

KONTAKTSTER

Voorjaar 2018

*Internetcafé
bestaat 10 jaar
pagina 2*

*TANDEM fietst mee voor
Alzheimer Nederland
pagina 5*

*Personeelsfeest 2018
pagina 7*



Internetcafé bestaat 10 jaar

Afgelopen maand was het tien jaar geleden dat het internetcafé in de Zevenster geopend werd. Het idee voor het café werd voor het eerst in mei 2007 in de cliëntenraad geopperd. Wim Ansen stond hier direct positief tegenover en de voorbereiding kon beginnen. Er werd een plan gemaakt en de Ronssehof werd bezocht om te zien hoe zij hun computerlesfaciliteit hadden georganiseerd. Ook werd Cor Strijdhorst gevraagd om de plannen praktisch uit te werken. In het verslag van de cliëntenraad van december 2007 stond:

De voortgang van de realisatie van de computerhoek verloopt goed. Cor Strijdhorst heeft een opzet gemaakt van de opstelling. Dit ziet er goed uit. Details worden op 19 december met Wim, Cees en Kees doorgesproken, waarna het meubilair enz. besteld kan worden. Apparatuur (computers + toebehoren) zal half januari gereed zijn voor installatie. Er is een stukje in de Kontaktster geschreven over de plannen van de computerhoek. Het werven van deelnemers en vrijwilligers gaat komende maand beginnen.



Het internetcafé door de jaren heen

Op 3 maart 2008 werd de computerruimte feestelijk geopend. Vanaf het begin was er al een flinke belangstelling. De eerste jaren waren er diverse bewoners van de Zevenster die met de computer wilden leren omgaan. Het kwam voor dat zij hun kinderen ver weg in het buitenland een e-mail stuurden (met foto) en bij de eerstvolgende les kwamen informeren: is er al antwoord? Opeens waren de afstanden voor hun een stuk kleiner geworden.

In de jaren daarna nam het aantal cursisten onder de bewoners af en kwamen steeds meer senioren uit de omgeving naar het internetcafé. Al die jaren waren er voldoende enthousiaste 'instructeurs' om de 'cursisten' bij te staan. We geven echter geen cursussen of workshops. Het internetcafé is eigenlijk een faciliteit, waar men met vragen kan komen en daarmee net zolang geholpen wordt tot men het zelf kan. Het aardige is dat na tien jaar in 2018 iedereen nog steeds even enthousiast is als in het begin.

Meer weten?

Vanaf het begin wordt het internetcafé geleid door Cor Strijdhorst, die voor geïnteresseerden het vaste aanspreekpunt is. U kunt Cor bereiken op (0180) 632593. Daarnaast kunt u, als u belangstelling heeft, gerust eens bij ons langskomen in onze computerruimte bij de Zevenster op de 2e verdieping. Dan kunt u zelf zien hoe we de 'cursisten' meer kennis bijbrengen. De openingstijden van het internetcafé zijn: op maandag en vrijdag van 10.00 – 12.00 uur en op woensdag van 14.00 – 16.00 uur.

En... de koffie staat voor u klaar.

Kontaktster is een uitgave van de Zevenster. Editie: voorjaar 2018

Met dank aan alle mensen die een bijdrage stuurden.
Voorpagina: Thanita van Dijk
Foto's: in eigen beheer
Vormgeving: marketing2mix

Stichting 'Vrienden van de Zevenster'

Het doel van deze stichting is het geven van materiële steun, welke ten goede komt aan de bewoners van de Zevenster. U kunt ons steunen door uw gift(en) te storten op rekeningnummer NL45RABO 0375 0479 99 ten name van 'Vrienden van de Zevenster



Redactie:

Karin Vear
de Zevenster
Leliestraat 3
2761 HD Zevenhuizen
Tel: 0180-637111
redactie@de7ster.nl
www.de7ster.nl

Inhoudsopgave

Internetcafé bestaat 10 jaar	2
Lieve mensen	4
TANDEM fietst mee voor Alzheimer Nederland	5
Van de cliëntenraad	6
Personeelsfeest 2018	7
Een goed gesprek met... Conny Lubking	8
Daarbij die molen	9
Terugblik op de activiteiten	10
Even voorstellen... Ciska Slegtenhorst	11
Aankomende activiteiten	12

Van de redactie

Voor u ligt weer een nieuwe editie van de Kontaktster. Het is de voorjaarseditie en dat is inmiddels ook buiten goed te merken. De bollen schieten de grond uit en de tuinen en parken krijgen weer kleur. En niet alleen voor de natuur is de zon welkom. Ook voor mens en dier is het lekkere weer een welkom kadootje. Weer buiten een wandelingetje maken of zomaar even op een bankje zitten. Wellicht met de Kontaktster erbij.

