

Thuiskomen

bij de WOONZORGCENTRA

BOOMGAARD BOEKENRODE BEYT ESSALAM BIENVENIDO

Woonzorgcentrum Bienvenido
in Rotterdam *is geopend!*

Levensgeluk

Woonzorgcentrum
Bienvenido in beeld

Beyt Essalam
nieuwe woonplek
een *knus thuis*

Verder in deze uitgave:

- De cliëntenraad
- Interviews
- Activiteiten voor onze cliënten
- Kijkje in de wijk



Allemaal thuis

De tijd gaat snel en dat is aan alles te merken. Als wij terugkijken op wat er in het afgelopen jaar is gebeurd, is dat best veel. In dit magazine nemen we u graag aan de hand mee, om enkele momenten met u te delen.

Wij zijn blij dat we weer mooie verhalen van onze cliënten en medewerkers met u kunnen delen. Verhalen uit het verleden en de weg die zij hebben afgelegd om tot het heden te komen. Deze verhalen en beelden leiden ertoe dat u inzage krijgt in de gebeurtenissen in en rondom onze woonzorgcentra.

Met de feestelijke opening van Bienvenido, werd het vierde woonzorgcentrum een feit. Groots en kleurrijk was de viering. Een opmerkelijk detail is dat ook dit woonzorgcentrum met de letter 'B' begint.

Woonzorgcentrum Beyt Essalam is verhuisd naar een nieuw gebouw aan de Pleinweg in Rotterdam Zuid. De officiële opening volgt nog. In ieder geval hebben onze Islamitische cliënten een mooi en ruim onderkomen.

En nog steeds zijn we bezig om voor ouderen betaalbare en duurzame woningen te bouwen. Een plek waar zij zich helemaal thuis kunnen voelen en waar het fijn is om thuis te komen.

Verder ziet u meer beelden en leest u over de activiteiten voor onze cliënten. De cliëntenraad staat ook voor u klaar.

Ingrid Bottse
Redactie

Thuiskomen bij de WOONZORGCENTRA



Inhoudsopgave



Allemaal thuis	2
Inhoudsopgave	3
Woonzorgcentrum De Boomgaard	
- algemene informatie	4
- interview Fran Lim	6
- bijzondere momenten	8
- kijkje in de wijk	13
Woonzorgcentrum De Boekerode	
- algemene informatie	14
- interview Monique Assenberg	15
- interview de heer Post	16
- interview Ikram Ayadi	18
- interview mevrouw Ras - de Wit	20
- bijzondere momenten	22
- kijkje in de wijk	24
De cliëntenraad	26
Woonzorgcentrum Beyt Essalam	
- algemene informatie	28
- interview mevrouw Chenini	31
- interview Imane (dochter mevrouw Chenini)	33
- kijkje in de wijk	34
Woonzorgcentrum Bienvenido	
- algemene informatie	36
- interview de heer Andrade	38
- interview maatjes (Esther en Ruud)	39
- interview Odete Dias dos Santos	40
- interview mevrouw Livramento	42
- vrijwilliger Maureen, recept Javaanse bami	44
- bereidingswijze Javaanse bami	45
- kijkje in de wijk	46

Wist u dat...?

MOB/Internos van de 250.000 erkende leerbedrijven is uitgeroepen tot het beste leerbedrijf door Samenwerkingsorganisatie Beroepsonderwijs Bedrijfsleven (SBB).

De Boomgaard



Boomgaardsstraat 200
3012 XG Rotterdam
Telefoon 010 - 254 03 07
E-mail: info@mob.nu



Locatiemanager
Yuk Ling Chan

De Boomgaard is een woonzorgcentrum speciaal bestemd voor Chinese ouderen. Voor iedere bewoner is er een zorgplan opgesteld naar hun zorgbehoeften. Daarnaast wordt er één keer per week huishoudelijke zorg geleverd. Dagelijks drie keer per dag een warme Chinese maaltijd. Elke maand wordt van de bewoners de bloeddruk gemeten en het gewicht gewogen.

Naast het interne zorgteam werken wij ook samen met een extern zorgteam. Het externe zorgteam komt regelmatig naar de Boomgaard en bestaat uit: • Huisarts • Apotheek • Mondzorg • Diëtist • Logopedie • Ergotherapeut • Fysiotherapeut lichamelijke oefeningen: vijf keer per week.



Lichamelijke oefeningen: 5 keer per week.
Zanggroep: 1 keer per week.
Filmmiddag: elke dag.
Geheugen spelletjes: elke dag.

Scan de QR code voor
meer informatie over de Boomgaard



Iedere dag filmmiddag



Dagelijks drie keer per dag
een warme Chinese maaltijd



Iedere dag
lichamelijke oefeningen



Wist u dat..?

voldoende bewegen de geestelijke gezondheid verbetert? Daarom wordt er in de Boomgaard vijf keer per week aan lichamelijke oefening gedaan.

Fran Lim is in Singapore geboren. Vanaf haar zevende, wist zij al dat ze in de zorg wilde werken. Zij voelde dat het voorbestemd was. 'De zorg ingaan was gewoon 'my calling' het was mijn roeping.'

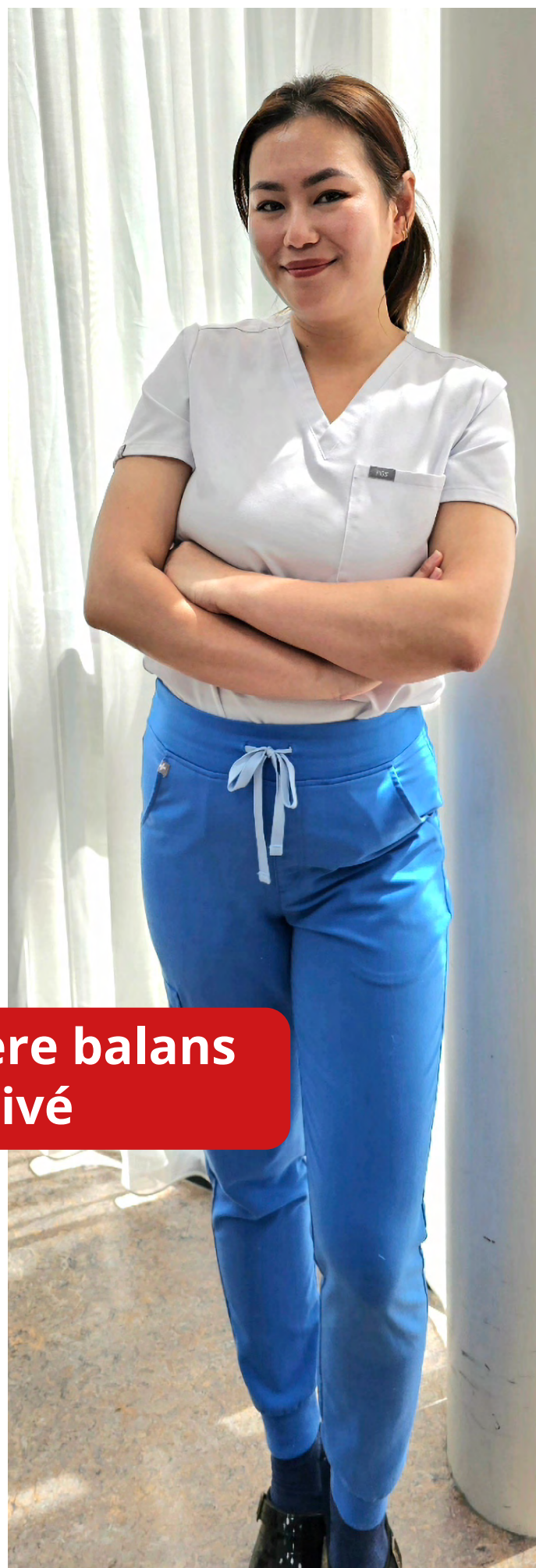
'Ik was ongeveer 7 jaar oud toen ik op de basisschool zat en kennismakte met het Rode Kruis. We werden bewust gemaakt van wat het Rode Kruis doet. Ik zag mijzelf graag als verpleegster. Dus zo gezegd zo gedaan. Als 18-jarige studeerde ik af in Singapore als verpleegkundige. Daarna heb ik mij gespecialiseerd in orthopedische chirurgie en daarin heb ik ongeveer zeven jaar gewerkt. Vervolgens verhuisde ik naar Nederland voor de liefde. Mijn partner komt uit Nederland.'

