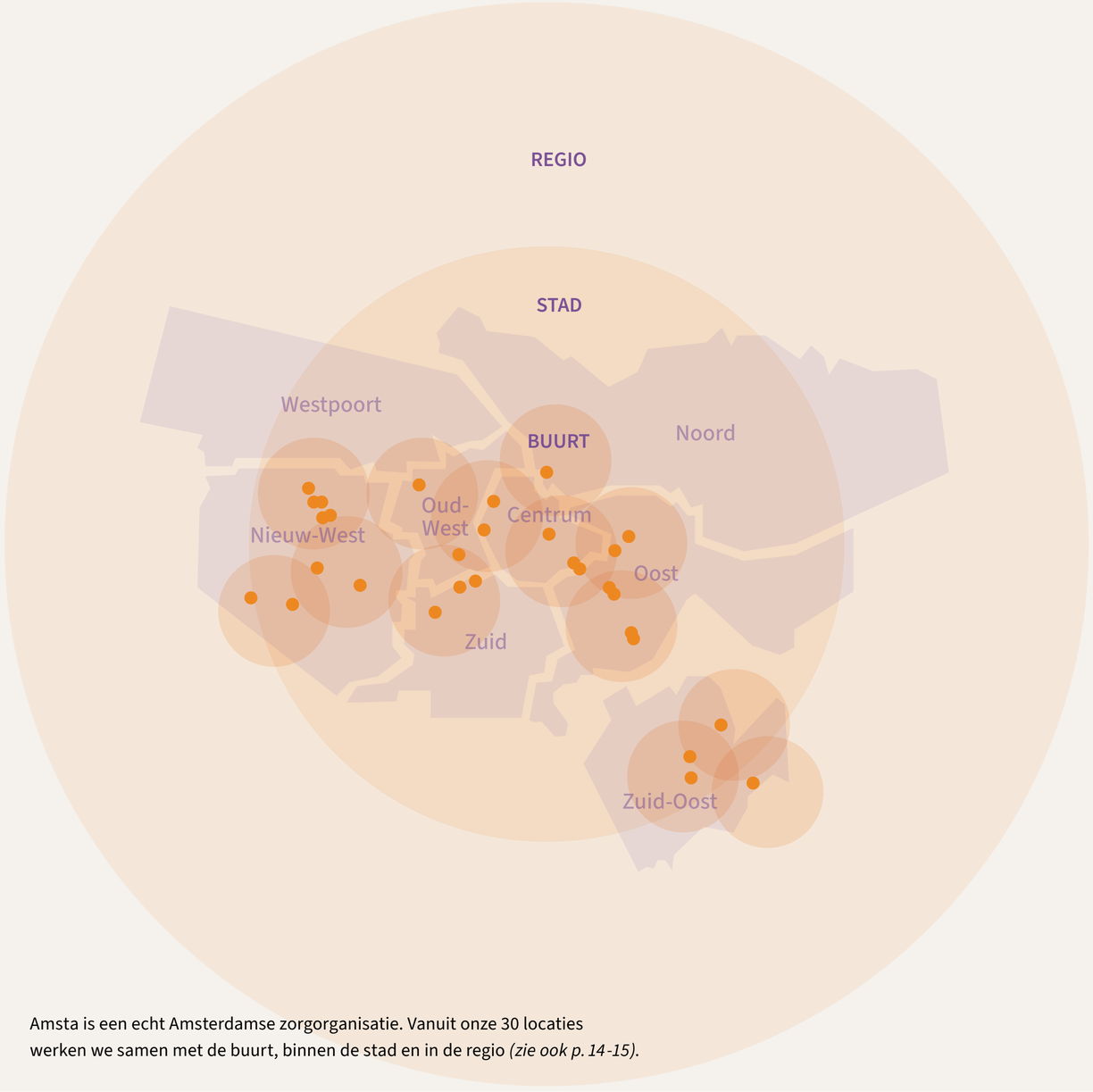
Op z’n Amstadams





Amsta is een echt Amsterdamse zorgorganisatie. Vanuit onze 30 locaties werken we samen met de buurt, binnen de stad en in de regio *(zie ook p. 14-15)*.

