

STA

4

DEC 2016

VOOR MEDEWERKERS
EN EXTERNE RELATIES



Jan Stoop:
Elke maand
1.000 km
op de teller!

Zie pagina 15

AMSTA

/ 3 IEDERE DAG EEN GOEDE DAAD? / 12 DE CLUSTERMANAGERS VAN
AMSTA KARAAD / 14 SEKSUALITEIT: 'WEL /NIET VAN TOEPASSING'?

Inhoud

Uitgelicht

/ 3 Iedere dag een goede daad?

/ 4 The making of DAS

/ 6 **IN BEELD**
Ankie Beuken zingt mee met
Barney's Friends

/ 8 Samen fietsen, samen fit



/ 9 **KLANT EN KLACHT**
De Portier

/ 10 Hoe Het Amstelhuis een goede
plek krijgt binnen Amsta



/ 12 **Clustermanagers Amsta Karaad:**
'We gaan met elkaar op zoek
naar onze nieuwe rollen'



/ 14 **Seksualiteit:**
'Wel/niet van toepassing?'

/ 15 **ZIN IN WERK**
De banden vol met wind

/ 16 **Prikbord**



Alle zintuigen

Wat als we meer écht zouden kijken, echt zouden luisteren, echt zouden ruiken, voelen en proeven? Zou de wereld er dan niet veel mooier uit zien? Of juist minder mooi?

Het is 31 oktober 2016: mijn eerste dag als redactielid van de STA. Ik val meteen met mijn neus in de boter, want ik volg met de hele redactie een schrijftraining. We worden op pad gestuurd voor een zintuigenoefening. Ik vertrek vanaf de Kleine Johannes om 15 minuten te wandelen met al mijn zintuigen wijd open. Op de Overtoom is het op het eerste oog rustig, maar wat hoor ik veel. Optrekkende auto's, scooters, een remmende tram, fietsers die bellen. Ook hoor ik een kakafonie van stemmen in allerlei talen.

Ik sla het Vondelpark in bij de eerste de beste straat rechts. Je ruikt de frituursnacks van de tennisbaan.

Terug op de Overtoom voel ik me opgeladen en fris. Ik heb al mijn zintuigen opgezet en zit vol inspiratie. Wat 15 minuten bewust buiten zijn kan doen met een mens. Een idee voor een goed voornemen?

Voor mijn eerste interview met mevrouw Paanakker, een 98-jarige bewoonster van Nellesteijn, heb ik vooral mijn ogen en oren opgezet. Zij liet mij echter voelen hoe bijzonder het is dat zij op haar leeftijd elke dag een goede daad wil verrichten. Een hartverwarmende kerstgedachte.

Ik wens jullie namens de STA-redactie een fijne Kerst vol geuren en smaken, een knallende jaarwisseling en een bewust 2017 waarin we echt kijken, echt luisteren en elkaar echt zien!

/ Jolien van der Jagt

COLOFON

STA is een uitgave van Amsta en verschijnt vier keer per jaar. STA is bestemd voor medewerkers van Amsta, vrijwilligers en externe relaties. Amsta biedt persoonlijke ondersteuning, wonen, zorg en welzijn aan mensen met een verstandelijke beperking en ouderen in Amsterdam # Jaargang 9 nummer 4, december 2016 # Oplage 3.300 exemplaren # Eindredactie Elize Fallon # Redactie Grietje Babois, Joke Bart, Elske Cazemier, Lia Edel, Elize Fallon, Jolien van der Jagt, Bonne Linthorst, Lotte van der Meulen # Adviseur Petra van Dam # Ontwerp Studio Zwaan, Amsterdam # Fotografie Suzanne Blanchard pag. 3, 7 en 11 # Illustraties Remke Beckers, Louis Zwaan # Drukwerk Drukkerij Peters # Redactieadres Amsta, afdeling Communicatie, Roetersstraat 2, 1018 WC Amsterdam # Vragen of tips? Mail de redactie op redactie@amsta.nl of bel 020-5352023.



Maandagmorgen 8 november, locatie Nellestein

3e etage, het is 11 uur. Ik klop aan bij mevrouw Paanakker.

Afgelopen vrijdag is zij 98 jaar geworden. Ik ben nieuwsgierig. Haar voornemen is het om iedere dag een goede daad te doen.

Iedere dag een goede daad?

"Ik heb altijd getracht mensen gelukkig te maken. Maar dat is me niet altijd gelukt"

Mevrouw Paanakker: "Een Duits gezegde luidt: 'Wenn die Hexe alt wird, wird sie fromm'. En dat is op mij van toepassing. Ik ben Katholiek van huis uit en naarmate ik ouder word is de essentie van het geloof steeds belangrijker voor mij. Misschien komt daar mijn streven om iedere dag iets goeds te doen wel vandaan."

Samen naar Kijkduin

"Op een gegeven ogenblik was er een bewoonster hier. We konden het goed met elkaar vinden, we speelden graag scrabble. We zouden samen naar Kijkduin gaan, maar zij overleed plotseling. Ik had geen zin meer om te gaan zonder haar. Toen heeft een andere bewoonster gezorgd dat ik toch meeding, samen met haar. Ik bezocht haar daarna vaak. Zij is ook overleden, zo gaat dat hier."

In bed

"Ik vind het steeds lastiger een goede daad te vinden. Nu ga ik geregeld bij een mevrouw met Parkinson langs, zij is 72 jaar. Zij kreeg te horen dat haar nichtje ziek is, sindsdien komt ze haar bed niet meer uit. Maar dat accepteer ik niet, 72 en de hele dag in bed dat vind ik zonde."