Eenmaal hier heb ik geleerd om voor oudere mensen te zorgen. Het geeft mij veel voldoening. Het is anders dan ouderenzorg in Singapore. Hier heb je meer vrijheid en het is ook beter geregeld. Er is daar niet genoeg ruimte voor de ouderenhuisvesting, want het is een klein land. Als iemand met pensioen gaat, dan verhuizen ze naar Thailand of een ander buurland. Meestal wonen de ouders bij de kinderen in. De kinderen zorgen voor de ouders tot het einde.'

Ik heb hier een betere balans in werk en privé

Wennen

'Ik ben nu vijf jaar in Nederland. Ik moest wel wennen. Ik heb hier een betere balans in werk en privé. In Singapore werk je langer door op een dag. Hier heb je de mogelijkheid om fulltime of parttime te werken. En als je hier op vakantie bent dan ben je ook écht op vakantie. Niemand die je opbelt over werk, maar dat is in Singapore in mijn beroep niet het geval. Ik werkte als manager van een orthopedische kliniek. Soms, in dringende gevallen, werd ik opgeroepen om te komen werken.'



Met ouderen werken

Wat ik leuk vind aan het werken met ouderen? 'Het is heel bevredigend. Ik wil graag dat het werk betekenis voor mij heeft, zoals zorg verlenen. Mensen zijn geen nummer. Werken met ouderen betekent ook veel geduld hebben. Bijvoorbeeld wat hebben zij nodig? Het is een mooie ervaring en je geeft ze genoeg zorg. Het werk is van betekenis het geeft veel voldoening.'

Moeilijke situaties

Zijn er situaties die moeilijk zijn? 'Wanneer een cliënt overlijdt is dat moeilijk, omdat je een band met ze hebt opgebouwd. Dan denk ik, al meer dan tien jaar werk ik in de zorg, maar dat is niet zo. Ik heb dan altijd een gevoel in mijn hart dat het jammer is dat de cliënt er niet meer is. Om dat gevoel te overwinnen sta ik erbij stil dat dit het leven is en je verder moet. Natuurlijk ben ik verdrietig, maar niet in die mate dat het mij beïnvloed. Afscheid nemen is altijd verdrietig. Je hebt even de tijd om eraan te wennen en daarna weer verder.'

Je geeft ze de allerlaatste zorg. Soms help ik de familie van de overleden cliënt met de aankleding van een begrafenis kostuum. Het is een zegen voor mij om dat voor de cliënt te doen.

Pas geleden heb ik een familie ondersteund met het zoeken van de juiste kleding voor de begrafenis. Zij wisten niet zo goed welke keuze ze moesten maken. Maar we hebben het samen gedaan, omdat ik ervaring heb. Het voelde goed aan.'



Fran Lim met onze cliënten van de Boomgaard





100 jaar!

Bijzondere momenten



90 jaar!



Activiteiten



Op 22 januari 2023 begon het Chinese nieuwjaar dat ook wel lentefeest wordt genoemd. In China is het een belangrijke feestdag en voor Chinezen overal in de wereld. De start is wisselend van 21 januari tot 20 februari. Er is dus geen vaste datum. De Chinese horoscoop heeft een dierenriem waarin één dierenteken een heel jaar duurt. Dit jaar is het de beurt van het konijn.

2023 het jaar van het konijn



Vaak wordt het groots gevierd. Zo zijn er op straat optochten met draken- en leeuwensdansen.

Optochten met draken- en leeuwensdansen

Ben je geboren in 1927, 1939, 1951, 1963, 1975, 1987, 1999, 2011 of 2023 dan ben je een konijn in de Chinese horoscoop. Het konijn staat onder andere voor vrede, geduld, harmonie en geluk.

Wist u dat...?

regelmatige geheugentraining de mentale prestaties, aandacht en de concentratie verbetert. De Boomgaard biedt daarom dagelijks geheugentraining aan.



Mahjong is een populair Chinees gezelschapsspel

Een ander belangrijk feest na het Chinese Nieuwjaar is het Maanfeest. Op de vijftiende dag van de achtste maand, volgens de Chinese maankalender, vieren Chinezen over de hele wereld het Maanfeest. Dit feest is al meer dan 3000 jaar oud en wordt ook Midherfstfestival genoemd. Het Maanfeest vindt tussen begin september en begin oktober plaats, omdat het de periode is van de volle maan. Vroeger was het een oogstfeest, maar nu is het een familiefeest. Families komen samen en er wordt ook samen gegeten. Een traditie is om maancake te eten. Het zijn ronde cakejes, vaak gevuld met zoete lotuspasta en een hele eierdooier die symbool staat voor de maan. Ook worden de steden en straten met lampionnen versierd. Sinds 2006 is het Maanfeest in China cultureel erfgoed en sinds 2008 een nationale (vrije) feestdag.



Maancake



Kijkje in de wijk



De naam Boomgaardsstraat is ontstaan omdat er vroeger veel boomgaarden langs de straat aanwezig waren. Vóór 1883 werd de straat Boomgaardslaan genoemd.

Nog een belangrijk feest is het winterfeest of Dongzhi. In het Chinees betekent het woord 'Dong' winter en 'Zhi' aankomst. De letterlijke betekenis van het feest is "de komst van de winter". Het is een belangrijk feest in de Chinese cultuur en wordt gevierd op de kortste dag van het jaar. Meestal rond 21 - 22 december. Het feest draait om familie en traditie. Een van de belangrijkste onderdelen van Dongzhi is samen eten. Tijdens het feest worden er diverse gerechten bereid, waaronder tangyuan, een soort kleefrijstballen die in een soep worden geserveerd.



Tangyuan



De eerste Chinese gemeenschap van Rotterdam vestigde zich in Katendrecht. Hoe dat kwam? Aan het begin van de twintigste eeuw waren er in Europa zeeliedenstakingen. De reders, eigenaren van schepen, hadden moeite om aan personeel te komen. Er werd besloten om Chinese zeelieden uit Engeland in te huren. Na de stakingen besloot een deel van de Chinese zeelieden in Nederland te blijven en vestigden zich in Katendrecht. Daar ontstonden de Chinese toko's, restaurants en pensions.



Chinees restaurant en pension aan de Delistraat op Katendrecht (1920).

Foto uit Stadsarchief Rotterdam

De Boekenrode



Schoonegge 60
3085 CX Rotterdam
Telefoon 010 - 307 13 45
E-mail: info@mob.nu



Locatiemanager
Lorien Firma

Woonzorgcentrum de Boekenrode staat midden in de groene omgeving van de woonwijk Zuidwijk. De bewoners van de Boekenrode hebben verschillende culturele achtergronden. Wij geven gehoor aan de religieuze behoeften of levensovertuigingen.

Onze zorgtijd is van 07.00 – 11.00 uur.
Dit is ook de pektijd van de zorg.

Dagbeleving: dagelijks van 10.30 – 14.00 uur.
Koffietijd: 's middag tussen 15.00 – 16.00 uur.
Gezamenlijk avondeten van 16.00 – 19.00 uur.



De tijden zijn:
08.00-10.00 uur
12.00-13.00 uur
16.30-18.00 uur
20.30-21.30 uur

wij vaste tijdstippen hebben voor het uitdelen van medicatie.

Wij verzoeken u om ons niet te bellen tijdens deze tijdstippen.

Wist u dat...?

Monique is de eerste die je ziet als je binnenkomt bij de Boekenrode. Ze heet je welkom met een brede glimlach. Voordat zij haar plaats innam, werkte ze als verzorgende individuele gezondheidszorg niveau 3 (VIG 3). Door gewrichtsklachten moest zij helaas stoppen met dat werk.

