werkt?”

Inspirerend

“Het is belangrijk dat ons onderzoek goed zichtbaar blijft, dat we kennis blijven delen en dat het voor iedereen leuk en inspirerend is om eraan mee te doen”, besluit Toke. “Ook het implementatieonderzoek van GOUD is hierbij belangrijk om resultaten echt goed toe te passen in de praktijk.”

Stijn vult aan: “Ik kijk echt uit naar de resultaten van het derde GOUD-onderzoeksprogramma, die zijn bijna afgerond. Ze zullen een schat aan informatie opleveren. Wat kunnen we daarmee doen? Het is super interessant om te zien wat er gaat komen!”

“Wat dit programma zo mooi maakt, is dat de onderzoeksvragen uit de praktijk komen.”

- Stijn Weterings



Tijdens evenement GOUD

Conditie verbeteren en meer zelfvertrouwen door speciale boks-clinic bij de Kosmos

18 enthousiaste cliënten bonden op 30 april jl. de bokshandschoenen aan en namen deel aan de speciale boks-clinic georganiseerd bij dagbestedingslocatie de Kosmos. Van high kicks tot upper cuts. Onder leiding van een echte boks instructeur en bewegingsagogen van Abrona oefenden de fanatieke sporters de verschillende boksbewegingen. “Ze vinden het heel stoer. Het is goed voor hun conditie en motoriek” vertelt Naomi.

Naomi is bewegingsagoog en samen met haar collega's Jan-Albert, Fanny en Astrid organiseren zij tijdens vakantieperiodes speciale trainingen. Er is dan ruimte om andere sporten uit te proberen en iets nieuws met cliënten te doen. Iedereen kan en mag meedoen. Ook vanuit een rolstoel is mee doen heel goed mogelijk. Met de voeten of met bokshandschoenen, met elke rake stoot op het kussen lijken de deelnemers nog enthousiaster en doen er een schepje bovenop.

De aandacht van een echte boks instructeur werkt extra motiverend voor cliënten. Door in beweging te zijn en mee te doen groeit hun zelfvertrouwen. Ook ontving elke sporter na afloop een diploma en een medaille die met trots wordt gedragen.



Boks-clinic bij Kosmos Abrona

Technologie in de zorg

Technologie in de zorg kan de zelfredzaamheid vergroten van de mensen die ondersteuning van Abrona ontvangen. Bovendien kan het de werkdruk van de medewerkers van Abrona verlichten. Maar wat is dat nou precies: [technologie in de zorg](#)?



Tessa Robot

Hoe vaak heb jij vandaag al op je telefoon gekeken? Om bijvoorbeeld een afspraak in je agenda te zetten, om te beeldbellen met vrienden of familie, om informatie of een recept op te zoeken of om de route naar je afspraak te plannen. Dat zijn voorbeelden van technologie. Handige apps die we dagelijks gebruiken.

Hulpmiddelen

Zo zijn er nog veel meer voorbeelden te verzinnen van technologie, ook binnen organisaties die zorg of ondersteuning geven aan mensen met een beperking. Abrona heeft veel ervaring opgedaan met technologie in de zorg. Een werkgroep liet de organisatie kennis maken met diverse technologische hulpmiddelen.

Bijvoorbeeld DigiContact waarmee iemand kan beeldbellen met een professionele begeleider. Ook de Actiwatch, een horloge die registreert of iemand slaapt of wakker is, is een voorbeeld van technologie in de zorg. Robot Tessa kan iemand herinneren aan afspraken of taken, en slim incontinentiemateriaal houdt het vochniveau bij, zodat medewerkers beter kunnen inschatten wanneer er zorg nodig is.

Zelfredzaamheid

Een ander voorbeeld is het fietslabyrint, een hometrainer die op een interactief scherm is aangesloten zodat je dwars door New York kan fietsen. Het helpt mensen met een beperking om meer te bewegen. En stel dat iemand graag wil weten wat er op een dag gebeurt omdat dit rust geeft, dan kan diegene gebruikmaken van de app MijnPlan. Hiermee krijgt iemand elke dag op dezelfde manier het dagprogramma aangeboden. De begeleider hoeft hierdoor minder aan te sturen wat voor de begeleider minder werkdruk betekent en voor de persoon die de app gebruikt meer zelfstandigheid. En dat is precies de bedoeling van technologie in de zorg: het behouden of vergroten van zelfredzaamheid, het comfort, de veiligheid en de eigenwaarde van mensen met een beperking. Voor de medewerker kan technologie een vermindering van werkdruk betekenen.

Innovatie-Route

Maar, hoe krijgt een organisatie dit allemaal goed voor elkaar? Abrona is aangesloten bij het landelijke project Innovatie-Route dat organisaties ondersteunt bij zorgtechnologie. Zo kan technologie een waardevol en vast onderdeel worden in de zorg en ondersteuning, zodat mensen met een beperking meer eigen regie, zelfredzaamheid en daarmee kwaliteit van leven ervaren.



Fietslabyrint

“De inloop stimuleert cliënten een netwerk op te bouwen”

SamenWijs is een laagdrempelige inloop bij buurtplein Bateau in Nieuwegein. Wekelijks is er een koffiemoment waar begeleiders van Abrona en Kwintes elkaar afwisselen. Het is een plek voor ontmoeting, gezelligheid en het stellen van vragen aan de begeleiders. “In groepsverband kun je cliënten stimuleren elkaar te helpen en een netwerk op te bouwen.”

José en Marije, ambulant begeleiders bij Abrona, zijn om de andere week aanwezig bij de inloop. “Als begeleider leg je verbandingen, pik je signalen op en nodig je cliënten uit om te komen”, vertelt José. “Je daagt ze ook uit mee te doen aan activiteiten of elkaar te ondersteunen. Zo heeft een cliënt onlangs de deuren van een andere bezoeker gerepareerd. Dat zijn van die mooie succesjes.”

Op weg helpen

De inloop is bewust heel laagdrempelig. Bezoekers krijgen twee muntjes voor koffie of thee en praten wat met elkaar. José: “Elke keer is het anders, de ene week hebben ze vooral lol, de andere week ontstaan er gesprekken. Zo hebben we het gehad over de herhaling van de corona-vaccinatie: ‘Ga jij dat doen? Waarom wel of niet?’ Soms duiken we de diepte in of bespreken we vakantieplannen. Een cliënt vertelde bijvoorbeeld dat ze nooit meer op vakantie gaat. ‘Zou je dat wel willen?’, vroeg ik. ‘Ja,’ zei ze, ‘maar ik heb eigenlijk niemand om mee te gaan.’ Een andere bezoeker gaf aan hetzelfde te ervaren. Toen stelde ik voor: ‘Misschien kunnen jullie eens samen koffie drinken.’ Zo help je mensen op weg.”