Een openhuis

"Vroeger had ik wat ik noem een openhuis. Zo had ik een nichtje van 16, zij woonde in Amersfoort. Op een gegeven moment

belde de politie. Mijn nichtje wilde niet meer naar huis, maar wel naar mij. Ik heb twee dochters, ik had op dat moment geen kinderen in huis en kamers over. Ik zei tegen mijn man: "wat zullen we doen?" "Laat ze maar komen" zei hij. Ik heb het altijd leuk gevonden om mensen om mij heen te hebben, en dat vind ik nog steeds."

Kerstfeest

"Met Kerst deed ik vroeger altijd wat bijzonders. Ik maakte kalkoen en probeerde een gelatinepudding, maar die mislukte meestal. Mijn man maakte heerlijke garnalencocktails, we dronken champagne. Tussen Kerst en Oud en Nieuw geef ik dit jaar een feest om te vieren dat ik 98 ben geworden, mijn dochter en mijn nichtje zijn ook jarig dus dan maken we er samen een groot feest van."

Mevrouw Paanakker heeft mij geïnspireerd. Ze doet de 'goede daden' vanuit een goed hart en vindt het gewoon fijn om mensen te helpen en betrokken te zijn bij haar medemens. Nu nog steeds ondanks haar leeftijd en minder goede gestel, of misschien juist wel daardoor.

/ Jolien van der Jagt

The making of... Das

Een nat en donker viaduct in Amsterdam West. Een verlichte tram rijdt langs de grijze pilaren. Opgefokt spreekt een man een blonde knul aan. "Hé man, je wordt net als ik man. Denk maar niet dat je beter bent". De blonde twintiger duwt hem weg, trekt zijn beige jas recht en loopt met zijn afgesleten gympen door de plassen. Hij komt net bij zijn buurman vandaan, Das, die een paar dagen eerder is opgenomen in het ziekenhuis.



INTERNATONAL FILM FESTIVAL ROTTERDAM

Waargebeurd

De speelfilm 'Das', waar deze scène in voorkomt, is gebaseerd op een waargebeurd verhaal. Regisseur Jelmer Wristers, student aan de Hogeschool voor de Kunsten in Utrecht maakte van nabij mee hoe iemand dagenlang op de grond van zijn woonkamer lag, niet in staat om alarm te slaan. Deze man, in de film Das genaamd, werd gevonden, naar het ziekenhuis gebracht en later naar De Poort. In De Poort liet hij euthanasie plegen.

Docudrama

Dit verhaal inspireerde Jelmer om een docudrama te maken: een film met acteurs, waarin bepaalde scènes in de realiteit spelen. Het resultaat is een rauwe film, die het Amsterdamse leven toont zoals we dat niet graag zien. Met eenzaamheid, verval en wanhoop, in schril contrast met menselijke zorg en aandacht.

De bewoners van de zesde etage blikken vervreemd in de camera. Starende bruine ogen, gevolgd door een glimlach van herkenning. Een bewoner draait de wielen van zijn rolstoel richting de lift. In een kamer verzorgt Myriam Noslin, helpende, de wonden van Das.

Amsta helpende Myriam Noslin in actie op de filmset van 'Das'.





Acteurs Dora Groothof en Felix-Jan Kuypers in de rol van Señorita en Das.

Medewerkers en bewoners spelen mee

Bij het begin van de opnames vroeg Jelmer wie van de medewerkers mee zou willen werken. "De meesten wilden niet", zegt Myriam, "maar ik wel. Ik heb een toptijd met die jongens gehad". Misschien is het geen toeval, want begin 2016 verzorgde Myriam deze bewoner, die er uiteindelijk voor koos om niet verder te leven. In de film speelt ze dit nog een keer na, met de acteur die Das speelt. Myriam, ook wel bekend als Mary: "Die jongens waren geweldig. Door hun beleefde ik de verzorging van deze cliënt opnieuw. De acteur was zó goed, dat was best wel confronterend. De medewerkers van de filmploeg waren heel geduldig en sommige scènes deden we vier keer opnieuw. Stonden we daar, met de cameraman, belichting, regisseur en acteur in de kleine kamer van Das. Vaak vroegen ze of ik bepaalde handelingen in het echt ook zo deed. Alles was aangepast alsof Das bij ons woonde. Ik heb een naambordje geregeld voor naast zijn deur. De verpleeghuisarts kwam erbij, om over het euthanasieverzoek te praten. We gingen er met zijn allen voor. Ze waren heel duidelijk in wat ik moest doen. Ik kon er ook gewoon zijn voor de bewoners. En mijn collega's gaven mij de tijd om het te doen. Ik heb genoten, we hebben veel gelachen."

/ Joke Bart

Eindexamen

De film *Das* is de eindexamenfilm van Jelmer Wristers, die is afgestudeerd aan de Hogeschool voor de Kunsten in Utrecht.

De film is tot nu toe alleen getoond bij de afstudeerfilms van het Nederlands Filmfestival. Jelmer won met *Das* een 'Wildcard', een subsidie van het Nederlands Filmfonds om nog een film te maken. *Das* is geselecteerd voor het Internationaal Film Festival Rotterdam, waar de film in première gaat. Het festival is van 25 januari tot en met 5 februari 2017 in Rotterdam.