'Met de zorg was ik meer in beweging dan nu. Maar ik probeer wel in beweging te blijven. Zo kom ik zoveel mogelijk op de fiets naar mijn werk. Gelukkig zit ik niet de hele tijd achter de balie.

Ik verzorg de plantjes, kijk buiten of de boel op orde is. Een praatje maken met de bewoners en collega's, bestellingen aannemen enzovoorts. Het is een leuke groep mensen om contact mee te hebben. Wat vind jij het

belangrijkste als receptiemedewerkster? 'Representatief zijn, de bezoekers vriendelijk te woord staan en de goede richting wijzen als dat nodig is. Na anderhalf jaar kennen de mensen mij inmiddels als het vaste gezicht achter de balie. De cliënten van de dagbeleving die zwaaien als ze voorbij komen. Het is leuk om te horen als mensen zeggen: 'Hé Monique ben je er weer!' Ik ben blij dat ik in de zorg kan blijven werken. Op die manier blijf ik er toch nog mee verbonden!

Monique werkt vast op maandag en woensdag van 09.00 tot 17.00 uur. Maandagmiddag bemant zij ook de telefooncentrale van Internos Thuiszorg. Daarnaast beantwoordt zij om de week thuis op vrijdag vanaf 07.30 uur de telefooncentrale.

Receptiemedewerker
Monique Assenberg



Wilt u de sfeer proeven?
En kennismaken met enkele bewoners en medewerkers?
Scan de QR code en bekijk het filmpje voor een korte rondleiding in de Boekenrode

De heer Johannes Post (90) woont sinds april 2023 in de Boekenrode. Na anderhalf jaar geprobeerd zichzelf thuis zien te redden, had hij hulp nodig. Het was niet eenvoudig om in Hoogvliet, de plaats waar hij altijd woonde, 24-uurszorg te krijgen.

'In Hoogvliet zijn we lang bezig geweest om iets te vinden. Je komt niet makkelijk in een verzorgingstehuis. Ik had daar wel willen blijven wonen, maar nu hoef ik niet terug, dat doe ik niet. Ik heb het hier gevonden. Ik probeer altijd alles zelf te doen, als het niet gaat word ik geholpen. Ik zit lekker dichtbij het Zuiderpark, maar alleen ernaar toe is te ver, omdat ik bijna niet kan lopen met mijn rollator. De meeste mensen blijven achter de deur zitten.'

'Het is hier goed. Ik ben tevreden. Veel mensen kom ik niet tegen, want de mensen hier mankeren allemaal wel iets. Een praatje met de overige bewoners verloopt moeizaam vanwege de taalbarrière. Ik maak gebruik van de dagbeleving. Van de activiteiten vind ik de woordpuzzels het leukst. Die neem ik ook mee, want ik heb mijn eigen woordpuzzels.'

Ik mag over mijn leven niet klagen

'Mijn oude huis heeft een tuin, dat vond ik heel leuk. Op een gegeven moment ging werken in de tuin niet meer. Ik had ook een traplift in huis, maar zelfs dat ging moeizaam. Boodschappen halen met de rollator, het lopen ging steeds meer achteruit. Lang zelfstandig wonen kan, totdat het niet meer gaat zonder hulp. Ik was helemaal alleen thuis. Ik heb anderhalf jaar op mijzelf gewoond. Mijn vrouw is in 2021 op haar 90ste overleden. We waren 57 jaar getrouwd. Ik heb het er erg moeilijk mee. We deelden lief en leed met elkaar.'



'Samen met mijn vrouw puzzelde ik altijd, zij was daar liefhebber van. Ik mag over mijn leven niet klagen. Er zijn mensen zat die op hun 90ste nog goed kunnen lopen, maar ik heb een beroerte gehad. En dat is vervelend.'

In dit woonzorgcentrum zijn er veel die niet goed meer kunnen lopen. Wat ik zelf kan doen, doe ik zelf.'

'Ik heb altijd straatwerkzaamheden bij de gemeente Rotterdam gedaan. Daar heb ik 42 jaar gewerkt. In die periode kreeg ik nog vier weken vakantie, waardoor ik verscheidene bergtoppen heb beklommen. Onder leiding van een gids in Denemarken en in Oostenrijk de Glossglocker en de Piz Buin.'

'Bij de gemeente ben ik opperman geweest, stenen afstorten, stenen voorzetten voor de straatmaker. Het is niet zo fijn werk om aan de straat te werken. Ik heb ook een tijdje bij de reparatiewerkzaamheden gewerkt. De reparatieploeg vond ik het leukst. Tegenwoordig gaat de bestrating met machines, dat is wel een verbetering. Anders dan vroeger en het gaat vlugger.'

'Ga nooit in de bestrating werken. Voor je rug is het niet best. Ik heb het wel volgehouden, want je moet toch eten tenslotte. Mijn twee zoons zijn goed terechtgekomen. Zij hebben nu gelukkig goede banen.'



De heer Post aan het puzzelen



Nieuwe activiteiten-begeleidster

Cheyenne Pachito zal voortaan de activiteiten gaan organiseren van de dagbeleving. Zij is afgestudeerd aan het Zadkine richting maatschappelijke zorg.

Cheyenne is half juli gestart. De activiteiten zijn erop gericht om de cliënten plezier en een zinvolle aanvulling te geven aan hun dag.

Ook zal zij op den duur de taak als coördinator voor de vrijwilligers in de Boekenrode op zich nemen.

De dagbeleving is van 10.00 – 14.00 uur voor alle cliënten van de Boekenrode en de WMO cliënten.

Ikram Ayadi (31) is sinds februari 2023 kwaliteitsverpleegkundige in woonzorgcentrum de Boekenrode.

Als kwaliteitsverpleegkundige ben je indirect bezig met de zorg. Je verleent geen zorg aan de cliënt, maar je bent meer bezig met het team te coachen en aan te sturen om kwalitatief goede zorg te leveren. Dat is ook een vorm van zorg verlenen, want je beoordeelt wat de cliënten wel of niet nodig hebben om de kwaliteit van leven te vergroten. Een andere manier van verpleging.

Van advocate naar verpleegkundige, een groot verschil

Na haar HBO-V opleiding is zij negen jaar geleden ook meteen de zorg ingegaan. 'In mijn pubertijd had ik helemaal niets met biologie of met de zorg. Ik had een droom en dat was advocaat worden. Heel iets anders. Naarmate ik ouder werd ging ik steeds meer nadenken over waar ik werkzaam in wilde zijn. In de advocatuur zou ik iemand moeten verdedigen die iets heeft gedaan waar ik helemaal niet achter sta. Daar zat ik niet op te wachten. Nog beter nadenken. Ik merkte dat ik toen al behulpzaam was. Ik vond en vind het nog steeds geweldig om mensen te helpen, zodat zij weer verder kunnen. Wat zou ik met deze eigenschappen kunnen doen? Toen kwam maatschappelijke dienstverlening in

mij op. Uiteindelijk wilde ik het breder aanpakken en intensievere zorg gaan leveren en ben ik bij verpleegkundige uitgekomen. Van advocate naar verpleegkundige, een groot verschil. De rode draad is wel de dienstverlening, maar wel op een andere manier. En tot de dag van vandaag heb ik er geen spijt van. Sterker nog, het doet mij goed dat ik dit mag doen.'

'In mijn vorige baan als verpleegkundige en coördinator was ik verantwoordelijk voor drie afdelingen, maar ik was op zoek naar een nieuwe uitdaging. Tijdens mijn zoektocht kwam ik MOB tegen. Ik heb gewoon gesolliciteerd en werd teruggebeld door locatiema-

nager Lorien die zei dat zij op dat moment niets voor mij kon betekenen. Na enkele maanden werd ik teruggebeld door directeur Jacco, die vertelde dat MOB op zoek was naar een kwaliteitsverpleegkundige. Zo ben ik hier terecht gekomen. Ik ben ook vervangster van Lorien tijdens haar afwezigheid.'