Ik wens u in ieder geval veel leesplezier en graag tot een volgende keer.



Lieve mensen



Na een lange winter, die maar niet voorbij leek te gaan, schieten we de afgelopen dagen in één keer de zomer in. Het groen barst uit de bomen en de vogels zijn al volop bezig om hun nesten te vullen, zodat zij hun eieren kunnen leggen en de jongen uit kunnen broeden. In mijn kippenhok ervaar ik dat aan den lijve, want één van mijn kippen is broeds. Ik moet zeggen een hele ervaring, want deze dame laat het ook weten ook. Hoewel ze veelal prima aan te raken zijn blijf ik nu maar uit de buurt, want voordat ik het weet heb ik een plaats in de pikorde gekregen. Maar goed, het gaat over zeggen de ervaren houders.

Ontwikkelingen

Bij de Zevenster wordt er hard gewerkt aan de organisatie en aan de afronding van 2017. Om maar met het laatste te beginnen: we kunnen stellen dat de Zevenster een goed 2017 achter de rug heeft. De effecten van de bezuinigingen die de Zevenster in de afgelopen jaren heeft doorgevoerd, hebben hun vruchten afgeworpen. Dat is goed voor de organisatie en voor de financiële stabiliteit van de Zevenster en dat kunnen we, gezien de ontwikkelingen, goed gebruiken.

De organisatie van de zorg is in de afgelopen maanden versterkt met de aanstelling van zowel zorginhoudelijke medewerkers als de versterking van de coördinatie en de leiding. In deze Kontaktster stellen de laatsten zich nader aan u voor. Daarmee zetten wij een volgende stap richting de toekomst om ons als zelfstandige organisatie te blijven profileren en versterken.

Huisvesting

Een belangrijke opdracht die er nog voor ons ligt, is het vinden van een goede oplossing voor onze huisvesting. Het gebouw nadert de 50 jaar en alle inspanningen zijn er op gericht om dit 'feest' vooral niet te vieren. Het lijkt soms alsof er op dit gebied niets gebeurt, maar dit soort projecten vraagt veel voorbereiding en daar wordt hard aan gewerkt!

Voor u ligt weer een nieuwe versie van de Kontaktster. Ik hoop dat u deze met veel plezier leest en wellicht bereid bent om hier ook uw schriftelijke steentje aan bij te dragen.

Ik wens u een mooie zomer toe!

Wim Ansen



TANDEM fietst mee voor Alzheimer Nederland

Samen met andere zorgorganisaties draagt de Zevenster al vijf jaar bij aan het bestaan van TANDEM (Transmurale Attentie Naast Dementie). TANDEM wil de beste zorg bieden aan zelfstandig wonende cliënten met (beginnende) dementie en hun naasten door middel van regionaal georganiseerd casemanagement dementie. Op dit moment zijn er twee casemanagers van TANDEM in dienst bij de Zevenster, namelijk Kri-Janda van der Loo en Daniëlle Koster.

Dagelijks werk TANDEM

Het dagelijkse werk van het TANDEM-team houdt in dat ze zelfstandig wonende mensen met dementie of een vermoeden van dementie begeleiden. Hierbij helpen ze de cliënt en zijn/haar naasten bij het omgaan met de klachten van het ziektebeeld en de gevolgen ervan in het dagelijkse leven. Vanuit een onafhankelijke rol regelen ze de hulp en zorg die het beste bij de situatie van de cliënt past om de zelfstandigheid van de cliënt zo lang mogelijk te behouden.

Op de TANDEM!

Nu willen Kri-Janda en Daniëlle graag verder gaan... letterlijk! Samen met nog tien collega's van TANDEM gaan ze de sportieve uitdaging aan om op 22 en 23 september 2018 de vergeet-mij-niet-route van 2bike4alzheimer te fietsen. Uiteraard wordt dat op een tandemfiets gedaan. Binnen 24 uur zal er vijfmaal tachtig kilometer gefietst



worden, oftewel vierhonderd kilometer in totaal. Met deze actie wordt aandacht gevraagd voor dementie en geld ingezameld voor wetenschappelijk onderzoek naar de ziekte. En ja, hoewel TANDEM met elkaar (en met diverse andere teams uit het hele land) het fietsen voor hun rekening neemt, hebben zij uw hulp hard nodig: als sponsor!