Ankie Beuken zingt mee met Barney's Friends



Bewoners van het Dr. Sarphatihuis werden op vrijdag 15 november getrakteerd op een optreden van Barney's Friends. Een bijzondere gastrol was er voor activiteitenbegeleidster Ankie Beuken. Saxofonist Ruben van Poelgeest, lid van de Cliëntenraad, was niet vergeten dat Ankie tijdens een vorig optreden had geroepen: 'De volgende keer doe ik mee!'. En zo geschiedde.

Een van de drie nummers die zij meezong was 'Little cabin on the hill' van Elvis Presley. Een nummer met een bijzondere betekenis, want Elvis liet het nummer voor zijn moeder op een LP zetten. Stiekem ook omdat hij niet wist hoe zijn eigen stem klonk en hij zijn eigen lied zo terug kon luisteren. Een probleem dat Ankie herkent, maar nergens voor nodig is: het was een prachtig optreden en de bewoners hebben genoten!

‘Ik wil de taal van de zorg leren spreken’

Een teamleider facilitair als stagiaire bij Amsta. Kan dat? Irene Biegstraaten loopt sinds kort stage op Meer en Oever en De Poort. Ze is bezig met het waarmaken van haar ambitie: afdelingshoofd worden, het liefst in de psychogeriatrische zorg (PG). Wat drijft haar, wat maakt ze mee op haar werkervaringsplek en welke tips heeft ze voor collega's die ook durven te dromen en daar werk van willen maken?

Momenteel is Irene teamleider facilitair bij Amsta Kleinschalig Wonen. Wat trekt haar in de functie van afdelingshoofd? "Als afdelingshoofd kan ik combineren waar ik goed in ben en waar mijn hart ligt. Het echte contact met de ouderen, het primaire proces, daar ligt mijn hart. Dat heeft altijd gelonkt. Daarnaast wil ik graag eindverantwoordelijk zijn voor een groep bewoners en medewerkers coachen om optimale zorg te leveren. Het coachen doe ik nu ook in mijn functie als teamleider facilitair en daar ligt mijn kracht."

Antwoorden vinden

"Met de werkervaringsplek wil ik graag antwoord vinden op de vraag: wat doet een afdelingshoofd? Klopt het beeld dat ik daarvan heb? Daarnaast hoop ik dat ik de taal van de zorg leer spreken. Ik werk momenteel twee dagen in mijn reguliere functie. De andere twee dagen loop ik stage. Ik heb tot nu toe op De Poort gelopen en volgende week start ik voor 2 weken bij Meer en Oever."

Eerste dag

"Mijn eerste dag was op de afdeling Revalidatie van De Poort. Ik moest uitleggen aan het team wat ik nu eigenlijk kwam doen, want ik was geen 'gewone' stagiaire. Dat had ik me niet zo goed gerealiseerd van tevoren. Toen iedereen wist dat ik kwam om te leren, kon het echte meelopen beginnen. Wat me meteen opviel is hoe huiselijk onze kleinschalig wonen locaties eigenlijk zijn in vergelijking tot de afdeling revalidatie. De huiskamer heet op de revalidatie 'eetkamer' en dat is het ook letterlijk. Er staat nog geen plantje in het raamkozijn. Het zou toch fijn zijn als we zo'n eetkamer ook gezelliger maken en meer als thuis laten voelen? Een revalidatie cliënt verblijft dan misschien korter bij ons, hij of zij is in mijn ogen ook echt een bewoner."



Deel je dromen

Een onzekere periode van organisatieveranderingen greep Irene aan om in actie te komen. Welke tips heeft zij aan collega's die ook werk willen maken van hun ambities? "Mijn tip is: zoek iemand die jou kan steunen. In mijn geval is dat mijn leidinggevende, René Flart. Het gesprek aangaan over je ambities is de eerste stap. Je hoeft daarbij niet altijd te denken aan een stap omhoog, het kan ook dezelfde functie zijn op een andere locatie. Laat ook zien dat je hier zelf tijd en energie in wilt stoppen. Van de twee meeloopdagen per week, doe ik een halve dag in mijn eigen tijd."

Of het nu lukt of niet om uiteindelijk als afdelingshoofd te starten, het is sowieso een mooie ervaring. Ik ben nu een spons, en neem zo veel mogelijk informatie tot me en lees bijvoorbeeld veel over dementie. Ik kom elke dag vol inspiratie thuis!"

/ Elize Fallon

Vitaliteitsproject Jan Bonga levert meer op dan vitale medewerkers

Tevreden en vitale medewerkers zorgen voor tevreden bewoners. Vanuit die visie doet locatie Jan Bonga sinds januari 2016 mee aan het vitaliteitsproject Charly Green. Doel van het project is collega's handvatten te geven om tijdens en na hun werkdag te werken aan hun eigen welbevinden en vitaliteit.

Collega's van alle afdelingen en diensten hebben tijdens vier bijeenkomsten bedacht hoe we dit op een simpele manier kunnen doen. De fitnessapparatuur in de fysiotherapie ruimte gebruiken, de trap nemen in plaats van de lift, lunchwandelen of een stukje fietsen in plaats van een snack eten in de kantine. En waarom doen we dat niet meteen niet samen met een bewoner? Martin de Haas van de afdeling ICT fietst met bewoner Carlo. Wat brengt de wekelijkse fietstocht beide heren?

Martin: "Je realiseert je niet wat voor verhaal er bij de mensen achter zit! Ik ken Carlo al langer. We kwamen elkaar regelmatig tegen op de bankjes voor de ingang van het verpleeghuis en raakten aan de praat. Begin deze zomer vertelde Carlo dat hij graag een stukje door de buurt zou fietsen. Ik zei spontaan: nou dan gaat we dat toch doen!"