'Wat mij het meeste raakt zijn de cliënten die eigenlijk niet meer voor zichzelf kunnen zorgen. Zij hebben ook niemand die voor ze kan verzorgen, dus die staan er alleen voor. Wanneer je ze hulp biedt en een schouderklopje krijgt dan weet je waar je het voor doet. De cliënten hebben soms tranen in de ogen en zeggen bedankt dat je er voor mij bent. Dat is echt iets dat mij tot de dag van vandaag blijft raken.'

'Ik ben altijd al iemand geweest die snel met iemand meeleefde en dan dacht ik: kon ik maar iets voor jou betekenen. Mensen die mij zien denken dat ik een pittige tante ben, dat krijg ik altijd te horen. Als zij mij eenmaal kennen dan zeggen ze dat ik een zachte uitstraling heb. Zo zacht als een spons.'

Als ik iemand zou adviseren om de zorg in te gaan, dan is het belangrijk dat je hart er moet liggen. Sommige mensen doen het voor het geld. Verder geef ik mee dat het echt oprecht dankbaar werk is. En als je er waarde aan hecht, om iets voor iemand te betekenen, iemand te helpen de kwaliteit van leven te vergroten, dan is het de baan voor jou. Er is niets mooiers als iemand op bed ligt en zegt het wordt toch niets meer met mij en je kan iets voor die persoon betekenen. Het geeft veel voldoening dat die persoon weer op beide benen kan staan en er weer tegenaan kan. Als het niet vanuit je hart komt, dan ben je er binnen de kortste keren klaar mee.'

'Ik heb het naar mijn zin en het is een uitdaging. Het team moet nog aan mij wennen en ik aan hen. Het valt voor hen ook niet mee om een leidinggevende te hebben en daarnaast ook een vervangster die hun coacht en aanstuurt. Het heeft tijd nodig. Rome is ook niet in één dag gebouwd.'



Kwaliteitsverpleegkundige
Ikram Ayadi



we 'maatjes' (vrijwilligers) hebben die met onze cliënten naar buiten gaan om bijvoorbeeld een wandeling te maken.

Op www.mob.nu vindt u onze website.

Volg ons facebook en instagram
<https://www.facebook.com/MOBrotterdam>
https://www.instagram.com/mob_rdam/

In het jaar dat insuline beschikbaar werd voor mensen met diabetes, werd mevrouw Ras – de Wit op 17 juli 1923 geboren. Haar verjaardag is gezellig gevierd. Behalve dat haar familie op bezoek kwam, kreeg zij een felicitatiebrief en foto van het koninklijk echtpaar en een felicitatiekaart uit naam van de burgemeester van Rotterdam met een bos bloemen. Ze had niet verwacht om een brief te ontvangen van het koningspaar. 'Ik wist nergens van en ik was helemaal verbaasd.'



Mevrouw Ras - de Wit 100 jaar! Ik kom uit een sterk geslacht

Alhoewel mevrouw Ras aangeeft niet meer veel te weten over vroeger, kan zij toch met vlagen iets uit haar kinderjaren herinneren en de tijd daarna. 'Ik weet nog dat ik naar de kleuterschool ging en in het zand kon spelen, zandkuilen maken en er werd gezongen. Ik heb in een borduurwinkel gewerkt.. Twee jaar na de oorlog, in 1947, ben ik getrouwd met mijn inmiddels overleden man. Ik moest trouwen want dat was de gewoonte vroeger. Ik heb mijn man leren toen er een feest op straat was. Ik stond in de deuropening van waar ik woonde. Hij zag mij staan en kwam op mij af. Zo ben ik aan de man gekomen. Het was een goede man.'

'Ik heb drie jongens gekregen waarvan ik alleen nog contact heb met mijn jongste zoon Rob, die ook regelmatig bij mij op

bezoek komt.' Mevrouw Ras heeft altijd in de buurt van de Boekenrode gewoond. Omdat zij vaak viel, kon zij niet meer in haar huis blijven wonen en zat er niets anders op dan verhuizen. Net voor corona kwam zij in de Boekenrode terecht. 'Ik vond het maar niks hier in dit huis zitten. Ik ben helemaal geen mens voor een woonzorgcentrum. Ik heb het daarom ook niet zo naar mijn zin. Mijn ogen gaan achteruit, pijn in mijn beide voeten. Hoe ik zo oud ben geworden? 'Dat kan ik niet zeggen. Het leven gaat door. Gewoon door blijven ademen.'

Het is niet altijd rozengeur en maneschijn geweest in haar leven. 'Ik heb borstkanker gehad daardoor is een borst afgezet. Na 10 jaar controle zei de arts dat ik niet meer terug hoefde te komen. Dat heb ik overwonnen. Zo ben ik er doorheen gerold.'

'Ik probeer nog zoveel mogelijk te lopen en in beweging te blijven. En als ik pijn krijg dan moet ik dat er maar bij nemen. Ik ben vrij lenig. Ik kan mijn benen nog in de lucht gooien en mijn armen ook nog goed bewegen. Ik was altijd heel actief. Ik had nooit verwacht dat ik 100 zou worden. Ik heb altijd tegen mijn zoon Rob gezegd dat ik geen 100 word en warempel ik word het wel.'

'Ik ben nog bij de tijd. Ik doe nog wel wat als het kan.' Mevrouw laat een kleurboek zien met allerlei ingekleurde beelden. 'Ik kleur veel, maar na een kwartier willen mijn ogen niet meer.' Aan haar rechteroog is zij blind

en het linker heeft voor 40 procent zicht. Met injecties is geprobeerd de scheurtjes te verhelpen, maar dat is niet helemaal gelukt.

'Ik heb heel veel geborduurd en gebreid.' De nachtwacht aan de muur heeft zichzelf geborduurd en is ongeveer 60 jaar oud. 'Ik los ook veel woordzoekers op, die heb ik altijd snel opgelost. Elke keer een stukje. Ik ben altijd bezig net als vroeger.

Het hoeft voor mij niet lang meer te duren, maar ik kom uit een sterk geslacht. Van mijn vaderskant heb ik een tante gehad die werd 104 en één van 102.'



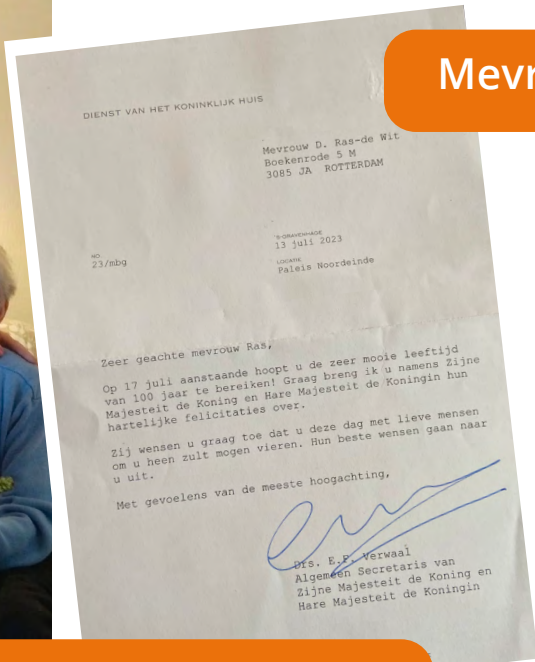
Door haarzelf geborduurde
Nachtwacht



er een inloopspreekuur is voor mantelzorgers. Voortaan is er iedere laatste dinsdag van de maand een inloopspreekuur voor de mantelzorgers. Onze locatiemanager Lorien Firma is er voor u. Zijn er vragen die u eerst besproken heeft met de EVV'er, maar waar u samen niet uitkomt? Of wilt u een praatje maken over uw dierbare/onze cliënt? Dan kunt u bij haar terecht. Als Lorien afwezig is zal Ikram Ayadi, de kwaliteitsverpleegkundige, haar vervangen.



Mevrouw Ras-deWit is 100 jaar



Brief van koninklijk paar

Kaart uit naam van de burgemeester van Rotterdam



Bijzondere momenten



De Boekenrode is op zoek naar vrijwilligers. Een leuke manier om een ander te helpen met bijvoorbeeld een wandeling, koffie en/of thee uitdelen of meehelpen met de activiteiten van de dagbesteding.