Het team steunen?

Donaties aan het TANDEM-team komen direct ten goede aan het door 2bike4alzheimer gekozen onderzoek. Dit jaar worden de opbrengsten gebruikt voor onderzoek naar depressie en risico op dementie door Mirjam Geerlings van het UMC Utrecht. Doneren kan heel eenvoudig via de speciale website: www.2bike4alzheimer.nl/tandemholland_1

TANDEM gaat deze sportieve uitdaging graag als team aan en hoopt met deze actie veel geld bij elkaar te fietsen op de tandem. [Helpt u mee?](#)

Van de cliëntenraad

Op zaterdag 31 maart is onverwachts de heer Hoogerbrugge overleden. Hij was sinds juli 2015 lid van de cliëntenraad. Ik kwam hem vaak buiten bij de ingang tegen, waar hij dan genoot van een sjekkie in de buitenlucht. Hij nam actief deel aan ons overleg en als er iets niet goed was bracht hij zijn mening duidelijk naar voren. De laatste tijd na terugkeer uit het ziekenhuis was hij wat minder, maar wel geïnteresseerd in wat er zo speelde. Bijna elke week liep ik wel even bij hem binnen om te zien hoe het met hem ging en om hem van de laatste ontwikkelingen op de hoogte te stellen. Vandaar ook dat zijn plotselinge overlijden als een schok kwam. Wij zullen hem missen.

Uitkomst cliënteninterviews

Zoals bekend zet de cliëntenraad zich in voor de belangen van de cliënten (vroeger nog wel bewoners, tegenwoordig zorgvragers genoemd). Het welzijn van de cliënten staat bij ons voorop. In 2017 is door middel van een aantal cliënteninterviews gemeten hoe tevreden de cliënten zijn over de zorg die zij ontvangen. Zowel bij de zorg als bij de PG zijn er 18 interviews gehouden. Het resultaat is positief: het gemiddelde cijfer is een 8, dus goed. Wel komen er een aantal opmerkingen naar voren zoals de werkdruk van het personeel is wel hoog, er is behoefte aan meer persoonlijke aandacht voor de bewoner, men wenst meer activiteiten en vraagt aandacht voor het onderhoud van de kamers. Maar op zich een goed resultaat, waar wij tevreden over zijn.

Nieuwbouw

Een steeds terugkerend onderwerp is hoe het nu met de nieuwbouw staat. Wij weten dat Wim Ansen hiermee bezig is, maar verder krijgen wij op dit moment weinig te horen. Wim Ansen zit nog in de oriënterende fase, waarin verschillende scenario's afgewogen moeten worden. Het gezegde is weliswaar dat je een broedende kip niet moet storen, maar wij willen graag in een vroeg stadium meedenken. Wordt vervolgd.

Opnamemonitor

Regelmatig komen er kamers bij de Zevenster vrij en worden nieuwe bewoners opgenomen. Dit is natuurlijk een grote overgang, zowel voor de nieuwe bewoner als voor de kinderen die vader of moeder naar het verpleeghuis brengen. Hierbij is de eerste kennismaking en opvang een belangrijke gebeur-

tenis. In 2017 zijn gesprekken gevoerd met nieuwe bewoners en/of contactpersonen over hoe de eerste kennismaking/rondleiding is ervaren. De resultaten zien er goed uit. Natuurlijk gaat er wel eens wat mis, maar over het algemeen is men erg positief over de manier waarop de opnamedag vorm wordt gegeven. Op de vraag 'heeft u nog suggesties ter verbetering' kwam vooral de behoefte aan een goede informatie-map naar voren. Daar gaan we dus aan werken.

Kontaktster

In het verleden gaf de Zevenster vier keer per jaar de Kontaktster uit, een papieren versie met verhalen, foto's en mededelingen over het wel en wee bij de Zevenster. Elk seizoen verscheen er een nieuwe Kontaktster in een oplage van zo'n 400 stuks. De afgelopen twee jaar is er een beetje de klad in gekomen en verscheen de Kontaktster slechts twee keer per jaar. Ook had men moeite om voldoende kopij te verzamelen.