Samen fietsen, samen fit

Visser in Suriname

We fietsen naar Plein 40-45 en eten daar een harinkie bij de viskraam. Carlo heeft in de buurt gewoond, dus vertelt me onderweg welke winkels goede spullen verkopen en waar ik beter weg kan blijven. Hij vertelt me ook over de periode dat hij in Suriname woonde. Dat hij daar visser was bijvoorbeeld. Ik ben ICT'er, ik zit ver van de bewoners af. Mijn broer en zus werken allebei in de zorg, dus het sociale zit er van huis uit in. Het fietsen met Carlo geeft me voldoening, het is een soort zingeving. Ik realiseer me daardoor dat wat ik doe - het fietsen, maar ook mijn werk als ICT'er - bijdraagt aan het welzijn van bewoners. Er zijn inmiddels al meer collega's van de staf die met bewoners gaan wandelen. Ik zou het iedereen aanraden. Het is goed voor jezelf, je bent lekker even buiten en daarnaast draag je bij aan een fijne dag voor de bewoners.

Ik hoor wel eens dat de Raad van Bestuur meewerkt op de afdelingen, dat vind ik erg goed. Ook hen zou ik het gunnen dat ze wekelijks iets actiefs gaan doen met een bewoner. De zorg kan niet alleen verantwoordelijk zijn voor uitstapjes, maar als iedereen van kantoor een steentje bijdraagt maken we een enorme slag. Dat is volgens mij hoe we het bij Amsta willen."

Carlo: "Als we gaan fietsen voel ik de wind op mijn gezicht. Dan denk ik aan de natuur van Suriname, ik was altijd buiten. Het is fijn om met Martin te praten, we kennen elkaar goed. Ik zie hem als een vriend. Hij helpt me als de computer vastloopt. Ik houd van muziek en zingen, door Martin kan ik de filmpjes van Sammy Davis nu op de computer zien. Martin heeft belangrijk werk, met computers. Hij maakt toch tijd voor mij, daardoor voel ik me bijzonder."

/ Lia Edel

Martin: 'Je realiseert je niet wat voor verhaal er bij de mensen achter zit!'

Smullen van een heerlijk Hollands harinkje op Plein 40-45.
Links: bewoner Carlo. Rechts: ICT-er Martin.



Carlo: 'Als we gaan fietsen voel ik de wind op mijn gezicht'



Dit initiatief op Jan Bonga komt voort uit het project 'Vitale Mensen, Gezonde Zorg', waarin medewerkers worden gestimuleerd te kijken naar hun eigen leefgewoonten en gedrag en de effecten daarvan op hun gezondheid, de kwaliteit van de zorg en het geluk van bewoners. Voor het project is een ESF-subsidie (Europees Sociaal Fonds) aangevraagd en toegekend. De organisatie Charly Green is ingeschakeld om het project uit te voeren.



Ga toch fietsen!

Geïnspireerd door de fietstochten van Martin en Carlo?

Neem contact op met de manager van de locatie van waaruit je graag een buitenactiviteit zou willen ondernemen met een bewoner. Er is altijd een bewoner te vinden met wie het klikt en voor wie jouw tijd en aandacht veel betekent.

Klant en Klacht

De portier

Van een klachtenfunctionaris wordt verwacht geen oordeel te geven over een klacht. Maar hoe doe je dat? Klagers willen na het vertellen van hun klacht graag je mening horen. Maar ik ben slechts de buitenstaander die de klager binnen Amstadaar brengt waar de klacht kan worden opgelost.

In het Zenboeddhisme heeft de portier deze onzichtbare maar onmisbare functie. Hij hoort, hij ziet en doet wat hij moet doen en oordeelt niet. Zijn taak bestaat eruit de bezoekers van het klooster binnen te laten en te begeleiden naar de meester. Na het bezoek aan de meester is hij degene die ze weer naar de buitendeur brengt. Een bekend verhaal over de portier in een Zenklooster is het volgende.

Op een dag komt er een leerling-monnik op bezoek bij zijn meester. De portier laat hem binnen en begeleidt hem zwijsend naar de meester. Het bezoek duurt lang, er wordt gelachen, gedronken en gegeten. De portier wacht tot hij een teken krijgt van de meester om de leerling-monnik weer terug naar de buitendeur te begeleiden. Dit gebeurt nadat de meester de leerling een opdracht heeft gegeven die deze buiten het klooster moet uitvoeren.

Onderweg naar de buitendeur vertelt de leerling honderduit. Hoe dankbaar hij is dat hij terecht is gekomen bij deze geweldige meester! En hoe de meester op zijn beurt ook zo tevreden was geweest om hem als leerling op te mogen nemen. De leerling-monnik vertelt aan de portier verguld te zijn dat juist hij deze opdracht mag uitvoeren. "Ach", zegt de portier "neem het allemaal maar niet te persoonlijk."

Na verloop van tijd komt de leerling-monnik terug bij het klooster. Hij heeft zijn opdracht vervuld. En tijdens de wandeling door het klooster laat hij de portier weten hoe goed het allemaal is gelukt. Hij kan bijna niet wachten om de meester zijn bevindingen te vertellen. Wat zal deze trots zijn!

Maar dat pakt anders uit, hij treft de meester in een slechte bui en het bezoek is kort maar krachtig. De leerling-monnik wordt terug de wijde wereld in gestuurd om zijn opdracht beter uit te voeren. En terwijl hij met de portier terugloopt naar de buitendeur is hij verdrietig en teleurgesteld. Zoveel werk, helemaal voor niets. Hij moet weer van voor af aan beginnen.