Aanspreken en zwaaien

SamenWijs is een initiatief van de gemeente Nieuwegein. Het project stimuleert mensen hun huis uit te komen, anderen te ontmoeten en begeleiding te krijgen als dat nodig is. José: “Omdat ik een aantal cliënten bij de inloop zie, kom ik minder vaak bij hen thuis. Ik zeg nu vaker: ‘Volgende week kom ik niet, maar zie ik je op het buurtplein.’ Als er iets is, kunnen ze mij aanspreken en anders zwaaien we gewoon even. Daar moesten sommigen wel aan wennen. Een bezoeker zei in het begin: ‘Ik ga mijn problemen toch niet delen waar iedereen bij is?’

Maar inmiddels komt ze elke twee weken naar de inloop. Soms spreekt ze me even aan en een andere keer zwaait ze alleen en roept ze: ‘Het gaat allemaal goed hoor!’”

Onafhankelijker

Een van de vaste bezoekers vertelt enthousiast over de inloop: “Ik heb meer contacten met gekregen en durf te kletsen met andere mensen om me heen. Ik heb nu elke maandag iets te doen en blijf niet alleen thuis zitten.” Omdat er begeleiding aanwezig is bij de inloop, is de drempel voor cliënten om binnen te lopen lager. “We proberen ze ook te motiveren mee te doen aan activiteiten die op het buurtplein georganiseerd worden”, vertelt José. “Zoals de hardlooptroep, spelletjesmiddagen en de naaclub. Een van de cliënten heeft zo leren schaken van een andere bezoeker en samen kochten ze een schaakspel bij de kringloop.

Een andere cliënt, die liever niet in een groot gezelschap zit, gaat elke week naar de naaclub. Dit is een klein groepje van 3 mensen waar ze lekker werkt aan haar eigen projectje. En weer een andere cliënt die nu bij de spelletjesgroep zit, gaat inmiddels maandelijks uit eten met haar nieuwe contacten. Je merkt dat mensen door dit project zelfstandiger worden en minder afhankelijk van hulpverlening.” Een andere vaste bezoeker vertelt: “SamenWijs heeft ervoor gezorgd dat ik activiteiten buitenhuis ben gaan ondernemen. De angst die ik had om onder de mensen te komen is hierdoor verminderd. Ik heb sociale contacten opgedaan en heb er zelfs een vriendschap aan overgehouden. Dit alles door gewoon een bakje koffie drinken.”

Inloop Het Woelige Nest

Meer dan een ontmoetingsplek

Een inloopplek waar iedereen welkom is en zichzelf kan zijn. Dat was Jowita's droom die zij zelf realiseerde in Driebergen. Deze ontmoetingsplek op kinderboerderij Het Woelige Nest biedt gezelschap, een luisterend oor en diverse activiteiten voor mensen die zelfstandig wonen en begeleiding krijgen van Abrona op verschillende levensgebieden.

Jowita (39) woont zelfstandig met haar hond Benji en kat Henky en doet de opleiding Zorg & Welzijn niveau 2. Een paar keer in de week krijgt ze ondersteuning van ambulant begeleiders Sjoukje en René. “Jowita wilde graag iets doen voor de buurt”, vertelt René. “Ze zag dat veel mensen alleen zijn en misschien wel behoefte hebben om samen te komen. Jowita werkte al op de kinderboerderij en vroeg of ze daar een ruimte mocht huren. Ze regelde alles zelf: de locatie, gesprekken met Abrona en de organisatie van de activiteiten. Sinds kort betreft ze daar ook andere deelnemers bij die begeleiding krijgen van Abrona. Ik ondersteun alleen waar nodig, als Jowita het overzicht even kwijt is bijvoorbeeld.”

Een plek van verbinding

De inloop is bedoeld voor mensen die zelfstandig wonen en op een aantal levensgebieden begeleiding of ondersteuning krijgen van Abrona. Inmiddels is het uitgegroeid tot een vaste ontmoetingsplek en komen er ook mensen van de Abrona-woongroepen Lange Dreef en Edelhertlaan. Jowita: “Het idee van de inloop is dat mensen niet thuis zitten en wachten tot de dag voorbij is, maar contact maken. En wie weet rollen daar vriendschappen uit. Iedereen is hier gelijk. De oudste deelnemer is 78, de jongste 22. Mensen helpen elkaar en wie stil in een hoekje zit, proberen we te betrekken in het gesprek.”

Activiteiten

Op de inloop draait het om meer dan gezelligheid. Naast koffie en thee worden er activiteiten georganiseerd zoals workshops, knutselen of een uitje naar de brandweer. Ook zijn er gesprekken over maatschappelijke onderwerpen zoals social media-gevaar en nepnieuws. En iedereen kan er terecht voor een luisterend oor. Jowita: “Mensen kunnen hier hun verhaal delen en we vragen bijvoorbeeld: ‘Hoe

gaat het met jou? En op je werk? Hoe was je dag vandaag?’ We praten even of troosten iemand. Gezien en geaccepteerd worden en verbinding maken, dat is het belangrijkste. En alles wat je bespreekt, blijft op de boerderij.”

Activiteiten die verbinden

De activiteiten worden met zorg gepland. In de zomer is er een hamburgeravond. Rond kerst maken we kerststukjes en voor sinterklaas staat er een gezellige avond op het programma met pepernoten en een cadeautje. Jowita betreft ook regelmatig de dieren van de kinderboerderij bij de activiteiten. “Met een ezel door het dorp wandelen of op de foto voor een kerstkaart, dat vinden mensen geweldig”, vertelt ze enthousiast.

Zelfs Jowita's hond Benji speelt een rol. “Ik neem ‘m wel eens mee naar de inloop. Voor mensen die zich ongemakkelijk voelen, is het heel fijn om even met ‘m te knuffelen.”

Een lach op elk gezicht

Door mensen te verbinden, brengt Jowita niet alleen gezelligheid, maar ook vriendschap in Driebergen. Jowita: “We hopen dat er nog meer mensen gaan komen en dat ook zij na afloop met een glimlach op het gezicht weer naar huis gaan.”



Inloop het Woelige Nest in Driebergen

Abrona en AxionContinu bundelen krachten voor inclusieve ouderenzorg

Abrona en AxionContinu slaan de handen ineen om ouderenzorg inclusiever te maken. Binnenkort starten zes assistenten woonhulp, ondersteund door Abrona, op locatie De Bijkershoek van AxionContinu. Hiermee krijgen zij een veilige leer- en werkomgeving én een waardevolle daginvulling. Tegelijkertijd worden medewerkers van AxionContinu door Abrona voorbereid om deze nieuwe collega's goed te begeleiden.

Werken en leren op maat

Een deel van de assistenten volgt de brancheopleiding Woonhulp van Calibris. Deze opleiding op niveau 1 geeft hen de kennis en vaardigheden om zelfstandig aan de slag te gaan. Voor anderen is een stage bij De Bijkershoek een belangrijk onderdeel van hun leerproces.