Heb je interesse? Neem contact op met Cheyenne Pachito of bel met de balie van MOB 010 - 476 08 18.

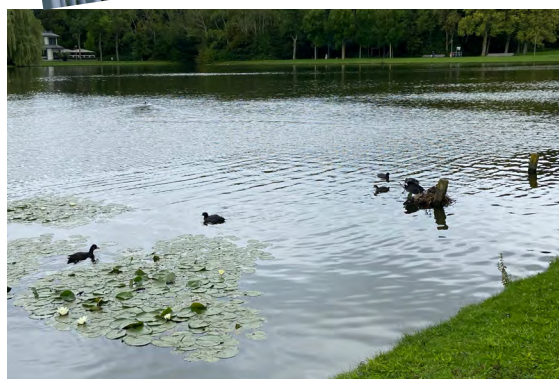
Filmavond cliënten



Presentje medewerkers

Medewerkers teamuitje





De Boekenrode ligt vlakbij het, in 1952 aangelegde, Zuiderpark. Dit park is het grootste stadspark van Nederland. Een mooie groene omgeving waar fijn gewandeld kan worden. Er is nog veel meer te doen in het park. Zo is er onder andere een kinderboerderij, strandje, kunst en veel water. Je kunt er ook barbecueën, maar alleen op de plaatsen die daarvoor aangegeven zijn.



Kijkje in de wijk



Kom je met het openbaarvervoer naar de Boekenrode? Houd je van wandelen, dan kun je uitstappen bij metrostation Slinge. Tijdens je wandeling richting de Boekenrode vind je tal van winkels aan de Slinge.



Hallo lieve cliënten,

Ik stel mij graag even voor. Mijn naam is Marion Landman en lid van de cliëntenraad Internos/MOB.

Ik ben zelf ook cliënt van Internos en kan dus uit eigen ervaring spreken hoe belangrijk de cliëntenraad is voor de cliënten, maar ook voor de organisatie.

Alleen mijn ervaring en mening zijn niet genoeg om uw belangen goed te kunnen behartigen.

Daarom willen wij als cliëntenraad graag met u in gesprek komen. Dit willen wij doen door meerdere keren een koffie-inloopochtend te

houden op een van onze locaties en één keer per jaar een cliëntendag te organiseren als een leuk middagje uit.

Kijk voor meer informatie op de website van Internos/MOB of op uw Carenzorgt omgeving.

Zo kunt u onder het genot van een heerlijk kopje koffie en iets lekkers erbij met ons praten over wat u prettig vindt van de zorg die u krijgt, of wat u misschien juist heel erg vervelend of lastig vindt.



De cliëntenraad MOB /Internos

Wat doen wij zoal als cliëntenraad ?

Nou dat kan ik u wel vertellen.

Het bespreken van verschillende thema's die spelen in de zorg en in de organisatie. Zo komen bijvoorbeeld de volgende onderwerpen aan bod. Personeelstekort, werven van personeel, technologie in de zorg om het personeel te ontlasten en de cliënt meer zelfstandigheid te laten behouden, verduurzaming in de zorg en ook hoe kunnen we de zorg betaalbaar houden. Dit zijn onderwerpen die wij behandelen tijdens onze vergaderingen.

Zoals u ziet zijn het best veel verschillende vlakken die we bespreken en behandelen. Op deze manier kunnen we voor u nu de beste zorg leveren maar ook in de toekomst. Wij nodigen u dan ook van harte uit om eens met uw mantelzorger of alleen langs te komen. Lukt het niet om langs te komen dan kunt u ons ook telefonische bereiken.

U kunt bellen met het algemene nummer 010 - 476 08 18 en vragen of ze u door willen verbinden met iemand van de cliëntenraad.

Mijn collega's van de cliëntenraad en ik kijken uit naar het contact met u.

Ik hoop dat u zo een goed beeld heeft gekregen wat de cliëntenraad voor u doet.

Een liefdevolle groet namens de gehele cliëntenraad,
Marion Landman

De leden van de cliëntenraad.
Jan van Baren (voorzitter)
Mohamed El Wakidi (secretaris)
Marion Landman
Anky Romeijnders
Arnold Gortzak
Suk Ying Liu
Jacqueline van den Bergh



Vlnr: Jan van Baren, Marion Landman, Anky Romeijnders, Arnold Gortzak, Mohamed El Wakidi

Beyt Essalam



Pleinweg 203 – 207
3081 JN Rotterdam
Telefoon 010-333 19 20
E-mail: info@mob.nu



Locatiemanager
Hakima Abraymi

Beyt Essalam is een nieuw woonzorgcentrum dat persoonsgerichte en cultuur passende zorg biedt aan Islamitische ouderen. Het team van Beyt Essalam, dat kennis heeft van het geloof, de normen en waarden, staat voor u klaar om u een luisterend oor te bieden.

Zorgtijd van 07.00 – 11.00 uur.

Koffie- en theemomenten: van 10.00 – 11.00 uur en 15.00 – 16.00 uur.

Dagbeleving dagelijks: 10.00 – 14.00 uur.

Ma-, di- en woensdagochtend wandelen met de wandelclub.

Ma-, di- en woensdagmiddag vóór het koffie- en theemoment lezen van de Koran in groepsverband.

Donder-, en vrijdagochtend is crea-ochtend. Voornamelijk seizoensgerichte activiteiten.

Donder-, en vrijdagmiddag één op één momenten samen met vrijwilligers.

In groepsverband luisteren en/of kijken naar (klassieke) muziek en culinaire programma's. Of dansen op muziek.



Kleurgebruik

Het kleurgebruik van Beyt Essalam is afgestemd op de tulp, jasmijn, olijf, vijg, en saffraan.

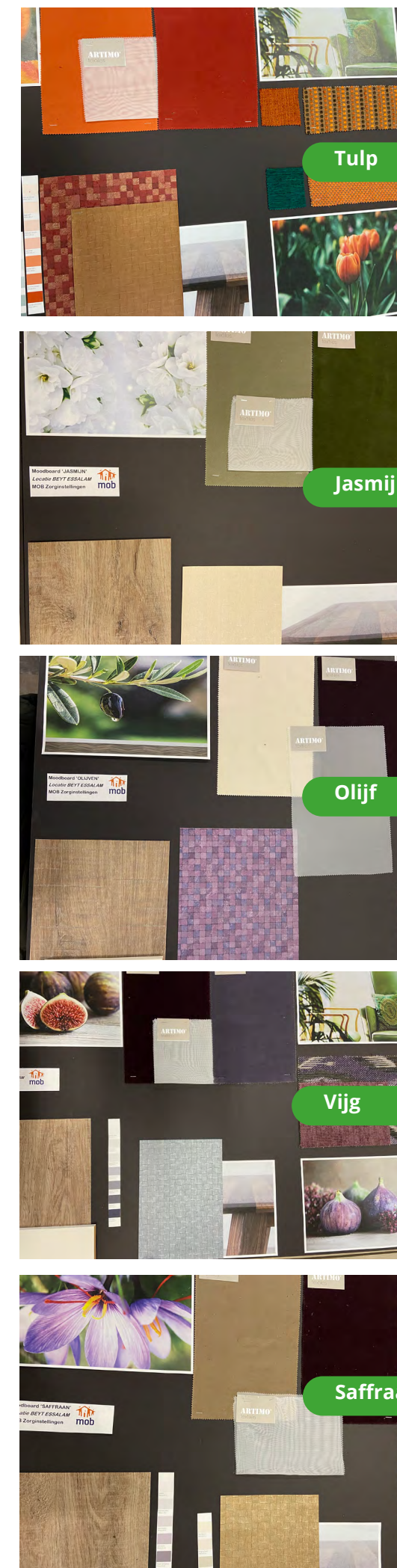
Voor de eerste generatie migrantenouderen die in Beyt Essalam wonen spelen de bloemen, vruchten en het kruid een grote rol in hun leven. Zij zijn ermee opgegroeid en dus is het herkenbaar. Het brengt herinneringen van vroeger terug. De kleur groen is de traditionele kleur van de Islam.