De portier doet de buitendeur voor de leerling-monnik open en zegt bij het afscheid: "Ach, neem het allemaal maar niet te persoonlijk."

/ Grietje Babois, klachtenfunctionaris VVE&T



Flesseman: een goede buur van Het Amstelhuis

Hoe Het Amstelhuis een goede plek binnen Amsta krijgt

Op de hoek waar de Amstel en Ceintuurbaan kruisen prijkt met grote letters Amstelhuis op een statig gebouw. De meeste Amsterdammers zullen het gebouw wel kennen. Voorheen was deze locatie een verzorgingshuis van Amsta: Amsteldijk. Tegenwoordig is het complex omgebouwd tot appartementen waar ouderen met (toekomstige) zorgbehoefte wonen. Er is aan niets te zien dat hier ouderen wonen. De moderne entree, de reuring binnen in het restaurant, het is een plek waar je aan kunt komen waaien voor een kop koffie.

Thuiszorg krijgen de bewoners van medewerkers van Flesseman: ze blijken een goede buur van Het Amstelhuis te zijn. Een klein team medewerkers van Flesseman verleent zorg in Het Amstelhuis. De samenwerking loopt goed.

Creatieve oplossingen

Ik spreek Lies Bernabela (54, verzorgende IG) die werkzaam is op Het Amstelhuis. Veel tijd hebben we niet voor het gesprek: Lies geeft aan op tijd weg te moeten, omdat er nog een berg papierwerk op haar wacht. En het moet af, want zo is Lies, een doorzetter die haar zaken graag op orde heeft. Sinds juni is Lies werkzaam in Het Amstelhuis, ze heeft het erg naar haar zin. Ze probeert er te zijn voor alle bewoners van Het Amstelhuis die haar hulp kunnen gebruiken en gaat creatief op zoek naar oplossingen voor de bewoners.

“Ik ga altijd creatief op zoek naar oplossingen voor bewoners”



Lies Bernabela,
verzorgende IG
in Het Amstelhuis

Waardigheid



Lies: "Laatst viel er een mevrouw die normaal gesproken geen zorg van ons krijgt. Haar dochter kwam mij om hulp vragen. Ik ben direct gaat kijken en heb mevrouw en haar dochter verder geholpen. Eerst wilde ze geen zorg, maar later wel. Nu verlenen wij zorg aan haar en heb ik wat te veel was voor de familie uit handen kunnen nemen".

Lippenstift

Lies: "Het leven in Het Amstelhuis is anders dan in bijvoorbeeld Flesseman. Er wonen ook andere mensen, ze leven natuurlijk ook een ander leven hier. Voor het diner gaan de bewoners naar het restaurant beneden. Ze verkleeden zich nog eens, douchen iedere dag, lippenstift op, grapjes maken. Het is erg leuk om te zien hoeveel plezier deze mensen in het leven hebben".

Ook Bianca Isha, locatiemanager van Flesseman, benoemt het belang van de locaties die goed samenwerken: "Bewoners van Het Amstelhuis die (soms tijdelijk) intramuraal moeten wonen hebben we snel in het vizier". Lies vertelt over de samenwerking met Flesseman en afdelingshoofd Cora van Dielen waar ze een korte lijn mee heeft: "Er bleek toch meer aan de hand te zijn met een mevrouw met een gezwollen hand. De hand was gebroken en thuis wonen ging tijdelijk niet meer. We hebben een plek bij Flesseman voor haar kunnen vinden en een indicatie voor revalidatie aangevraagd. Na een aantal weken kon mevrouw weer fijn naar huis en nu verzorgen we haar daar".

Tijd nemen

Bianca: "Het helpt om direct contact te hebben, ook voor de leuke dingen. We nodigen bewoners van Het Amstelhuis uit voor feestjes en activiteiten op Flesseman en een aantal bewoners gaat naar dagbesteding op De Keyzer". Bianca is trots op haar team en op de manier van werken in Het Amstelhuis: "Naast de gegeven ondersteuning is er ook nog wat tijd voor de sociale interactie. Een moment om de bewoner echt te zien, dat is prettig en belangrijk".

Het is tijd om te gaan voor Lies, het werk roept. Ik blijf nog even zitten en kijk over de Amstel, de hectiek die buiten te zien is komt het gebouw niet binnen. Fijne muziek en een openhaard. Ze hebben het zo slecht nog niet, hier in Het Amstelhuis.

/ Lotte van der Meulen

In de eerste weken dat ik bij Amsta werkte, vroegen veel nieuwe collega's naar de verschillen met mijn vorige baan. Een verpleeghuis of begeleid wonen, dat is toch heel anders dan een gevangenis? Natuurlijk zijn er verschillen. Hier loop je gewoon naar binnen, hoef je geen detectiepoortje door en staan er geen muren om het terrein, al zijn er bij Amsta ook deuren die voor sommige bewoners gesloten blijven. Het grootste verschil is misschien wel dat de meeste bewoners voor altijd bij ons blijven wonen.

'Simpelweg gelukkig' of 'Op weg naar eigen kracht' kenden we niet in de gevangenis. Met tralies voor de ramen is dat ook een vreemd beeld. Maar ook daar werkten we aan een waardig bestaan tijdens de periode van detentie. Iemand niet benaderen als dader, maar als mens. Goed kijken hoe het leven in een gevangenis zo normaal mogelijk gemaakt kan worden, bijvoorbeeld door zelf te koken. Omdat dat hielp bij de terugkeer in de maatschappij, maar vooral omdat ook gedetineerden, ondanks hun daden, altijd recht hebben op een humane behandeling en bejegening.