“Door deze samenwerking is het mogelijk dat mensen die wij ondersteunen de stap kunnen zetten naar werken met minder begeleiding waarbij ze betekenisvol werk doen voor ouderen” aldus Toke Piket, bestuurder van Abrona.

Wensen worden werkelijkheid

De samenwerking ontstond vanuit de wensen van cliënten om actief bij te dragen aan de ouderenzorg. “Bij Abrona luisteren we naar de behoeften en ambities van onze cliënten,” vertelt arbeidscoach Nora Franken. “We zoeken manieren om hun talenten te koppelen aan de behoeften in de zorg.”

Een inspiratie voor de toekomst

Naast directe voordelen voor cliënten en ouderen, werken beide organisaties aan een draaiboek voor toekomstige projecten. “We hopen andere zorgorganisaties te inspireren om ook stappen te zetten naar een inclusieve arbeidsmarkt,” aldus Martin den Hartog, bestuurder AxionContinu. “De inzet van assistenten woonhulp is een mooie aanvulling op het netwerk van onze bewoners.”

“Ik vond mijn eerste werkdag bij dementerende ouderen heel leuk, maar ook confronterend. Goed dat ik iets voor een ander kan doen” zegt de enthousiaste en betrokken Nikita. Nikita is een van de assistent woonhulp die is gestart bij AxionContinu.

Met deze samenwerking willen Abrona en AxionContinu bijdragen aan een samenleving waarin iedereen een waardevolle rol kan vervullen.



Samenwerking tussen Abrona en AxionContinu getekend

Abrona hijst met medewerkers en cliënten de regenboogvlag

‘Liefde en acceptatie staan voorop’

Op 11 oktober was het Coming Out Day. Een dag om stil te staan bij de acceptatie van de LHBTIQ+ gemeenschap. Abrona gelooft in een inclusieve werk- en woonomgeving waar je trots mag zijn op wie je bent en van wie je houdt. Om dat te laten zien, hesen medewerkers en cliënten op maandag 14 oktober de regenboogvlag bij Abrona. Als teken van verbondenheid en trots.

Vóór het hijsen van de vlag, ondertekende Abrona op 11 oktober, samen met andere zorgorganisaties uit de regio Utrecht, de Alliantieverklaring COC Midden Nederland. Met deze verklaring zeggen de zorgorganisaties dat ze zich inzetten voor de zichtbaarheid van LHBTIQ+ mensen met een verstandelijke beperking.

Iedereen is welkom

Maandag 14 oktober stroomt het pleintje bij het dienstencentrum van Abrona lekker vol. ‘Vandaag is een bijzonder dag’, spreekt Toke Piket, bestuurder van Abrona, iedereen toe. ‘We staan hier samen om de regenboogvlag te hijsen. Waar staat die regenboogvlag voor?’ ‘Dat iedereen zichzelf mag zijn’, laat een cliënt weten. Alle aanwezigen applaudisseren. ‘Inderdaad, zegt Toke. ‘Het gaat erom dat iedereen zich heel erg welkom voelt in deze wereld én bij Abrona. Ongeacht wie je bent of van wie je houdt. Bij Abrona geloven we in een samenleving waarin iedereen mee kan doen en iedereen zichzelf moet kunnen zijn. Laten we samen een omgeving maken waarin niemand zich buitengesloten voelt, waar liefde en acceptatie voorop staan.’

Liefde is liefde

Florian is een bewoner bij Abrona. ‘De vlag staat natuurlijk voor acceptatie voor de bijzondere mensen om het zo maar te zeggen’, vertelt hij. ‘Ik vind het wel heel erg bijzonder dat ie hier gehesen wordt. Ik vind dat ik overal mezelf zou moeten zijn, maar ik ben nog voorzichtig. Mensen zeggen soms wel “ik accepteer je”, maar ik zie aan hun gezicht dat het niet zo voelt. Ik ben heel blij dat er mensen staan bij het hijsen van de vlag. Dit soort evenementen mag Abrona vaker doen. Elk jaar een feest! Dat zal mensen

helpen meer zichzelf te durven zijn. Ik zou iedereen een regenboogvlag willen geven. Met als boodschap: accepteer ons, haat ons niet en heb je naasten lief. We zijn ook mensen, ook al hebben wij een andere vorm van liefde. Liefde is liefde.’

Vandaag kan het even

Ook Ali vindt dat iedereen zichzelf mag zijn. ‘Ik kom uit Somalië, maar daar zou ik de gevangenis in moeten omdat ik homo ben. Het is gevaarlijk daar als je homo bent. Mannen die op mannen vallen die zien elkaar stiekem. Je mag daar jezelf niet zijn. Ik kan ook nog steeds niet mezelf zijn voor mijn ouders. Dat is wel lastig. Ik heb besloten om het er niet met hen over te hebben, maar mijn eigen gang te gaan. Het liefst wil ik het van de daken schreeuwen, maar dat gaat niet in de Afrikaanse cultuur. Ik vind het daarom fijn dat het hier vandaag wel even kan.’

[Bekijk hier de video.](#)



Burendag 2024: Een dag vol verbinding en creativiteit

Op zaterdag 28 september vierden we Burendag in de Kosmos. Ondanks het slechte weer was er een mooie opkomst van cliënten en buurtbewoners. De dag stond in het teken van ontmoeting en het versterken van de band tussen cliënten van Abrona en de buurt.

Al vroeg in de middag arriveerden enthousiaste cliënten en familieleden. Buurtbewoners volgden later en werden hartelijk verwelkomd door Abrona medewerker en de voorzitter van de bewonersvereniging, die flessenpost uitdeelden. Sommigen vulden een enquête in, waarna ze als dank een kunstzinnige papieren hoes mee naar huis kregen, waarmee ze hun fles tot vaas konden omtoveren.

Het maken van deze vazen op de Kosmos was een ware hit onder de cliënten. Ze genoten van het uitprikken van de vormen en het aan elkaar leren naaien op de naaimachine, waarbij ze tekeningen gebruikten om iets moois voor de burens te maken.

Creatieve workshops en activiteiten

Het programma bood diverse workshops zoals botanisch tekenen, borduren en vliegers maken. Het vlieger maken was ook een groot succes. Aan het eind van de middag werden de zelfgemaakte vliegers opgelaten en was Rob een keer niet de enige vliegeraar op het grasveld voor zijn woning. Edo nam deelnemers mee op een Stoeplantjes-excursie, waar ze leerden over planten als lampenpoetsersgras, muizenoor en konijnenpootje.

Muzikale optredens en kraampjes

Het open podium bood ruimte voor muzikaal talent, waar cliënten zongen en muziek maakten met drums, banjo en gitaar, begeleid door Rob en Boudewijn. De bewoners van Abronalocaties hadden wat meer lef dan de buurtbewoners. Hoewel enkelen toch voorzichtig een stukje speelden op de piano in de gang.