Op z’n Amstadams

De stad verandert en Amsta verandert met de stad mee. Want Amsta is geworteld in Amsterdam. Dáár leven de Amsterdammers voor wie het leven ingewikkeld wordt, vanwege leeftijd, ziekte of beperking.

Amsta is er voor mensen die echt intensieve en specialistische begeleiding nodig hebben. We schrikken niet terug voor ingewikkelde of ongewone situaties: waar anderen afhaken, blijven wij staan. Zo maken we het ongewone gewoon. Hoe? Op z’n Amstadams.

Lees en bekijk de verhalen van Amstadammers, waarnaar we in deze brochure verwijzen. Scan de QR-code of ga naar **www.amsta.nl/op-zn-amstadams**

Het leven blijven leiden op je eigen manier, hoe kunnen we daaraan bijdragen?

Het leven van sommige Amsterdammers is flink ingewikkeld door bijvoorbeeld armoede, eenzaamheid, psychische kwetsbaarheid of een wankel netwerk van familie en kennissen. Toch houden ze zich vaak al lang staande, op hun eigen manier. Ook als ze door ziekte of ouderdom extra steun nodig hebben, willen ze graag zo veel mogelijk hun eigen leven blijven leiden. Hoe kunnen wij hun veerkracht en die van hun omgeving versterken? Bij die vraag begint de inzet van Amsta. We gaan uit van wat iemand zélf belangrijk vindt in het leven, en wie of wat hen daarbij kan ondersteunen.

GEWOON IN VRIJHEID LEVEN IS BELANGRIJK VOOR IEDER MENS

Mensen willen graag hun eigen keuzes blijven maken en zoveel mogelijk zelf doen. Toch verwachten mensen als ze ‘cliënt’ worden, dat Amsta dingen uit handen neemt. Naasten verwachten dat Amsta risicovolle situaties voorkomt. Zo gaat dat in de zorg tenslotte al heel lang. Maar stel je eens voor dat je altijd actief bent geweest, en nu niets meer om handen hebt en je je niet meer van waarde voelt. Dat je graag wandelt en ineens niet meer zelf naar buiten kunt. Dat je graag met de bus de stad in gaat, maar dat dat niet meer ‘mag’.

> ‘Mensen moeten vooral zichzelf kunnen zijn. Want juist door ruimte te geven aan iemands authenticiteit, ontstaat er ruimte voor groei en herstel. Onze kracht zit in passende, op maat gemaakte begeleiding en behandeling. Zo kijken we bijvoorbeeld naar gecontroleerd alcoholgebruik in de Korsakov-zorg. Dat zie je nergens. Maar als één biertje de kwaliteit van leven voor iemand vergroot, waarom zouden we dan niet kijken hoe dat kan werken?’
>
> Roeline, GZ Psycholoog bij het Amsta expertisecentrum Korsakov
> ▸ **Link: ‘Eigenlijk zijn al mijn cliënten unieke karakters’**



AMSTA’S BELOFTE AAN BEWONERS EN CLIËNTEN

Ieder mens wil zoveel mogelijk vrij zijn om eigen keuzes te kunnen maken. Daarom bespreken we wat u zélf belangrijk vindt in het leven, wie of wat u daarbij kan ondersteunen, en wat wij vanuit Amsta kunnen toevoegen. Het liefst in uw eigen leefomgeving. Samen met u, uw naasten, vrijwilligers, inzet van technologie en de professionals van Amsta kijken we hoe u uw leven zo gewoon mogelijk kunt leiden.

Ook voor zorgprofessionals is het soms spannend om los te laten

Loslaten is spannend. Want we zijn opgeleid om alles zorgvuldig te doen volgens richtlijnen en protocollen. Om risico's zo veel mogelijk te voorkomen. Dat heeft ons veel gebracht, maar de stad en daarmee de beweging die Amsta nu maakt, vraagt iets anders van ons.