Op een vrijdagochtend was ik op bezoek in de Poortsteeg en sprak ik met bewoonster Joke. Zoals ze zelf zei, was ze ooit liggend in een bed bij ons binnengebracht, kon ze na verloop van tijd zitten in een rolstoel, en liep ze inmiddels kilometers (volgens haar zelf de vierdaagse!) op de loopband. Ze liet vol trots haar kamer zien, met haar eigen spullen en foto's van haar dierbaren. Met haar medebewoners van de groep geeft ze zo veel mogelijk invulling aan het leven in de groep, met zelf koken en schoonmaken aan toe. Die middag ging ze naar buiten, met haar zoon de stad in.

Of het gaat om de mensen in een gevangenis of in een zorginstelling, overal gaat het om waardigheid. Kijken naar wat iemand nog wel kan. Zien wat bijdraagt aan de kwaliteit van leven. Bij een tijdelijk verblijf of 'levenslang'.

Reageren op de column? Mail naar m.wassenaar@amsta.nl



Mattheus Wassenaar

Lid Raad van Bestuur Amsta

De Verandering bij Amsta Karaad is al enige tijd aan de gang. Nu de meest ingrijpende aanpassingen zijn doorgevoerd, is het tijd om te gaan bouwen. Vanuit hun nieuwe functie als clustermanager vertellen Lisette Orth, Thijs Bos, Robin Gordijn en Joep van Egmond hoe zij aan de slag willen met de teams.

“We gaan met elkaar op zoek naar onze nieuwe rollen”

Het team clustermanagers bestaat uit twee bekende en twee nieuwe gezichten. Thijs en Robin waren eerder teammanager, Lisette en Joep zijn nieuw bij Amsta Karaad. Maakt die achtergrond een verschil?

Lisette “Ik heb verschillende leidinggevende functies in de ggz gehad. Mijn cluster bestaat uit AST, Wijzer en behandeling intramuraal. Er gaat in dit cluster veel veranderen maar daar kijk ik naar uit. Ik haal voldoening uit leiding en ondersteuning geven bij organisatorische wijzigingen. Ik wil mijn teams helpen in de overgang naar de nieuwe situatie, die we met elkaar mede vorm kunnen geven.”

Joep “Ik heb lang in het straathoekwerk gezeten; een vorm van ambulante jeugd ggz. Ik wilde graag iets heel anders en dat krijg ik nu bij Amsta Karaad. Als nieuweling voel ik de transitie minder sterk omdat ik geen ervaring heb met de oude situatie. Ik kijk uit naar het begeleiden van de teams naar de nieuwe situatie.”

Robin en Thijs waren voorheen teammanager, waardoor ze de organisatie goed kennen. “Het nadeel is dat we nog veel benaderd worden vanuit onze oude taken en verantwoordelijkheden. We moeten heel duidelijk maken wat onze nieuwe rol is, en daarmee moeten we ook dingen loslaten. Voordeel is dat we de locaties en mensen kennen en daarmee kunnen we snel schakelen.”



ondersteuningsplan
wetgeving
TTV
De Verandering
coaches
meer verantwoordelijkheid
zeggenschap
Karaad
transitie
Clusterma
managers
doele
opleiding en traini
processen
kwaliteit
en eigen regie
veiligheid
Betrokkenheid

Rondetafelgesprek met, van links naar rechts, clustermanagers Thijs Bos, Joep van Egmond, Robin Gordijn en Lisette Ort.



Wat is jullie rol in de nieuwe manier van werken?

Robin "Wij als clustermanagers bekijken wat de kaders en randvoorwaarden moeten zijn voor wat betreft wetgeving en andere omgevingsfactoren. De teams bepalen dan de invulling van de praktijk. Samen kijken we naar de processen. Kan het slimmer, beter?"

Thijs "Een nieuwe rol is die van TeamTaak Verantwoordelijke (TTV'er). Zij hebben naast hun reguliere werk een specifiek onderwerp als aandachtspunt, bijvoorbeeld 'kwaliteit en veiligheid'. De TTV'ers gaan binnen hun cluster regelmatig met elkaar en met ons in overleg om kennis en ervaring te delen. Door hun rechtstreekse contact met de werkvloer ontstaat meer betrokkenheid en focus."

De Verandering speelt al een tijd en wordt steeds concreter op de werkvloer. Welke reacties zien jullie bij de teams?

Joep "Ik voel wel dat ze vinden dat we op een goede weg zitten. Het is niet altijd makkelijk en er is ook scepsis en kwetsbaarheid. Maar over het algemeen denk ik dat de houding positief is. Ik wil de eerste tijd vooral met mijn teams kijken wat er op ons afkomt en samen uitzoeken wat het beste werkt."

Thijs "Ik zie dubbele ervaringen. Veel collega's zijn blij met de nieuwe ruimte en mogelijkheden, anderen zijn huiverig en vinden het lastig om samen te werken en dingen zelf te bedenken. Maar als mensen meer verantwoordelijkheid krijgen en ervaren, dan zie je ze groeien. Nu al merk ik dat de teams echt gaan kijken naar hun resultaten en ontdekken dat ze dit met hun eigen handelen kunnen beïnvloeden."

Lisette "We vragen een andere manier van werken. Daarom zijn er ook speciale teamcoaches aangesteld voor dit traject. Zij gaan de teams helpen met de overgang naar zelforganisatie en resultaatverantwoordelijkheid."