In de snoezelruimte werd enthousiast deelgenomen aan de Spiegelstem-activiteit, een interactieve beleving van licht en geluid ontwikkeld door gamedesignstudio Monobanda. Spiegelstem biedt mogelijkheden voor actiever snoezelen en ondersteuning bij emotieregulatie



Bewoners en cliënten tijdens Burendag 2024

voor mensen met moeilijk verstaanbaar gedrag. De reacties van cliënten waren hartverwarmend: "Mag ik volgende week weer?" en "Ik kon me even helemaal uitleven." De activiteit gaf cliënten de ruimte om zich gezien en gehoord te voelen, zowel individueel als in groepsverband.

Naast de workshops waren er ook kraampjes opgezet met allerlei producten die door cliënten zijn gemaakt. Het was geweldig om te zien hoe goed deze producten werden verkocht! Buurtbewoners waren aangenaam verrast door de creativiteit en vakmanschap. Het gaf veel voldoening om de waardering van de buurt terug te zien in de vele positieve reacties.

Ontmoeting met de buurt

De dag bood veel mogelijkheden voor gesprekken tussen buurtbewoners en cliënten. Velen vonden het leuk om binnen te kijken bij de Kosmos, een plek waar ze dagelijks langslopen en zo meer te weten te komen over Abrona en haar bewoners.

We kijken met trots terug op een geslaagde Burendag en hopen dat deze ontmoeting de buurt dichter bij elkaar heeft gebracht.

Abronalympics, wat een geslaagde dag!

Een sportieve dag op Sterrenberg

Op woensdag 11 september was het een bruisende en sportieve dag op Sterrenberg. Het Orionplein was omgetoverd tot het Abronalympics plein, waar bijna 100 enthousiaste bewoners van verschillende locaties al vroeg te vinden waren. Ook bewoners van locatie Valkenier uit Maarssen waren erbij en hebben er een dagje uit van gemaakt. Muziek mocht natuurlijk niet ontbreken. Dj's Anne en Lianne maakten het feest compleet. Wat een energie en plezier hing er in de lucht!

Spelen en Bewegen

Het programma zat vol met leuke activiteiten. Bewoners konden kegels omvergooien, rodeorijden, hun weg vinden in het maïsdoolhof en zelfs door een menselijke carwash gaan. De Abronalympics werd georganiseerd door medewerkers van fysiotherapie, vrije tijd en participatie, met als doel gezond bewegen, samen de strijd aangaan en nieuwe mensen ontmoeten.

Fitheidsmetingen

Ook een van de onderzoekers van de Academische Werkplaats GOUD was aanwezig om verschillende fitheidsmetingen uit te voeren. Iedereen die het leuk vond, kon hieraan deelnemen. Abrona werkt binnen de Academische Werkplaats GOUD samen met Amarant en Ipse de Brugge.

Een succesvolle banenestafette

Het recruitment team van Abrona heette 10 geïnteresseerde potentiële collega's welkom. Ze vielen met hun neus in de boter op deze gezellige dag. Tijdens de rondleiding naar verschillende locaties, verzorgd door medewerkers en bewoners, ontstonden leuke gesprekken en werden ervaringen uitgewisseld. Bovendien was er een workshop Triple C, de light versie, waaraan ze deelnamen.

Blijde gezichten

Het enthousiasme was groot en dat was duidelijk te zien aan de blijde gezichten van de deelnemers. Bewegen is leuk en dat werd op deze dag weer eens bevestigd. De Abronalympics was ondanks de buien een groot succes! Dat was nooit gelukt zonder de hulp van begeleiders en teamleiders van Abrona. En natuurlijk is de Abronalympics mogelijk gemaakt door Vrienden van Abrona.

[Bekijk hier de video.](#)



Cliënten, medewerkers en vrijwilligers tijdens Abronalympics

Dag van de zorg

Elk jaar vieren we op 12 mei de Dag van de Zorg, een gelegenheid om onze waardering uit te spreken voor de toegewijde medewerkers in de zorgsector. Van verpleegkundigen tot artsen, van ondersteunend personeel tot vrijwilligers, zij verdienen alle lof voor hun inzet om anderen te helpen en te verzorgen. Op deze bijzondere dag zetten we enkele oudgediende collega's bij Abrona in het zonnetje.

Even voorstellen

Henk, Jan, Linda en Germa zijn stuk voor stuk al lange tijd verbonden aan Abrona.

Henk, met maar liefst 43 jaar dienst, heeft verschillende rollen vervuld binnen Abrona, van directe zorgverlening tot zijn huidige functie als functioneel beheerder van HR-applicaties en salarisadministratie. Jan begon 40 jaar geleden als fysiotherapeut en is later gaan werken als HR Business Partner op het gebied van Arbo & Preventie. Zelfs na zijn pensioen is Jan nog parttime actief bij Abrona. Linda zet zich al 25 jaar in als ambtelijk ondersteuner van de ondernemingsraad van Abrona, en Germa verricht al ruim 12 jaar waardevol werk op de financiële administratie.

Samen maken ze het verschil

Gedurende al die jaren bij Abrona hebben deze collega's veel meegemaakt en een verschil gemaakt in het leven van anderen.

Voor Germa gaat dit verder dan alleen haar werk. Haar dochter is drie jaar geleden verhuisd naar De Shelter in Veenendaal, waar zij helemaal is opgebloeid. Ook haar zwager heeft ruim een jaar geleden een plek gevonden bij Abrona Nieuw Bleyenburg. Zelfs Germa's man is sinds een jaar werkzaam bij Abrona. Samen vormen ze een kleine Abrona-familie.

Henk: "Zowel in mijn werk in de directe zorg met cliënten, als in mijn werk binnen de ondersteunende diensten was de rode draad eigenlijk altijd dat ik voor de ander veel heb kunnen betekenen of heb bijgedragen."

"Door vastberadenheid en samenwerking hebben we belangrijke veranderingen doorgevoerd binnen Abrona," vertelt Jan. "We hebben bijvoorbeeld separeerruimten gesloten en zijn overgestapt op een benadering gebaseerd op de triple C-visie, waarbij cliënten met meer respect en gelijkwaardigheid worden behandeld. Daarnaast hebben we ontwerpen gemaakt voor nieuwe zorggebouwen met aandacht voor fysieke ondersteuning en hebben we het Bedrijfsopvangteam Abrona (BOTA-team) opgericht om medewerkers te ondersteunen bij schokkende gebeurtenissen."

Advies aan nieuwe collega's

Wat zijn de belangrijkste lessen die de collega's hebben geleerd in de gehandicaptenzorg? "Het is mooi om te zien hoe iedereen zich inzet om onze cliënten een zo mooi mogelijk leven te geven," vertelt Linda. "Geduld en discipline zijn essentieel, net als het vermogen om samen te werken, je in te leven en objectief te blijven".