Wist u dat..?

De tulp een bijzonder verhaal heeft? Oorspronkelijk komt deze bloem uit Turkije. Tulipa, de Latijnse naam van de tulp, komt van tulipan dat tulband betekent. Vroeger werd de vorm van de bloem met een tulband vergeleken. Het is een geliefde bloem bij deze generatie.



Wilt u de sfeer proeven? Scan de QR code en bekijk het filmpje voor een impressie van woonzorgcentrum Beyt Essalam.





De achtertuin



De grote open keuken



De woonkamer



De dagbeleving



Mevrouw Malika Chenini (71). Malika betekent koningin in het Arabisch. In plaats van trouwen zagen haar ouders haar liever carrière maken. Echter op haar 17de kreeg zij een busongeluk, waardoor zij een paar maanden in coma lag. Toen men de hoop had opgegeven en dachten dat Malika niet meer wakker zou worden, ontwaakte zij uit haar coma. Het is een wonder dat zij het heeft overleefd. Mede hierdoor is haar kijk op de wereld veranderd.

ik heel onderzoekend. Ik was overal de eerste in. Ik vind het heel fijn om te lezen en schrijven. Iedereen uit de buurt, waar wij woonden, wist dat. Zo kwam het dat op een gegeven moment mensen mij vroegen om brieven voor hen te schrijven. Door het studeren kan ik hoog Arabisch spreken en schrijven. Bovendien ben ik ook de Franse en Nederlandse taal machtig.' Via haar lievelingssoom leerde ze haar toekomstige man kennen. Ze waren goed bevriend. 'Toen mijn man mij zag was het liefde op het eerste gezicht. Hij zei: met haar ga ik trouwen.

De wonderen van de koningin



En ik zei altijd: ik krijg drie dochters. De namen had ik ook al bedacht. En ik ben ook gezegend met drie dochters.'

'In 1970 zijn wij naar Nederland gekomen. Ik moest heel erg wennen. Bijvoorbeeld, niet elk huis had een douche en dat vond ik raar, want dat was in Casablanca wel zo. In het begin miste ik Casablanca. Ik miste de gezelligheid met de familie. Ik ben toen ook voor negen maanden teruggegaan op vakantie naar Casablanca. Alle familieleden waren daar. Inmiddels zijn wij uitgewaaid over de hele wereld en wonen onder andere in Londen, Florida, Parijs en Spanje. Ik ben de enige die in Nederland woont.'

Malika is de oudste van tien kinderen die allemaal in Casablanca zijn geboren. Het was een hele moderne en vrije stad voor die tijd. 'Ik heb een gelukkig leven. Mijn ouders waren niet streng. Ik hoefde niet mee te helpen in de huishouding en ook niet in de patisserie van mijn ouders. Zij wilden dat ik ging studeren. Zo wilde mijn vader dat ik veel wist over de wereld, daarom las ik elke dag de krant voor aan mijn opa. Ik ging dus gewoon naar school. Ik heb ook veel aan sport gedaan, zoals zwemmen en volleybal. Het laatste was mijn favoriete sport. Op school was

'In Maassluis hebben mijn man en ik gewoond totdat hij overleed. Na mijn hersenbloeding raakte ik aan één kant verlamd. Ik kon niet meer zelfstandig functioneren. Het was niet meer verantwoord om zelf thuis te blijven. In mijn hoofd kan ik gewoon veel meer, maar het lichaam werkt niet mee.' Haar dochter valt haar bij: 'Wat ze nog wel kan doet ze ontzettend goed. Toen mijn moeder moest revalideren van de hersenbloeding, zeiden ze, je kan nooit meer je hand bewegen, eten of praten. Wij dachten wat gek, want ze kan gewoon praten. Kijk haar nu. Ze zeiden ook dat ze nooit meer



Mevrouw Chenini
leest de Koran

iets zou onthouden, maar mijn moeder kent de Koran heel goed. Zij kent elk vers uit de Koran nog uit haar hoofd. Zo bijzonder dat ze dit nog allemaal kan. Het is een wonder dat zij er nog zo bijzit. Mijn moeder spreekt vanuit haar hart wat zij wil.'

'Mijn moeder weet heel veel over wat er in de wereld speelt. Dat wij een brede kijk hebben op de wereld komt van onze ouders. Daar zijn wij als kinderen zo ontzettend dankbaar voor. Iedereen respecteren in zijn doen en laten. En dat zie je ook terug in onze vriendenkring. Heel erg multicultureel. Zij vindt karakter veel belangrijker dan uiterlijk. Het gaat niet om goud of hoeveel je bezit het gaat om je hart. Kijk met je hart naar een persoon. Lief voor dieren zijn. Respect voor alle levende wezens. Vrede op aarde. Wij leven niet lang dus wees goed voor elkaar.'

'Ik vind de activiteiten hier leuk en ook de dames die hier werken. Ik heb geen idee wat de functie van de zorgmedewerkers is. Iedereen is het zelfde. Of het nou Hakima, de locatiemanager is of een helpende of een vrijwilliger, ze zijn allemaal één. En dat is zo mooi. Gewoon een praatje maken tussen het harde werken door. Ze nemen daar de tijd voor. Zij horen bij het geheel en dat is zo uniek. Meestal zie je geen leidinggevende die meedoet en dat is hier anders. Op het moment dat ik rust wil, kan ik gewoon de deur dichtdoen en daardoor voelt het ook als thuis. Dat ik vind belangrijk.'



Mevrouw Chenini
met haar dochters

Dochter Imane, mantelzorgster

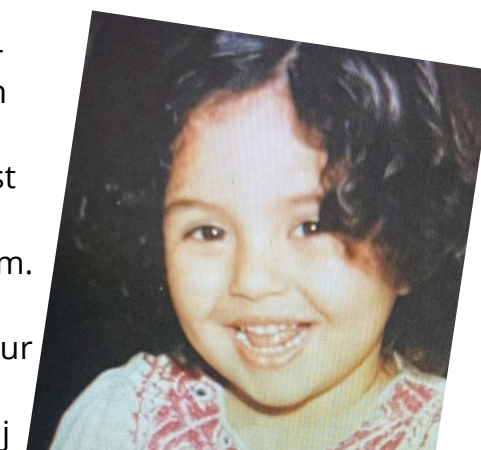
'Mijn moeder kreeg acht jaar geleden een herseninfarct, daar moest zij lang voor revalideren. Anderhalf jaar geleden een hersenbloeding, waardoor zij aan één kant verlamd raakte. Wij hebben haar met z'n allen intensief verzorgd. Door haar revalidaties merkten wij dat revalidatie gericht is op een bepaald soort patiënt. De psycholoog die een test doet, maar die is voor iedereen hetzelfde of je Nederlands of anderstalig bent. Mijn moeder kreeg plaatjes over dingen die haar niet bekend voorkwamen. Zoals bijvoorbeeld wieken van de molen. Daardoor kreeg zij ook een verkeerde diagnose. Wij misten dat stukje warmte in de verpleging. We wilden dit onze moeder niet aandoen. We hebben veel verzorgingshuizen bekeken, maar die vonden we niet goed genoeg voor haar. Het paste niet bij haar.'

Onze ouders hebben ons verzorgd, wij zorgen voor onze ouders en wij gaan daar heel ver in.

'Uiteindelijk ben ik gaan googelen op multiculturele verzorging, totdat ik opeens Beyt Essalam tegenkwam. Wat er op de website stond sprak mij heel erg aan. Vooral dat huiselijke. Ik nam contact op met de locatiemanager Hakima en zij zei dat het voor haar belangrijk is om de cliënten een leuk en gezellig leven te bieden. Dat vond ik zo mooi. En toen dacht ik, ja dat is het. En bij al die andere plekken vond ik het afstandelijk en miste ik de warmte. Verder zei Hakima dat Beyt Essalam multicultureel is en zo ook de zorgmedewerkers. Ik voelde daar het familiegevoel. Dé kers op de taart!