Robin "Natuurlijk zijn we enthousiast, maar we kijken niet weg van onduidelijkheden of problemen. We hebben daar aandacht voor en willen graag van de teams horen wat er speelt. Daarom investeren we ook veel in opleiding en training. Via een 'train de trainer'-systeem willen we de kennis en ervaring in de hele organisatie door laten werken."

"Met hulp van teamcoaches naar zelforganisatie"

Wat zijn belangrijke doelstellingen, de komende periode?

Thijs "Hoe krijgen we iedereen goed in zijn/haar rol en zorgen we ervoor dat men weet wat er van ze verwacht wordt. Dat geldt niet alleen voor de teams, clustermanagers en coaches, maar ook bijvoorbeeld voor de ondersteunende diensten."

Joep "Afdelingen zoals personeelszaken, administratie en facilitaire dienst moeten meeveranderen met deze ontwikkeling. We willen naar een situatie waarbij de zorgmedewerkers en ondersteunende diensten meer als opdrachtgever en leverancier met elkaar gaan werken. Geen standaardprocessen meer, maar afstemming op de verschillende wensen en behoeftes."

Robin "Ook gaan we aan de slag met een beter ondersteuningsplan. Op dit moment is het ondersteuningsplan vaak te groot en te ingewikkeld voor de cliënten, dus 'vertalen' we het voor hen. Maar het moet in één keer duidelijk zijn; werkbaar en begrijpelijk voor iedereen."

Lisette "In de ambulante teams is al heel veel gebeurd. De teamsamenstellingen zijn veranderd, net als de indeling naar stadsgebieden en cliënten. Daar komt nu de Verandering bij. Dat is veel om te behappen en zorgt voor onrust. Ik heb daar aandacht voor en zet me in om alle medewerkers goed door deze periode heen te loodsen."

Gaan de cliënten nog veel merken van de Verandering?

Joep "Eigenlijk zouden ze in deze fase niets moeten merken. We willen eerst de zaak op de rit krijgen. Als we dat voor elkaar hebben, zouden cliënten moeten merken dat ze meer keuzemogelijkheden hebben."

Thijs "Uiteindelijk is het doel van de Verandering dat de cliënt en diens verwant meer zeggenschap en eigen regie krijgt; meer invloed op de zorg."

/ Bonne Linthorst

Als seksualiteit een wezenlijk aspect is van mens-zijn zou het logisch moeten zijn dat ook binnen Amsta de behoefte aan intimiteit en seksualiteit wordt onderkend. Maar is dat ook zo? Hebben we voldoende aandacht voor dit aspect van het leven en welbevinden van bewoners en lukt het ons om er met elkaar over te praten?



Seksualiteit: 'van toepassing?'

☐ wel
☐ niet

Dilemma's op het gebied van intimiteit

Corrie van Montfoort, afdelingshoofd van de Beuk in de Jan Bongastraat, vertelt dat er op haar afdeling (waar jonge mensen met dementie wonen) veel ervaring is met morele dilemma's op het gebied van intimiteit. Corrie: 'Het gebeurt regelmatig dat iemand verliefd wordt. Dat is natuurlijk mooi, behalve wanneer er nog een eigen partner is die dat moet aanzien. Of wanneer iemand zich van de ene verliefdheid in de andere stort en voortdurend anderen ongelukkig achterlaat. De medewerkers van de afdeling maken het onderwerp bespreekbaar, zo mogelijk met de betrokkenen zelf of met hun familie. Daardoor wordt het gewoon om bij dit levensgebied stil te staan. Er is ruimte en openheid'.

Aandachtsfunctionarissen

Binnen Amsta Karaad zijn twee aandachtsfunctionarissen voor seksualiteit en intimiteit om de drempel zo laag mogelijk te maken. Medewerkers kunnen gemakkelijk een beroep op hen doen als ze vragen of twijfels hebben. Karin Koninkx is één van hen.

Karin: 'Ik vind het belangrijk dat dit onderwerp bespreekbaar is. We mogen bewoners niet te kort doen. Zolang er nog steeds ondersteuningsplannen zijn waarin onder het kopje seksualiteit 'niet van toepassing' of een heel summier verhaal staat ingevuld, is er wat mij betreft werk aan de winkel. Maar mijn collega aandachtsfunctionaris Annelies van Loon en ik kunnen alleen in actie komen, als het gesprek op de werkvloer gevoerd wordt. Niet alleen medewerkers zijn verlegen met het onderwerp seksualiteit, maar ook familieleden van cliënten. Medewerkers hebben hun eigen normen en waarden. Deze nemen ze mee in hun begeleiding. Willen we goed kunnen kijken en luisteren naar onze cliënten, dan zal dat in de teams een onderdeel van het gesprek moeten zijn. We hebben te maken met zowel cliënten met een ernstige meervoudige beperking als cliënten die een lichte verstandelijke beperking hebben. Het is belangrijk dat medewerkers oog hebben voor de behoeftes van beide groepen op het gebied van intimiteit en seksualiteit, deze herkennen en erkennen. Op grond daarvan kunnen ze kijken hoe ze op een respectvolle en adequate manier tegemoet kunnen komen aan die behoeftes.'

/ Elske Cazemier



Reacties zijn van harte welkom,
via Yammer of e.cazemier@amsta.nl

Tips

Zet het thema op de agenda van je teamvergadering en bespreek het thema onderling.