Natuurlijk willen deze ervaren collega's van Abrona ook iets meegeven aan degenen die overwegen om in de gehandicaptenzorg te werken. In de gehandicaptenzorg werk je vanuit je hart. Je hebt de mogelijkheid om echt het verschil te maken in het leven van mensen met een beperking. Het is een baan die uitdagend, afwisselend en uiterst dankbaar is. Bovendien biedt deze sector veel werkgelegenheid en volop kansen voor persoonlijke groei.

De gehandicaptenzorg is een wereld waarin je voldoening vindt en waarin je wordt omringd door fantastische collega's die zich onvermoeibaar inzetten voor de cliënten. Blijf positief, relatieveer en geniet vooral van de prachtige momenten met collega's, cliënten en hun familieleden.

Als laatste advies gaf een van de collega's nog een mooie tip mee, die eigenlijk voor iedereen geldt: **waar een wil is, is een omweg.**

Duoleren | een nieuw traject voor zij-instromers bij Abrona

Sinds kort bieden wij bij Abrona duoleren aan. Dit is een traject voor zij-instromers waarbij zij het eerste jaar samen, als duo, optrekken. De zij-instromers leren samen, met elkaar én van elkaar. Dit vergroot de instroom van nieuwe begeleiders en zij pakken samen met collega's het werk op.



Kimberley met cliënt op de trap

De zorg in Nederland is aan het veranderen. We moeten met minder personeel, minder beschikbare middelen en een groeiend aantal complexe zorgvragen, toch de zorg blijven bieden die nodig is. De situatie is bij Abrona niet anders dan bij andere zorgorganisaties. We zullen de zorg anders moeten inrichten op een manier die past bij de nieuwe landelijke richting om goede zorg te kunnen blijven leveren.

Om de zorg en ondersteuning goed te kunnen waarborgen hebben we voldoende, bekwame, vitale en gemotiveerde medewerkers nodig. Maar dat is met de huidige krappe arbeidsmarkt een flinke uitdaging. Eén van onze oplossingen? Zelf opleiden door bijvoorbeeld het aanbieden van trajecten zoals duoleren.

Bij Abrona geloven we in samen de switch maken. Ervaring in de zorg is hiervoor niet nodig, alleen een goede dosis enthousiasme en motivatie. Met duoleren worden zij-instromers binnen 2,5 jaar opgeleid tot begeleider complexe zorg bij Abrona. Het eerste jaar in een duo, daarna worden zij ontkoppeld.

Lees [hier](#) meer over het traject.

Zorgsafari bij Abrona

Sinds 2023 organiseert Abrona jaarlijks een zorgsafari. Tijdens de zorgsafari lopen collega's van Abrona een paar uur mee op een andere locatie. Het doel van deze zorgsafari is om meer inzicht in elkaars talenten en expertises te krijgen. Leren van en met elkaar en tips uitwisselen. Daarnaast versterkt het de verbondenheid met collega's en Abrona en weten we elkaar makkelijker te vinden als dat nodig is.



Anita tijdens zorgsafari bij wijkzorg

De zorgsafari van Anita, logopedist.

“Op 16 juli liep ik mee met de Wijkzorg met een avonddienst. De start in het kantoor van de Wijkzorg op Orionplein is om 14.30 met een koffietje. Daarna was er een overdracht tussen twee collega's, waar ik bij mocht zijn.

De vragen die aan de Wijkzorg worden gesteld kunnen gaan van een zieke cliënt, die nog iets zieker is geworden en het geven van medicatie, tot een lekkende wc of een storing in een zorgapparaat (zuurstof/sondevoeding). Verrassend misschien, maar het is uiteindelijk efficiënter wanneer er maar één loodgieter of monteur hoeft te worden gebeld.

De Wijkzorgcollega is de eerste die je spreekt als je je zorgen maakt over een cliënt maar ook als er een storing is bij het zuurstof apparaat. En als er iets ernstigs is gebeurd, waarbij ook de Wijkzorg wordt ingeroepen, zal de Wijkzorgcollega aan je vragen hoe het met je gaat en of je veilig thuiskomt.

Een leuke, bijzondere en verrijkende ervaring, deze WijkZorg-Safari! Ik heb een veel duidelijker beeld gekregen van het werk van dit sympathieke en dynamische team binnen Abrona. Het samen naast elkaar werken rondom een cliënt zal hierdoor nog soepeler verlopen.”

Camille: Mijn zorgsafari bij de Kosmos

Op 5 juni was het zover, ik mocht op zorgsafari! Een leuke manier om meer over Abrona te weten te komen. Zeker omdat ik nog maar drie maanden bij Abrona werk. Mijn zorgsafari was op de Kosmos. En dat is heel wat anders dan de werkzaamheden bij de Zorgadministratie.

Om half negen was er de start van de dag met alle begeleiders. Vervolgens ben ik op het Klusteam geweest, met de betrokken en kundige begeleiders Jamie en Karin. Zij hebben mij van alles laten zien en uitgelegd. Erg mooi hoe de cliënten bezig zijn en zichzelf kunnen zijn en met alle aandacht begeleid worden.

Heel fijn om de sfeer daar te proeven. Ik heb kennisgemaakt met Telat, Wilfried, Frans, Cor, Kersja, Anita en Karel. Wat ik heel knap vind van de begeleiders, is dat ze continu in de gaten hebben wie wat nodig heeft en dat met alle liefde doen.

Daarna heb ik de activiteiten bij het Inpakhuis leren kennen met de uitleg van Rosine en ook van Casper, die flink bezig was met de loopklossen voor een school. Ook de verwerking van brandweerslangen tot nieuwe gebruiksobjecten (portemonnee, etui, ...) vond ik een goed staaltje innovativiteit en duurzaamheid.

Tot slot wilde ik ook wel heel graag zelf nog de handen uit de mouwen steken, en daar was



Camille tijdens zorgsafari bij Inpakhuis

gelukkig ook gelegenheid voor, en behoefte aan! Win-win zeg ik dan! Met Karen, Carol en Derrick hebben we nog een goed half uur EHBO dozen voor Defensie ingepakt. Heel mooi hoe dat proces was gestructureerd! En leuk om wat bij te kunnen dragen.

Ik vond het een grote verrijking voor mijn kijk op – en begrip van – wat er allemaal bij Abrona gebeurt in het ‘primaire proces’ – zoals ik dat noem. En ik ben trots dat ik er vanuit mijn ondersteunende functie indirect aan bij mag dragen.



Vrijwilligers bij locatie Linschoten

Anneke: Op Safari bij locatie Linschoten

Een kijkje nemen op locatie Linschoten stond al lang op mijn lijstje. De zorgsafari was een mooie aanleiding om eindelijk locatie Linschoten te bezoeken. Op 5 juni reed ik naar Linschoten.