'Mijn moeder is van de eerste generatie ouderen die in verzorgingstehuizen terechtkomen. Ik houd mijn hart vast voor de mensen die geen kinderen hebben en de Nederlandse taal niet goed spreken. Want wat wij met mijn moeder hebben meegemaakt was het stellen van verkeerde diagnoses. Ze zeiden

over mijn moeder dat zij geen besef van hongers, tijds of dorst had. Want ze vroeg er niet om. Maar dat heeft met onze cultuur te maken. Zij is heel beleefd, zij vraagt niet om eten of drinken. Dat deden de Nederlandse patiënten wel. En wat ik ook merkte is dat verpleegsters mijn moeder niet begrepen en ook de andere allochtonen niet. Dus dan was het: wat zeg je, ik begrijp je niet hoor. Je wordt beoordeeld op de taal, terwijl mijn moeder drie talen spreekt. Ze werd als analabeet behandeld. Ik vind de andere tehui-



Jeugdfoto Imane

zen noodzorg. Dus eten, drinken en iemand in leven houden. Ze wegen het eten af. Onze ouders hebben ons verzorgd, wij zorgen voor onze ouders en gaan daar heel ver in. Want wij geven onze moeder uit handen. Het is net als je een kind ergens achterlaat.'

'Zonder liefde en warmte overleeft zij het niet. Plezier en activiteiten, de Koran lezen, uitleg geven over de Koran. Mijn moeder begrijpt de tekst heel goed, zodat zij dat aan anderen kan uitleggen. Dit is gewoon mijn moeders huis en ik mag op bezoek wanneer ik wil.'

De passie waarmee de zorgmedewerkers verzorgen is echt heel fijn. Toen we het filmpje op de website over Beyt Essalam zagen was dat voor ons doorslaggevend. Het moest voor ons huiselijk zijn en niet op een ziekenhuis lijken.'



Maastunnel
 Onze cliënten hebben zicht op de oudste afgezonden verkeerstunnel van Nederland, de Maastunnel. De gemeente Rotterdam startte in 1937 met de bouw van de Maastunnel en in 1942 was het klaar voor gebruik. Het verbindt de oevers van de nieuwe Maas met elkaar.



Kijkje in de wijk



Charlois
 Zowel Beyt Essalam als de Boekenrode liggen in de wijk Charlois. Een Rotterdammer 'Rotterdammer' spreekt het uit als sjaarloos.



Waar komt de naam Pleinweg vandaan? De weg werd rond 1928 aangelegd en kreeg de naam omdat het twee pleinen met elkaar verbindt. De weg verbindt het Maastunnelplein met de Strevelsweg bij Zuidplein.



Straatpoëzie
 Ontdek een van de vele gevelgedichten in de wijk. Deze staat op de gevel van een flat in de Bas Jungeriusstraat en is van de dichteres van Charlois, Rieneke Grobben-Minderman.



ons woonzorgcentrum Beyt Essalam het eerste Islamitische woonzorgcentrum van Rotterdam is.

Bienvenido



1e Middellandstraat 103-111
3021 BD Rotterdam
Telefoon 010-321 60 14
E-mail: info@mob.nu



Locatiemanager
Sinita Wornyo

Bienvenido is een woonzorgcentrum dat persoonsgerichte en cultuur passende zorg biedt aan ouderen met een Afro-Caribische achtergrond. Onze medewerkers zijn bekend met de normen en waarden van onze cliënten.

Zorgtijd van 07.00 – 11.00 uur.

Dagelijks koffie- en theemomenten van 10.00 – 11.00 uur.

Dagbeleving

Voor onze cliënten hebben wij per maand van dag tot dag wisselende activiteiten op de activiteitenkalender.

De terugkerende activiteiten zijn:

Dinsdag en vrijdag om 11.00 uur morgenzegen.

Twee keer per maand bloemschikken, dagen wisselen.

Eén keer per kwartaal, thema landenweek (zeven dagen lang activiteiten en gerechten uit een bepaald land).

Verder hebben wij ook activiteiten zoals wandelen, tekenen, koersbal, sieraden maken, muziekuur en bingo.

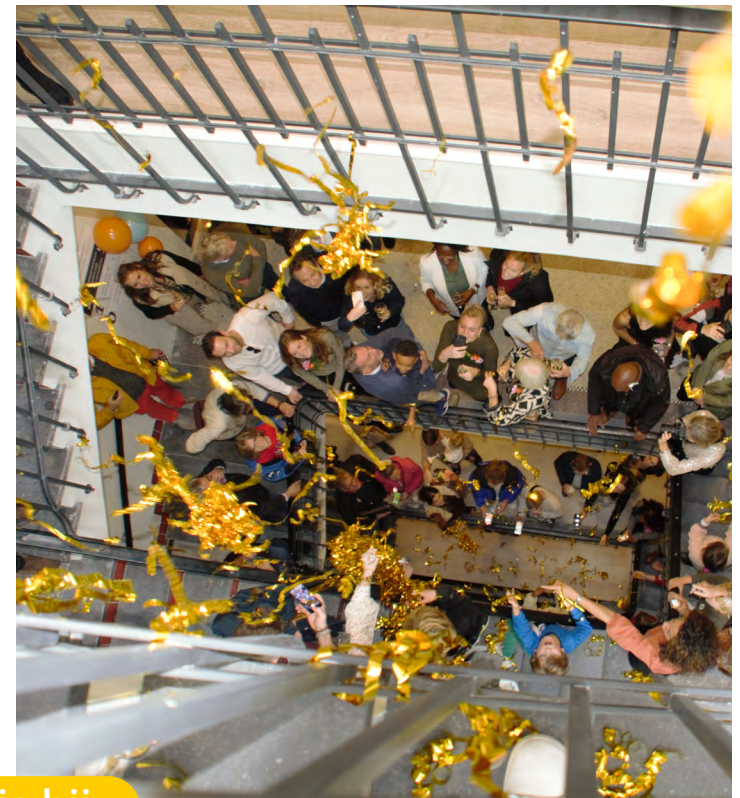
Daarnaast bieden wij ook activiteiten in groepsverband, maar ook individueel voor cliënten die gevoelig zijn voor te veel prikkels.

Opening

Op zaterdag 5 november 2022 werden het Gezondheidscentrum Middelland en woonzorgcentrum Bienvenido aan de Middellandstraat 103-111 feestelijk geopend.

In de twee panden bevinden zich het gezondheidscentrum Middelland met het huisartsenteam van der Poel, fysiotherapie Middelland, apotheek Middelland en woonzorgcentrum Bienvenido.

De genodigden werden toegesproken door acteur, muzikant en theatermaker John Buijsman, apotheker Annemarieke Böttcher, fysiotherapeut Marcel van de Haterd, huisarts Matthijs van der Poel en directeur Ismail Meral van Bienvenido/MOB.