Er is nu een werkgroepje gevormd om de toekomst van de Kontaktster vorm te geven. Gelukkig blijft de papieren versie bestaan, maar ook op de website van de Zevenster wil men de Kontaktster gaan plaatsen. Wij maken ons sterk om weer 'ouderwets' vier keer per jaar het blad te doen verschijnen. Daartoe moet wellicht het aantrekken van kopij eens kritisch bekeken worden. De werkgroep gaat dit verder uitwerken. Wij zullen u daarvan op de hoogte houden.

Melding incidenten

Hoewel de zorg bij de Zevenster goed bevonden wordt, is het toch onvermijdelijk dat er met enige regelmaat incidenten voorkomen. Je kunt hierbij denken aan valincidenten, medicijnincidenten of agressie. Ook komt er af en toe een vermissing van een bewoner voor. Deze incidenten worden gemeld bij de MIC-commissie, die deze meldingen kritisch bekijkt met als doel om ervan te leren en waar nodig de processen te verbeteren. Ook worden de meldingen vergeleken met die van voorafgaande jaren om te zien of er een stijgende dan wel dalende lijn in zit. Wij hebben een overzicht van de gemelde incidenten in 2017 die wij met de directie gaan bespreken. Belangrijk is dan de vraag wat men kan doen om het aantal incidenten te verminderen.

Kees Smorenburg



Personeelsfeest 2018!

Het personeelsfeest was weer een geslaagde avond! Dit jaar zijn de medewerkers van de Zevenster verwend met een avond vol gezelligheid bij Partycentrum Dekker in Zoetermeer. Bij aankomst werd de grote groep, van bijna 60 personeelsleden, ontvangen met een drankje. Daarna konden wij aan tafel met elkaar genieten van het heerlijke Italiaanse buffet, met als afsluiting een lekker dessert.

Gezellige pubquiz

Nadat wij de maagjes hadden gevuld, was het tijd voor de pubquiz. Er waren drie vragenrondes, gevolgd door een audioronde. Partycentrum Dekker maakte de pubquiz met onverwachte prijzen extra spannend voor ons. De aanwezige medewerkers werden eerst onderverdeeld in teams. Ieder team bedacht zijn/haar unieke teamnaam. Toen de vragen gesteld werden, begon ieder team enthousiast aan het schrijven van de antwoorden. De vrolijke pubquiz presentator liet aan het einde weten dat het tijd was voor de prijsuitreiking. Deze teams vielen in de prijzen:

3e plaats team Wim's angels

Teamleden: Wim, Bianca, Christa, Gre en Helma

2de plaats team De Beppies

Teamleden: Marja, Nel, Daphne, Janny en Jacqueline

1ste plaats team Pegasus

Teamleden: Bert, Cora, Jolanda, Jaq en Marjolein



Na de prijsuitreiking van de pubquiz verhuisde de hele groep naar de bowlingbanen, hier werd nog een tijdje hard gelachen en vooral genoten! Zoals jij je waarschijnlijk wel kunt voorstellen, kijk ik al enorm uit naar het volgende personeelsfeest!

Mariëlle Kollmann

Een goed gesprek met Conny Lubking

Bij de Zevenster draait de zorg om mensen. Om onze bewoners en hun familie en mantelzorgers, onze thuiszorgvragers, onze medewerkers, onze vrijwilligers en onze behandeldiensten. In de serie 'Een goed gesprek met...' willen wij u graag met deze mensen laten kennismaken en u meer inzicht geven in het reilen en zeilen van onze zorgorganisatie. In deze aflevering geven we het woord aan Conny Lubking, teamleider Somatiek en Thuiszorg bij de Zevenster.



Vertel iets over jezelf

Ik ben Conny Lubking en ik ben 53 jaar. Ik ben getrouwd, samen hebben we 4 volwassen kinderen die allemaal zelfstandig wonen en ik ben oma van 2 kleinzoons. Ik kom oorspronkelijk uit Rotterdam en ik heb 7 jaar in Zwolle gewoond. Sinds vorig jaar zijn we woonachtig in Slikkerveer en het dorpse karakter maakt dat we er fijn en rustig wonen. De grote stad is dichtbij, dus er is vermaak genoeg als we daar behoefte aan hebben.