WAT HOORT BIJ HET LEVEN EN WAAR IS ONZE EXPERTISE NODIG?
Natuurlijk blijven we als professionals alert en zorgvuldig handelen en doen wat nodig is. Maar we zoeken wel samen met bewoners, cliënten en naasten hoe we hun eigen keuzes mogelijk kunnen maken. We wegen samen af wat bij het leven hoort en waar onze expertise echt nodig is. Want mensen kunnen veel dragen.

Levert loslaten geen risico's op? Ja, soms wel. Net zoals het leven soms rauw en vol risico's was vóórdat Amsta betrokken werd. We hoeven niet alles op te lossen - dat kunnen we ook niet. Kortom: we blijven professionals, maar kijken veel scherper: waar en wanneer is onze steun echt nodig? Wat kunnen wij toevoegen?

> Er is veel gebeurd in het leven van bewoner Tinie. Daardoor gaan de dingen haar nu een stuk moeilijker af. Bij locatie Ritzema Bos nemen ze bewust taken níet over. Waardevol volgens Tinie: 'Want je wordt wel lui. En ik was nooit lui hoor, ik was altijd een heel actief type'.
>
> Bekijk de video van bewoner Tinie en contactverzorgende Sardha:
> ▸ **Link: Zo blijven bewoners actiever bij Ritzema Bos**

WAT KAN EN WIL IEMAND ZELF NOG DOEN OF LEREN?

Wij kijken daarom altijd eerst samen:
- wat kan en wil iemand zelf?
- wat kunnen en willen naasten betekenen?
- hoe kan de buurt, vrijwilligers of welzijn ondersteunen?
- welke technologie of hulp-middelen helpen?

En pas daarna: wat kunnen we vanuit onze specifieke kennis en professionele zorg bieden aan ondersteuning of advies?





AMSTA'S BELOFTE AAN FAMILIE EN NAASTEN

Uw naaste blijft belangrijk voor u en u blijft onmisbaar voor uw naaste. En dus ook voor Amsta! We nemen uw rol en verantwoordelijkheid niet uit handen, maar werken graag met u samen. Dat is samen zorgen op z'n Amstadams.

We doen het altijd samen, want naasten zijn onmisbaar

Ieder mens heeft andere mensen nodig en behoefte aan aandacht en persoonlijk contact. En omgekeerd is ieder mens van waarde en heeft een ander iets te bieden. Dat verandert niet als je ondersteuning nodig hebt, integendeel. De relaties met vrienden en familie, kennissen, buren, clubs, buurthuizen, de stad en de buurt, kortom: alle mensen om je heen blijven van levensbelang.

Daarom wil Amsta alle ruimte bieden aan die waardevolle relaties en contacten. We willen graag dat iedereen, dichtbij of wat verder weg, contact en vriendschap blijft onderhouden en de steun blijft bieden die ze al boden. Waar dat mogelijk en gewenst is, bouwen we samen verder aan sociale contacten tussen cliënten en Amsterdammers uit de buurt die zich als vrijwilliger willen inzetten. En dat zijn vaak ook oudere Amsterdammers, die anderen als mantelzorger, goede buur of vrijwilliger ondersteunen!

"

'Elkaar leren kennen is volgens Ingrid Parker van de Centrale cliëntenraad (CCR) broodnodig: "Zodra je als cliënt naar een verpleeghuis gaat, moet je veel loslaten. Het is dan ongelooflijk belangrijk dat ze daar weten waar jij jouw dag mee kleurt. Daarvoor is de samenwerking tussen zorgmedewerkers en het netwerk van vrienden en familie ontzettend belangrijk. We gaan steeds meer van 'wij weten als zorg wat goed voor u is' naar 'vertelt u ons wat goed is voor u of uw familielid'.'

Meer informatie over Samen zorgen op z'n Amstadams:
Link: Samen zorgen met familie, vrienden, buren en vele anderen

AMSTA'S BELOFTE AAN DE BUURT

Onze locaties zijn een thuis in de buurt – met dagbesteding, tijdelijk verblijf, ambulante zorg en waar je met zorg kunt wonen als dat echt nodig is. Een uitvalsbasis van waaruit we ondersteuning bieden en met onze expertise de buurt steunen.