Ik werd hartelijk ontvangen door begeleider Cathy en mocht gelijk aanschuiven voor het koffiemoment. Ik maakte kennis met vrijwilligers Koos en Greet en een aantal cliënten. Greet en Koos vertelden dat ze vorige week ondanks de vele regen de avondvierdaagse hadden volbracht. Ik sprak Henry en vertelde dat ik op locatie Sterrenberg werkte. Daar had hij ook gewoond. Hij woont namelijk al bijna 60 jaar bij Abrona. Hij woonde in het hoofdgebouw wat nu het Dienstencentrum is. Ook sprak ik Charlotte. Wij kennen elkaar van lang geleden. Zij kwam naar de dagbesteding in De Meern waar ik toen activiteitenbegeleidster was. We werden beiden blij om elkaar weer te zien.

Later sprak ik wat uitgebreider met Greet en Koos. Greet kwam in contact met locatie Linschoten toen ze in het dorp een medewerkers van Linschoten tegenkwam. “Ik hoorde het verhaal van Henry die echt heel graag wat vaker bezoek zou willen en dat sprak mij enorm aan. Nu kom ik wekelijks langs bij Henry. Ik geniet ervan om zijn verhaal te horen en hij geniet van de aandacht die ik voor hem heb.

Koos is haar man. Hij kwam een keer mee met Greet toen er extra mensen nodig waren om rolstoelen te duwen. Koos zag dat er in de tuin extra onderhoud nodig was en bood aan om de tuin op te komen knappen. “Nu kom ik elke woensdag in de tuin werken en Fred helpt mij dan vaak mee. We hebben echt een klik met elkaar. Ik geniet ervan om zijn verhalen te horen en heeft hij zijn dag niet, dan begin ik alleen en meestal komt hij dan even later toch meehelpen. Naast tuinonderhoud, help ik ook met allerlei andere klussen, zoals iets ophangen, iemand ergens naar toe rijden enz. Daar word ik dan over gebeld om een dagje extra te komen. En als ik kan, dan doe ik dat. Ik voel me hier heel erg welkom. Dat laten de cliënten en de medewerkers goed merken”. En daar is Greet het helemaal mee eens.

Na de koffie wilde Erica mij Linschoten laten zien. Samen stapten we op de duofiets. En Erica weet goed de weg. Ze liet me alle leuke straatjes zien, we fietsen over talrijke bruggen. Onderweg werd er vrolijk gezwaaid. Ik werd nieuwsgierig, “ken je iedereen”? “Nee niet iedereen, maar dat is Wim, die ken ik van de kerk”. Ik zag hoe Erica genoot om mij haar prachtige dorp te laten zien en ik genoot van ‘mijn Safari’ door Linschoten.

Na onze fietstocht schoven we weer even aan bij de dagbestedingsgroep waar iedereen met een eigen handwerkje of knutselactiviteit bezig was.

Toen het tijd werd om te lunchen, nam ik afscheid. Ik had een geweldige ochtend gehad, enthousiaste medewerkers, vrijwilligers en cliënten ontmoet.



Anneke tijdens zorgsafari in Linschoten

Unieke stage ervaring bij Abrona voor studenten Sportacademie

MBO Amersfoort en Abrona slaan de handen ineen om een unieke ervaring te bieden aan MBO-studenten. Vorig jaar lanceerden beide organisaties het pilotprogramma dat studenten de kans geeft om inzicht te krijgen in de gehandicaptenzorg en samen te werken met cliënten. Dit jaar bloeit het project verder op met 18 enthousiaste derdejaars studenten van de Sportacademie MBO Amersfoort, die elke donderdagochtend hun weg vinden naar de Kosmos van Abrona.

Verdeeld over 9 groepen gaan de studenten gedurende 8 weken hun stageopdracht, deelnemers op maat meer in beweging krijgen en/of de fitheid verbeteren, vormgeven. Stijn, fysiotherapeut en onderzoeker bij Abrona: “Deze pilot is onderdeel van het beweegprogramma dat ontwikkeld is door de academische werkplaats GOUD waar Abrona een van de samenwerkingspartners is.”

Bij Abrona worden de studenten opgevangen door begeleider Nina, die als coördinator bij de Kosmos ervoor zorgt dat alles op rolletjes loopt. “We leren allemaal van elkaar, in deze weken is er veel uitwisseling van kennis en ervaringen. Niet alleen de studenten profiteren van onze expertise en inzichten, maar ook wij halen waardevolle lessen uit de interactie die studenten hebben met cliënten. Het is geweldig om te zien.”

Niet zonder voorkennis beginnen

Maar voordat de studenten echt aan de slag gaan, worden ze voorbereid. Ze duiken in lessen over gedragsverandering, sport & beweging en maken kennis met de gehandicaptenzorg.

“Bij de Kosmos komen ook cliënten met een intensievere ondersteuningsbehoefte. Op de vraag wie van de studenten zou willen aansluiten bij deze groep cliënten, gingen er meteen 4 vingers omhoog,” vertelt Klaas-Jan. “heel leuk om te zien.” Klaas-Jan begeleidt de studenten vanuit de Sportacademie MBO Amersfoort.



MBO studenten sportacademie tijdens stage

Hoewel de studenten aanvankelijk weinig wisten over de gehandicaptenzorg, vinden ze al snel hun draai. “Het is een wisselwerking. We moeten de tijd nemen om cliënten te leren kennen, te begrijpen wat ze willen en kunnen om daar zo goed mogelijk op te kunnen aansluiten,” deelt een van de studenten.

Van observatie tot gesprekken met cliënten en het ontwikkelen van plannen die aansluiten bij hun behoeften, de studenten gaan methodisch te werk. “Als je niet op hen afstemt, doen ze gewoon niet mee. Het draait allemaal om de behoeften en mogelijkheden van de cliënt,” vult een andere student aan.

Napraten is belangrijk

Na elke stage dag is er ruimte voor reflectie. Het is essentieel om te bespreken hoe de dag verliep en hoe de studenten zich voelen. Dat is belangrijk want er kunnen zich onverwachte situaties voordoen waar ze nog niet goed mee om kunnen gaan.

De studenten sluiten af met een eindpresentatie voor medewerkers en cliënten. Klaas-Jan: “Vorig jaar leverde dat enthousiaste en ontroerende reacties op”. Ook volgend schooljaar staat de deur open voor studenten van MBO Amersfoort die willen deelnemen Abrona.

Centrale Cliëntenraad aan het woord

Jeffrey en Anne zitten allebei in de Centrale Cliëntenraad van Abrona (de CCA). De CCA adviseert het bestuur over belangrijke onderwerpen als eten en drinken, personeelstekort en de inzet van vrijwilligers.

Jeffrey woont in Driebergen op de Lange Dreef en werkt op Boerderij de Bossewaard in Cothen. Jeffrey was al actief in de lokale cliëntenraad en werd door zijn begeleider gestimuleerd om ook actief te worden in de CCA. Anne krijgt ambulante ondersteuning, nadat ze tien jaar op Het Kasteel in Woerden woonde. “Je moet ook voor anderen kunnen denken, niet alleen voor jezelf of je eigen locatie”, vertelt Anne.