Sinds 1982 ben ik werkzaam in de zorg, voornamelijk direct uitvoerend en sinds 2010 in een leidinggevende functie. Ik ben teamleider en teamcoach geweest en deze twee functies combineer ik nu in mijn stijl van leidinggeven.

Hoe ben je bij de Zevenster betrokken?

Sinds 12 maart ben ik werkzaam bij de Zevenster als teamleider Somatiek en Thuiszorg en ik heb mij vanaf de eerste dag welkom gevoeld. Het warme gevoel dat ik hier ervaar, de tevreden gezichten van bewoners, het respect en de liefdevolle benadering van de medewerkers naar de bewoners toe is iets wat ik lang niet meer gezien heb.

Wat vind je van de Zevenster?

De kleinschaligheid van de Zevenster spreekt me enorm aan. Ondanks mijn korte werkperiode, heb ik al met de meeste medewerkers kennisgemaakt en ken ik inmiddels veel namen. Dat maakt de lijnen kort en het persoonlijke contact beter. Ongeacht dat ik hier pas sinds kort werkzaam ben en nog moet wennen aan het filerijden, ga ik iedere dag fluitend naar mijn werk.

Wat vind je belangrijk in je functie?

Ik vind het belangrijk dat de medewerker zich gehoord voelt, dat we samen kijken naar de kracht van de medewerker en investeren om die eruit te laten komen. Als je namelijk (naast de lichamelijke verzorging) dat doet waar

je goed in bent, krijg je veel energie en is je werkplezier groter. Ik heb een open deur beleid, wat betekent dat iedereen binnen kan lopen om zijn verhaal te doen of iets te vragen.

Samen met het management worden de kaders uitgezet, maar daarbinnen moet een medewerker ook de vrijheid ervaren om initiatieven te mogen nemen, eigen ideeën uit te kunnen voeren en om samen tot goede resultaten te kunnen komen. Ik ben van mening dat we met elkaar, 24 uur per dag, zorgen dat de bewoners optimale zorg krijgen.

Doordat ik met zoveel verschillende mensen werk, ieder met hun eigen ideeën, verwachtingen en wensen, is iedere dag verschillend. Ik heb het nodige werk 'achter' het bureau, maar indien nodig help ik ook op de afdeling.

Wat maakt je werk boeiend?

Ik heb alle facetten van de zorg meegemaakt, en kan niet duidelijk een voorkeur uitspreken voor een doelgroep. Iedere doelgroep heeft zijn eigen charme en zijn mensen die hulp nodig hebben in welke vorm dan ook. Jongeren verzorgen blijft uniek. Zeker omdat ik in die tijd zelf jonger was en het erg dichtbij kwam. De kunst is dan om na het werk afstand te nemen en dat gaat de ene keer makkelijker dan de andere keer. Van iedere situatie heb ik geleerd en dat maakt dat ik me een rijk mens voel.

Wat me nu zeer intrigeert is dat we in de Zevenster een nieuwe weg inslaan, waar het welzijn van de bewoner een prominente plaats naast de lichamelijke zorg gaat innemen. Mijns inziens zal dat een enorme verrijking zijn voor de manier waarop de bewoner het wonen in een verpleeghuis ervaart. Als welzijn een vast onderdeel van het dagritme gaat innemen, zullen de specifieke wensen van de bewoner meer naar voren komen, is er meer ruimte voor (vroegere) hobby's en gewoontes en dat kan het leven alleen meer veraangemen.

Daarbij die molen...

Het is alweer een tijdje geleden dat ik geschreven heb hoe het er op de molen aan toegaat. Er is de afgelopen maanden veel onderhoud aan de molen gepleegd. Zo zijn er drie velden met nieuw riet bedekt, waarbij het oude riet allemaal is verwijderd. Dit gaf nogal een rommel! In de oude tijd kwam de schoorsteen namelijk op de midden-zolder uit, waardoor het riet en de balken op die verdieping nog altijd zwart zijn van het roet. En dat roet kwam dus ook naar beneden met het oude riet. Hierdoor zaten er veel roetdeeltjes op de buitenmuren en zelfs binnen zag het hier en daar zwart.