Zorg rondom thuis organiseren

Het leven speelt zich thuis af, in de buurt, samen met familie, vrienden en kennissen. In plaats van mensen uit hun sociale omgeving weg te halen, organiseren we intensieve zorg juist dáár. Zo kunnen Amsterdammers zo lang mogelijk blijven wonen waar ze nu wonen, of opnieuw meer zelfstandig worden.

We versterken de steun en zorg die er thuis en in de buurt al is, in plaats van deze over te nemen. Dat doen we door samen te werken met andere behandelaren, zorg- en welzijnsorganisaties en initiatieven in de buurt. Bijvoorbeeld door met consultatie en advies mee te denken over ingewikkeld gedrag of aandoeningen.

IEDERE BUURT EEN EIGEN AMSTA

We openen onze deuren niet alleen naar de buurt, we zijn onderdeel van de buurt. Iedere buurt is anders met een heel eigen mix aan bewoners en ondersteunend netwerk. We voegen daar de kennis en expertise toe die nodig is. Dat betekent dat we volop aanwezig zijn waar bewoners kwetsbaar zijn en de buurt minder veerkracht heeft. En we zijn bescheiden aanwezig waar de veerkracht van mensen en gemeenschappen groot is en er al veel ondersteuning beschikbaar is. Daarom heeft iedere buurt ook een 'eigen' Amsta.

> 'Ik vind het heel belangrijk om me te verplaatsen in de persoon. Hoe is iemand tachtig geworden? Hoe wil iemand zijn laatste jaren tegemoet gaan? Wat maakt het leven waardevol? En hoe kan ik ervoor zorgen dat iemand zo lang mogelijk, verantwoord thuis kan blijven wonen?'
>
> Ingrid Bunck, physician assistent ouderengeneeskunde
>
> **Link: Zorg buiten de muren met het Netwerk Ouderengeneeskunde Amsterdam (NOA)**

We doen dat met alle Amstadammers (betaalde én vrijwilligers)

De medewerkers en vrijwilligers - Amstadammers - zijn vaak geworteld in de stad, of voelen zich onderdeel van de stad. We voelen ons daarom vanzelfsprekend verantwoordelijk voor het welzijn en de leefomgeving van Amsterdam.

Amstadammers werken met vakmanschap, liefde en lef. Ze voeren het gesprek over wat bij het leven hoort en wat professionele zorg vraagt. Ze nemen niet de verantwoordelijkheid over, maar voegen toe wat nodig is om het leven zo gewoon mogelijk te kunnen blijven leven. En dat doen ze ieder vanuit hun eigen achtergrond, overtuiging en manier van kijken. Ze weten zich gesteund door collega's, leidinggevenden en de organisatie.

‘Ik voel me thuis bij Amsta omdat iedereen hier welkom is. Ook mensen met een wat scherper randje of een ander leven dan gemiddeld. Dit zorgt soms voor uitdagingen, maar we zoeken altijd een oplossing. Niemand wil tenslotte in het keurslijf van een ander worden geduwd. Die diversiteit en gelijkheid horen ook bij Amsta als echt Amsterdamse organisatie. Net als een bepaalde directheid en eerlijkheid.’

Digna Rosdorff - Physician Assistant bij Amsta:

Link: ‘Ik ben gefascineerd door het lichaam, maar nog meer door de mens erin’



AMSTA’S BELOFTE AAN AMSTADAMMERS

Zoals Amsta bij de stad hoort, zo horen Amstadammers bij Amsta: als onderdeel van de gemeenschap, waar ze zichzelf kunnen zijn en een waardvolle bijdrage kunnen leveren. Amstadammers werken daarbij steeds meer samen met naasten en vrijwilligers en in de buurt: daar waar ze met hun expertise het meest kunnen bereiken.