In gesprek

Ze vertelt dat de CCA uit negen leden bestaat. Samen vertegenwoordigen zij iedereen die begeleiding en ondersteuning van Abrona krijgt. Zijn er vragen of problemen, dan kan de CCA helpen. “We vergaderen gemiddeld tien keer per jaar. Dan praten we over allerlei onderwerpen, zoals de financiële begroting of over het eten en drinken, maar we spreken ook regelmatig met de managers en bestuurder Toke over bijvoorbeeld het personeelstekort.”

Veel emoties

“Vooral het onderwerp eten en drinken ligt heel gevoelig. Dat roept veel emoties op”, vertelt Jeffrey. “Wij willen het beste voor de mensen die begeleiding en ondersteuning van Abrona krijgen. Vaak moeten wij veel moeten inleveren en daar hebben we moeite mee.” Anne: “Het helpt als we uitgelegd krijgen waarom bepaalde keuzes worden gemaakt. We snappen ook heel goed dat dingen betaalbaar moeten blijven. Over elk onderwerp geven wij een advies. En we zijn ook heel creatief in het bedenken van oplossingen”, zegt Anne trots.

Iedereen meepraten

Anne: “Door de nieuwe Wet medezeggenschap cliënten zorginstellingen is het nog belangrijker geworden dat iedereen kan meepraten. We zijn op zoek hoe we dit het beste kunnen vormgeven. Soms sturen wij bijvoorbeeld brieven of enquêtes naar de locaties. En we stimuleren de locaties om samen in gesprek te gaan.” Jeffrey: “We zijn heel tevreden over de aanpassing van het ondersteuningsplan. Dit is nu veel duidelijker voor ons. En wij krijgen veel energie van het praten over belangrijke onderwerpen als de invulling van vrije tijd en de inzet van bewoners als vrijwilligers.”



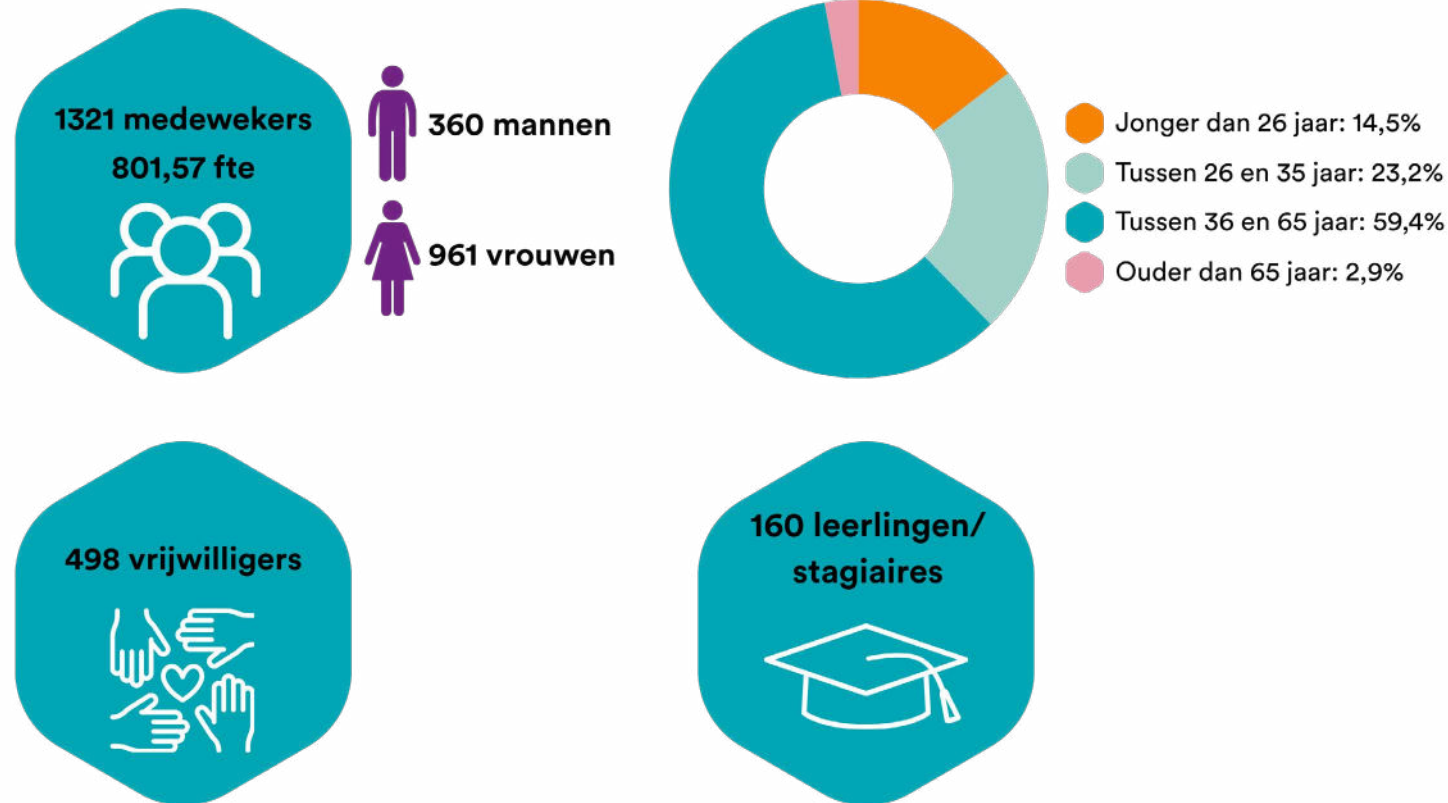
Leden van de centrale cliëntenraad



Abrona in cijfers

Medewerkers

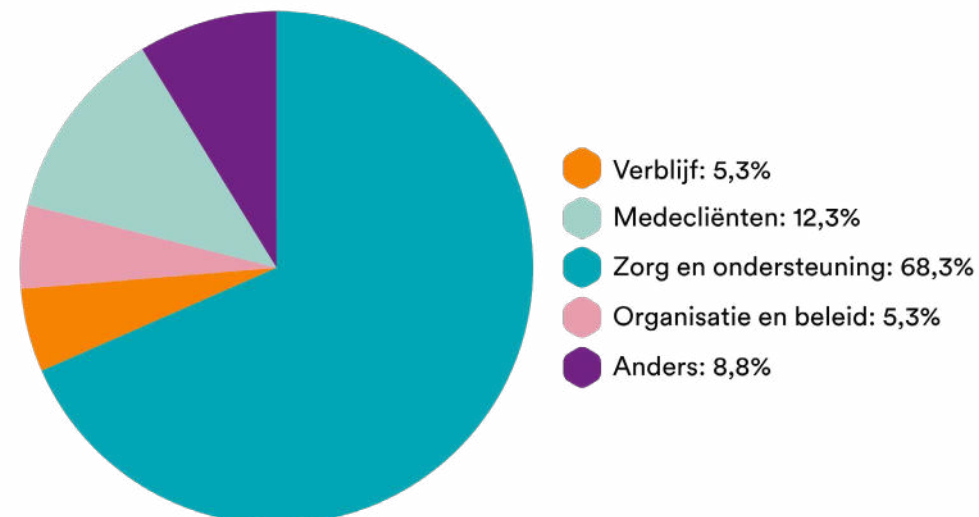
Tabel 1: Leeftijden medewerkers



Aantal kwesties cliëntvertrouwenspersonen

In 2024 heeft de cliëntvertrouwenspersoon WKKGZ 57 meldingen ontvangen.