Nieuwe molenroede

Ook is er een nieuwe molenroede geplaatst. Dat was een heel gebeuren. De roede is met zijn 28 meter lengte een flink gevaarte. Met grote precisie werd de oude roede eruit gehaald en de nieuwe geplaatst. Jammer genoeg waren er na het plaatsen wat problemen. Toen we weer met de molen gingen draaien merkten we dat er losse brokken zink in de roe zaten, die alle kanten op konden schuiven. Dit maakte een enorm kabaal. Om een lang verhaal kort te maken: de hekkenlatten moesten weer weggehaald worden, om zo bij de brokken zink te kunnen komen. De brokken zink hebben ze vervolgens verhit, zodat ze uiteenvielen en zo verwijderd konden worden.

Roeden vormen de basis van het wiekenkruis van een traditionele windmolen. De roeden (altijd twee paar om vier wieken te vormen) steken door de zogenaamde askop van de bovenas van een molen en worden met 16 wiggen en vier keerklossen vastgezet.

Natuurgeweld

Ten tijde van de werkzaamheden rondom de molen kregen we ook te maken met onstuimig weer. Begin januari werd ik 's nachts wakker van het lawaai. Het stormde flink en de stellingen die rond de molen waren gebouwd maakten veel geluid! Het zeil klapperde stuk en de wind floot door de stalen buizen. Gelukkig duurde dit niet zo lang, want het was angst-aanwendend. Naar buiten gaan was te gevaarlijk en ik ben gewoon lekker in mijn bed blijven liggen.



Tegen zoveel natuurgeweld kan niets gedaan worden. Toen ik de volgende morgen buiten kwam wist ik niet wat ik zag. De bouwkeet van de rietdekkers lag in de molenboezem en het konijnenhok was 50 meter verder het boerenland ingewaaid! Gelukkig hebben de konijnen het overleefd. Ik vond ze later in de hooiberg tussen de kippen. De rietdekkers hebben tijdelijk hun werkzaamheden moeten staken vanwege de harde wind, maar al het werk is toch gereedgekomen.

Lentekriebels

Een klein stukje winter, met ijs en sneeuw, hebben we ook nog mogen beleven. Dit hoort bij het jaargetijde en een winters landschap ziet er zo mooi uit. Daar kan ik echt van genieten. Hopelijk gaan we nu snel naar de lente. De bollen staan al uitbundig te bloeien en de bijen hebben hun eerste reinigingsvlucht gemaakt (allemaal even naar de wc geweest). Ook de valkjes zijn weer helemaal verliefd en ik hoop dat zij - net als vorig jaar - weer veel mooie jongen groot zullen brengen. De merel heeft zijn nest in de klimop al klaar, alleen de eieren moeten er nog in. De schaapherder is geweest en de kudde is de dijk aan het afgrazen. Dit is heel mooi om te zien. Als de schapen een stukje verdergezet moeten worden, helpt de hond om de schapen met veel geduld naar de juiste plek te brengen. Je ziet gewoon dat de hond het geweldig werk vindt.

Konijnendate

Als laatste wilde ik nog even vertellen dat een van de konijntjes onlangs waarschijnlijk door een bunzing uit zijn hok is gehaald. Het enige wat ik nog zag was een plukje wit haar aan het gaas. Het andere konijn leek erg eenzaam zonder zijn maatje. Daarom ben ik samen met mijn dochter naar een konijnenopvang geweest om een passende partner te vinden. Je kunt daar je konijn laten 'daten' (zoeken naar een nieuwe relatie) en met succes! Hij heeft nu weer een vriendinnetje en ze knuffelen wat af samen.

Ik wens u een fijne lente toe!

Tineke van Tol

Terugblik op de activiteiten

NLdoet

Op zaterdag 10 maart is er tijdens NLdoet hard gewerkt in de Zevenster. NLdoet is een initiatief van het Oranje Fonds. Het is de grootste vrijwilligersactie van Nederland. Met deze actie zet NLdoet vrijwilligerswerk in de spotlights met als doel te laten zien hoe belangrijk actieve burgers voor de samenleving zijn. Tijdens NLdoet kunnen deelnemers kennismaken met vrijwilligerswerk en een organisatie helpen een klus te klaren. Bij de Zevenster draaide de klus om het opknappen van een gang in ons verpleeghuis. Samen met de vrijwilligers hebben we diverse materialen geschilderd om dit mogelijk te maken. Vrijwilligers, heel veel dank voor jullie inzet op deze dag!