Dit is Amsta

Iedere dag werken zo'n 3300 Amstadammers (2700 betaalde medewerkers en 600 vrijwilligers) samen zodat kwetsbare Amsterdammers hun leven op hun eigen manier kunnen blijven leiden.

Als echte Amsterdamse zorgorganisatie is Amsta net zo divers als de stad. Met al haar culturen, achtergronden en leefwijzen. Zo'n bruisende stad vraagt ons om wendbaar te zijn en vastigheden los te laten. Om te kijken naar wat écht nodig is. Elke dag een beetje anders.

VOOR HEN ZIJN WE ER

Amsta is er voor Amsterdammers voor wie, door leeftijd, ziekte of beperking, intensieve en specialistische begeleiding geen behoefte maar noodzaak is. In het bijzonder voor mensen met een complexe zorgvraag die moeilijk ergens een plek vinden. Zij zijn welkom bij Amsta!

Jaarlijks ondersteunen we zo'n 2600 mensen met zorg, een woonplek, dagbesteding, (ambulante) begeleiding en behandeling. Onze kennis en expertise ligt op het gebied van:

- dementie
- verstandelijke beperking (licht en meervoudig)
- lichamelijke beperkingen
- syndroom van Korsakov*
- dementie op jonge leeftijd*
- geronthopsychiatrie*
- dementie en zeer ernstig probleemgedrag*

Daarnaast biedt Amsta (palliatieve) zorg, behandeling, revalidatie en cognitieve screening voor mensen die tijdelijk niet thuis kunnen verblijven.

We denken met andere organisaties en zorgverleners mee door consultatie en advies te geven over ingewikkeld gedrag of aandoeningen. Vanuit onze expertisecentra delen we graag onze kennis.

** Expertisecentrum*



Zorg op z'n Amsta-dams

WE WERKEN SAMEN IN DE BUURT, STAD EN REGIO

Iedere buurt is anders, met een eigen mix aan bewoners en ondersteunend netwerk. Vanuit onze 30 locaties voegt Amsta daar de kennis en expertise toe die nodig is. We werken niet alleen samen op buurt niveau, ook binnen de stad en de regio zoeken we de samenwerking op.

WE WERKEN VANUIT DEZE KERNWAARDEN

Deze waarden laten zien wie we zijn en hoe we ons werk doen.



Persoonlijk & Liefdevol

We verdiepen ons met oprechte aandacht in een ander en hebben oog voor wat een ander nodig heeft. Cliënten, naasten en collega's: iedereen kan bij Amsta zichzelf zijn.



Professioneel & Samen

We werken samen om de beste zorg aan de cliënten te bieden. Professionals, familie, naasten en vrijwilligers zijn onmisbare schakels en vullen elkaar aan. Met respect voor het vak, kijken we vanuit verschillende perspectieven en leren van elkaar.



Praktisch & Oplossingsgericht

Bij vragen, wensen of problemen, voelen we ons verantwoordelijk. Samen zoeken we naar de oorzaak en werken we aan een oplossing. We streven naar eenvoud, maar gaan niet te kort door de bocht.

ELKE DAG EEN BEETJE ANDERS

Zorg op z'n Amstadams: dat is waar we iedere dag samen aan werken. Dat vraagt om de dingen anders te doen dan we jarenlang gewend zijn geweest. Om vastigheden los te laten en samen verantwoordelijkheid te delen. Niet meer de zorg als hoofdverantwoordelijke organiseren vanuit onze locaties, maar de zorg samen oppakken met anderen en de buurt. Kijken naar wat anderen kunnen en al doen en vanuit onze expertise daaraan toevoegen wat dan nog nodig is.

Dat is zorg op z'n Amstadams.

www.amsta.nl

www.linkedin.com/company/amsta/

Instagram.com/amstazorg

Facebook.com/amstazorg

Tekst: Amsta
Foto’s: Marijn Scheeres en Goedele Monnens (p. 7 en 15)
Vormgeving: Zuurstof Communicatiebureau, Amsterdam

Amsta, september 2026. Dit is een uitgave van Amsta.