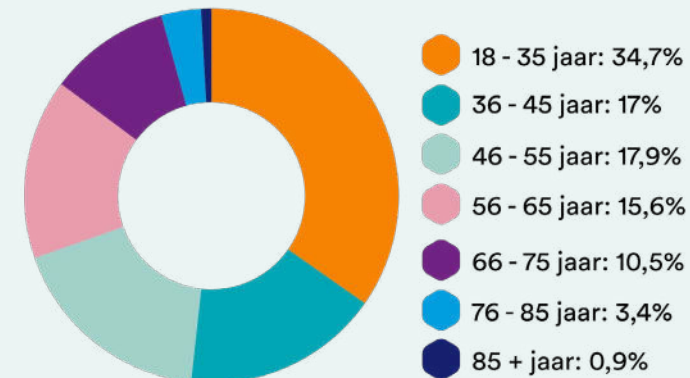
Tabel 2: Categorie van onvrede en klachten



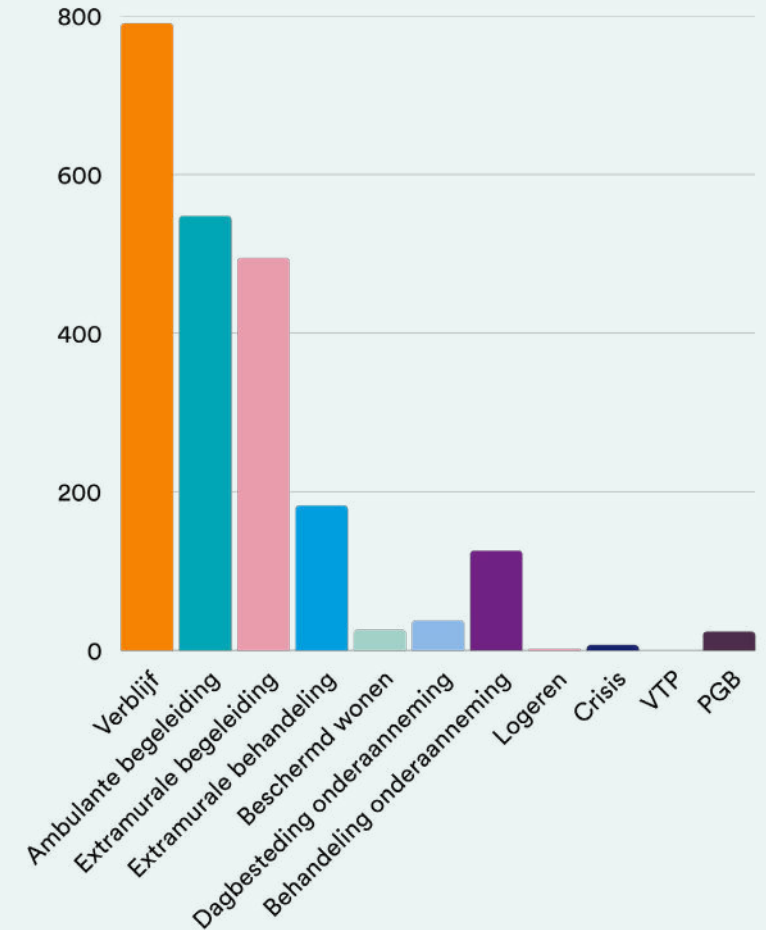
Clënten



Tabel 4: Leeftijden cliënten



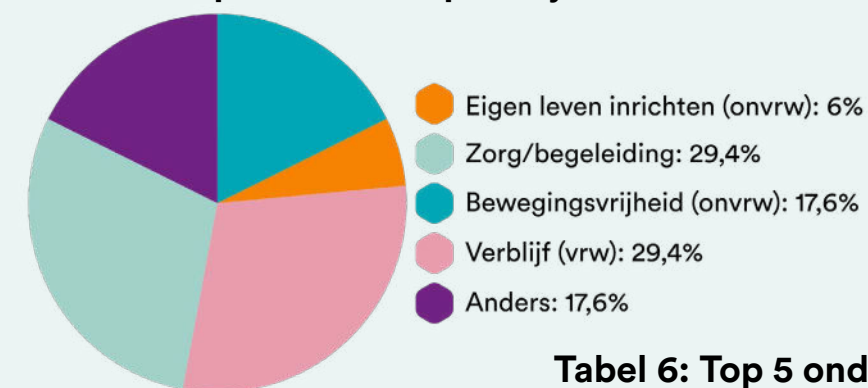
Tabel 3: Indicatie cliënten



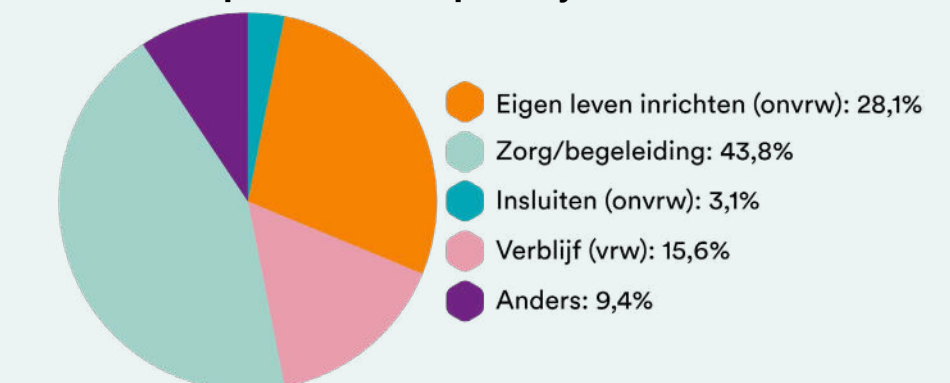
CVP Wet zorg en dwang

De cliëntvertrouwenspersoon Wet zorg en drang heeft 53 kwesties ontvangen.

Tabel 5: Top 5 onderwerpen bij Informatie 2024



Tabel 6: Top 5 onderwerpen bij Onvrede 2024



Sterrenberglaan 6
3712 XA Huis ter Heide

088 201 99 11
info@abrona.nl

abrona.nl
werkenbijabrona.nl