Optreden Koor Melodia

Op 22 maart heeft het dameskoor Melodia voor ons opgetreden. Koor Melodia is een goede bekende van de Zevenster, vorig jaar juni hebben ze ook bij ons gezongen. Het koor bracht vele bekende liedjes onder begeleiding van een accordeonist en er werd in de zaal uit volle borst meegezongen.

Lentestukje maken

Op dinsdagmiddag 17 april zijn we heerlijk creatief bezig geweest met het maken van een lentestukje. Voor alle materialen werd gezorgd en onder begeleiding zijn er prachtige creaties gemaakt. Natuurlijk mocht het lentestukje na afloop meegenomen worden naar huis. De deelnemers hebben dus letterlijk de lente in huis gehaald!



Even voorstellen...

Ciska Slegtenhorst

Een groot aantal lezers van de Kontaktster heb ik inmiddels in de wandelgangen al de hand mogen schudden. Voor de lezers die mij nog niet kennen, en voor de lezers die nader willen kennismaken, wil ik mij graag via dit stukje even verder voorstellen. Mijn naam is Cisca Slegtenhorst en ik ben sinds 1 maart jl. bij de Zevenster komen werken als Coördinator PG.

Ik woon in Waddinxveen en ik heb drie studerende kinderen. Ik ben geboren onder de rook van Rotterdam en op jonge leeftijd met het gezin naar het mooie en vooral vriendelijke Brabant vertrokken. Daar heb ik mijn kindertijd en jeugd jaren doorgebracht.

Vanwege een opleidingstop in de jaren 80 ben ik na lang zoeken in Leidschendam terechtgekomen voor een opleiding tot ziekenverzorger. Dit was toen nog een 'in service' opleiding en dus een dolle boel. Na het afsluiten van deze opleiding ben ik als afdelingshoofd aan de slag gegaan op de ziekenafdeling van een toen nog bestaand bejaardenhuis. Vanuit die functie heb ik ook een dagopvang voor PG en een afdeling voor kortdurend verblijf opgezet.

Na 10 jaar fulltime aan het werk te zijn geweest ben ik als parttimer aan de slag gegaan, omdat ik mijzelf wilde gaan richten op het vormen van een gezin. In die jaren werkte ik voornamelijk in de avonddiensten en bij een andere werkgever als slaapwacht voor de aanleunwoningen.

Na een onderbreking van een jaar, om gezondheidsredenen, ben ik na ruim tien jaar weer fulltime aan de slag gegaan als teamleidster in een verpleeghuis.

Tussen alle drukte van het werk en het gezin door heb ik vele scholingen en cursussen gevolgd. In 2013 heb ik de stoute schoenen aangetrokken en ben ik de opleiding verpleegkundige gaan volgen. Deze opleiding heb ik na twee jaar met goede resultaten afgerond. Tussen alle bedrijven door heb ik ook nog meerdere nevenfuncties vervuld. Ik heb me de laatste drie jaar gespecialiseerd in de expertise BOPZ en in 2016 heb ik de opleiding GVP (gespecialiseerd



verzorgende psychogeriatric) gevolgd.

In mijn vrije tijd ben ik graag actief buiten bezig. Mountainbiken, hardlopen en veel wandelen met de hond behoren tot mijn favoriete bezigheden. Verder zwem ik graag het hele jaar door in de zee, maar van heerlijk met een literaire triller op de bank met een pot thee kan ik ook echt genieten.

Ondertussen ben ik 34 jaar werkzaam in de zorg en ik hoop er nog vele jaren aan vast te mogen knopen. Ik wil u allen graag de komende tijd persoonlijk de hand schudden, zodat er bij de vele namen ook een gezichten zichtbaar worden.

Graag allemaal tot snel ziens.

Aankomende activiteiten

Muzikale bingo onder leiding

van Kees Bos - Zaterdag 5 mei

Grote zaal | aanvang 13.30 uur

Bewoners: Gratis Bezoekers: € 3,50



High Tea



Dinsdag 15 mei

Grote zaal | aanvang 13.30 uur

Bewoners: Gratis Bezoekers: € 3,50

Filmmiddag Natuurfilm Life



Dinsdag 29 mei

Zaal 1 en 2 | aanvang 14.00 uur

Bewoners: Gratis Bezoekers: € 2,50



Ga voor alle aankomende activiteiten naar onze website www.de7ster of neem de flyer neem.