Maak seksualiteit en intimiteit zo mogelijk met cliënten bespreekbaar. Het onderwerp hoort in elk ondersteuningsplan.

Er is allerlei materiaal beschikbaar dat het gesprek kan ondersteunen. Denk bijvoorbeeld aan de film 'Gabrielle', over een relatie tussen een jongen en een meisje, beide met een verstandelijke beperking, bij wie een dilemma ontstaat omdat de familie erop tegen is dat ze een relatie hebben. Of voor de ouderenzorg, de VPRO documentaire '69: liefde, seks, senior'. De aandachtsfunctionarissen beschikken over meer materiaal.

Vraag hulp en advies bij de aandachtsfunctionarissen, als je er zelf moeite mee hebt.

Vraag de training 'seksuele ontwikkeling' aan, die aandachtsfunctionarissen aanbieden.

De banden vol met wind

Jan Stoop voert binnen Amsta de legionellabeheersing uit en fietst van locatie naar locatie om de kranen van de stilstaande leidingen door te spoelen. Iedere maand haalt de kilometerteller van zijn fiets wel 1.000 km.



Skik op fietse

Wie döt mij wat, wie döt mij wat,
wie döt mij wat vandage 'k
heb de banden vol met wind
nee ik heb ja niks te klagen
Wie döt mij wat, wie döt mij wat,
wie döt mij wat vandage
'k zol hoast zeggen, jao het mag wel zo

Net als in het liedje van de Drentse zanger Daniël Lohues voelt Jan zich op zijn fiets heel goed en heeft hij niets te klagen. Jan houdt van zijn werk en fietst met veel plezier van locatie naar locatie om daar de waterleidingen vrij te houden van de gevaarlijke legionellabacterie. Ja, wie doet hem wat?

"In mijn vorige baan bij Fokker controleerde ik de romp en vleugels van vliegtuigen op metaalmoetheid. Dat was een stressvolle baan. Het werk dat ik nu doe geeft me weinig stress en dat vind ik erg prettig. Tijdens de fietstochtjes heb ik volop de gelegenheid om mijn hoofd leeg te maken. De kleinste dingen onderweg trekken mijn aandacht, de eerste trekvogels in het voorjaar, de bloesem in de bomen, de bloemen in de zomer. Maar ook van een vliegtuig in de lucht kan ik genieten. Maar ja, dat komt natuurlijk nog door mijn verleden bij Fokker."

Jan is zo'n acht jaar geleden komen werken bij Amsta als huismeester maar dat werk speelde zich voornamelijk binnen af. Hij hoefde dan ook niet lang na te denken om ja te zeggen toen hij werd gevraagd voor deze functie. Lekker buiten zijn was voor Jan erg aantrekkelijk. Tegen regen en kou kun je je immers kleden. Hij schafte daarom een speciale jas aan waarin hij ook nog eens goed zichtbaar is in het verkeer.

In de afgelopen jaren heeft hij veel mensen op de verschillende locaties van Amsta leren kennen. Niet alleen collega's maar ook bewoners. Met één bewoner in Nellestein heeft hij een speciale band. Daar gaat hij mee winkelen, wandelen en een kopje koffie drinken. "Deze bewoner mist het centrum van Amsterdam zo enorm en vindt alles geweldig wat we ook ondernemen. Een ritje met de tram maakt de dag al onvergetelijk!"

Jan besteedt ook veel van zijn vrije tijd aan vrijwilligerswerk met mensen met een verstandelijk beperking. Nee, niet bij Amsta Karaad maar bij een andere instelling. "Je geeft iets kleins en de ander ervaart het als een groots gebaar." Wat hij dan doet met deze mensen? "Zwemmen, voetballen, en fietsen natuurlijk!"

/ Grietje Babois

prik bord

Geldershoofd en Gravestein

In november zijn de eerste bewoners verhuisd. De nieuwe Amsta Karaad locatie Geldershoofd en Gravestein is een feit! In de volledig gerenoveerde flats in Amsterdam Zuidoost biedt Amsta een woning aan 18 (jong) volwassen cliënten die individueel willen wonen, maar wel met 24-uurs ondersteuning. Gelders-hoofd en Gravestein bevinden zich vlakbij winkelcentrum Ganzenpoort en metrostation Ganzenhoef. Kijk voor meer informatie op www.amsta.nl



LHBT-woning Rozeneiland geopend

Op 16 november vond de feestelijke opening plaats van Rozeneiland: een woning voor LHBT-ouderen in het Dr. Sarphatihuis. Samen met Wilbert Wienema, directeur van Gay Care Amsterdam, opende locatiemanager Vera van Voskuijl de afdeling door het symbolisch mengen van rozen en een proost met roze champagne. Het kersverse team van Rozeneiland nam een kunstwerk in ontvangst, gemaakt door Amsta-collega Eva Gans.



Samenwerking met MC Slotervaart



Op 6 oktober tekenden Tim Roldaan, lid van de directie van MC Slotervaart en Petra van Dam, voorzitter Raad van Bestuur van Amsta een samenwerkingsovereenkomst. Door de intensieve samenwerking tussen Amsta en het MC Slotervaart krijgen patiënten en cliënten snel de zorg die zij nodig hebben, bijvoorbeeld voor mensen die na een verblijf in het ziekenhuis kunnen herstellen op locatie Jan Bonga.

Ilse: dankjewel!

Ilse den Hollander, een van de grondleggers van de STA, neemt na bijna 10 jaar afscheid van de redactie. Ilse, heel hartelijk bedankt voor je medewerking aan alle prachtige edities!