Confetti in het trappenhuis bij de opening van Bienvenido



Scan de QR code voor meer informatie over woonzorgcentrum Bienvenido

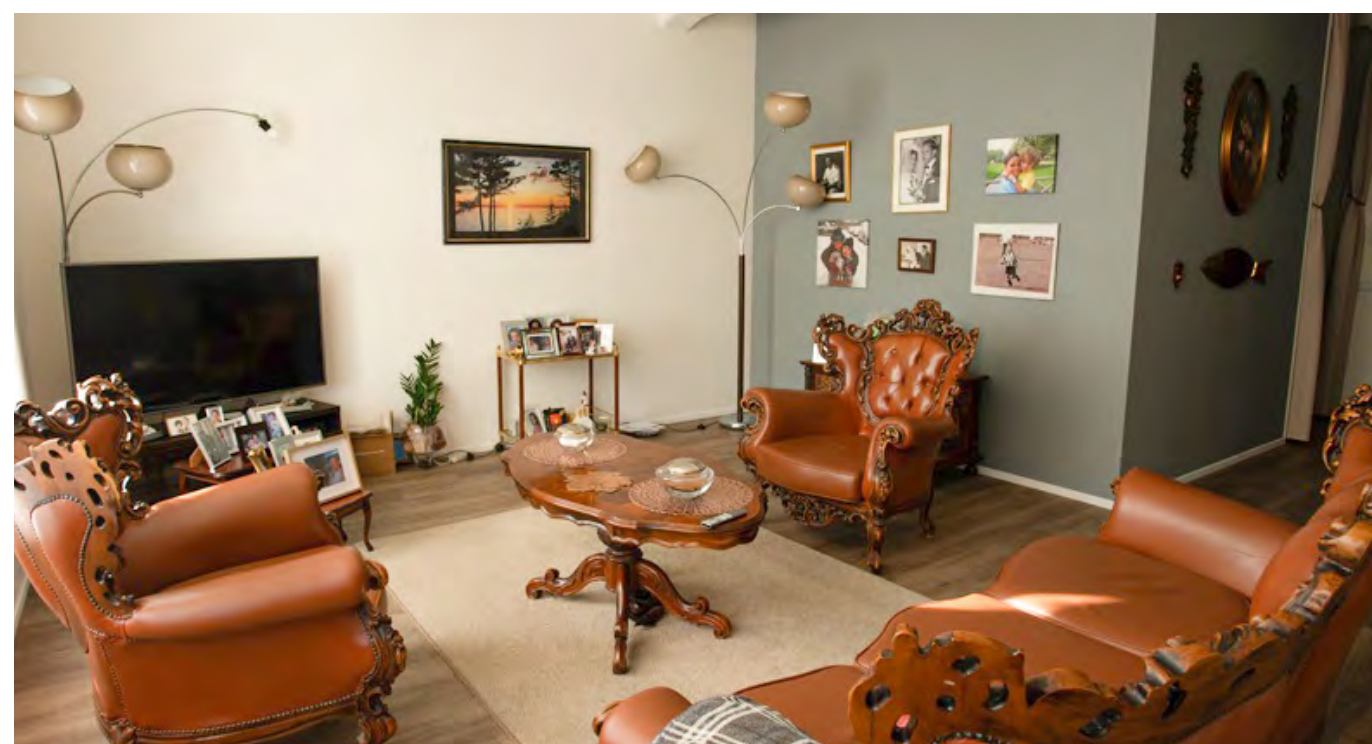
Het echtpaar Andrade woont hier sinds het begin van de opening in Bienvenido. Het appartement hebben zij door hun kinderen om laten bouwen, zodat ze een aparte slaapkamer hebben.

Echtpaar Andrade



**Al meer dan 50 jaar getrouwd.
Een halve eeuw een stel, dat is goud waard!**

De heer Andrade: 'Ik ben met mijn vrouw meeverhuisd, omdat zij achteruit gaat in haar gezondheid. Zij heeft hulp nodig omdat zij aan het dementeren is. Onze oude woning had veel trappen en dat ging op een gegeven moment niet meer. Het is de bedoeling dat ik weer naar onze woning terug verhuis, waar wij al 51 jaar woonden. Mijn vrouw kan dan langzaam aan het idee wennen dat wij niet meer samen wonen. Bij Bienvenido kan zij de hulp krijgen die zij nodig heeft.'



Esther Plak is de jongste cliënt van Bienvenido. 'Ik ben niet anders gewend om altijd met ouderen om te gaan. Ik ben met ze opgegroeid. Ik weet niet beter. Mijn maatje is Ruud. Ik kan heel goed met hem communiceren. Ik hoef het maar een keer uit te leggen en we begrijpen elkaar. Ik heb het heel erg naar mijn zin.'

Maatjes!



Ruud Sijpenhof: 'Ik vind de totale sfeer optimaal. Het leeft. Ik heb ook nog in andere instellingen gewoond, maar daar vond ik het saai.' Meteen al bij de eerste kennismaking van de informatieavond dacht hij: 'Hier moet ik wonen.' Met zijn maatje Esther is het gezellig. 'Wij eten samen en hebben een goede klik. Zij noemt mij opa, zegt hij lachend. Bovendien is de locatiemanager Sinita meegaand en vriendelijk. Zij begrijpt mij. Een pracht van een meid. Het is de combinatie van bewoners, zorgmedewerkers en verzorging. Ik voel mij hier thuis. Het had voor mij niet beter gekund!'

In het veld van maatschappelijk werk heeft Odete van alles 'geproefd'. Zo kon zij het beste bepalen wat bij haar past en wat zij ook leuk vindt om te doen. Uiteindelijk besloot zij om met haar eigen cultuur bezig te zijn en die mensen verder te helpen.

Odete Dias Dos Santos is sinds januari 2023 werkzaam in Bienvenido. Inmiddels werkt zij al zeven jaar bij MOB als maatschappelijk werkster. 'De diversiteit trok mij aan, waar mijn eigen Kaapverdise cultuur deel van uitmaakt. Vanuit de WMO heb je diverse richtingen die je kon volgen. Zodoende kon ik heel goed bepalen wat ik interessant vind en mij blijft boeien.

"De diversiteit in het werk trok mij aan..."

Hoe zij in contact kwam met MOB

'Een vriendin van mij is bevriend met Andreza, zij werkte al bij MOB. Wij raakten met z'n drieën aan de praat. Andreza vertelde haar werkzaamheden bij MOB. Ik legde uit wat ik deed. Zij attendeerde mij erop dat er binnen MOB gezocht werd naar een maatschappelijk werker met een Kaapverdiaanse achtergrond en of ik wilde solliciteren. Toen leek het mij interessant om binnen mijn Kaapverdise cultuur mensen te helpen en begeleiden. Ik dacht waarom niet. Ik spreek de taal dus dat kwam heel goed uit. Mijn ouders hadden vroeger een toko bij de Schiedamse weg en heel veel Kaapverdianen kennen mijn ouders en kennen mij als de dochter van. Toen ik bij MOB kwam werken ontmoette ik mensen die zeiden dat ik de dochter ben van die en die.'

Haar werk bij Bienvenido

'Ik ben nog aan het zoeken wat mijn positie is en de hulpvraag van de cliënten. Ik heb nog niet voor alle cliënten iets gedaan op het maatschappelijk vlak. Zij weten wel wie ik ben. Ik heb meer contact met de familie en/

of de mantelzorger. De cliënten kennen mij wel, maar sommigen zijn aan het dementeren. Dus mocht er iets zijn dan heb ik het overleg niet met de cliënt. Ik ben ook nog in het proces van iedereen leren kennen. Ik vind het belangrijk om goede en eerlijke adviezen te geven.



Bienvenido is nu nog in de groeifase. Dat geldt voor de medewerkers en de cliënten. Er zijn ook veel cliënten die liever in hun appartement blijven. Sommige mensen komen alleen om te eten en gaan weer terug naar hun appartement. Laatst was er iemand jarig die altijd in haar woning blijft. Toch hebben ze voor haar versieringen in het restaurant aangebracht. Zij vond dat toch leuk.'

'Ik ben achter de schermen veel bezig met praktische zaken. Bijvoorbeeld in gesprek met familieleden over wat er moet gebeuren bij de aanvraag van bepaalde diensten. Sommige bewoners vragen meer aandacht dan de twee uren die ik normaal gesproken aan hen besteed. Zo vindt de jongste cliënt het leuk bij Bienvenido, maar kijk ik wat zij buiten de deur aan vrijwilligerswerk kan doen.



Dat er een maatschappelijk werkster vast beschikbaar is voor een woonzorgcentrum, is een nieuwe situatie. Voor mijzelf wil ik goed zien wat mijn taken zijn. We zijn aan het groeien en wat kan ik betekenen voor Bienvenido. Ik weet nog goed dat ik met Sinita in gesprek was, toen zij vertelde dat ze op zoek was naar een maatschappelijk werker. Het leek mij heel leuk. In mijn tienerjaren liep ik stage bij ouderen. Ik vond het altijd al interessant en toen kwam dit op mijn pad. Ik dacht, ik kan echt iets betekenen in hun leven. Het is een hele diverse groep. Ik vind de levensgeschiedenis mooi. Als ze praten over vroeger, dan zie je die sprankeling in hun ogen. Toen ik ambulante werkte, was ik voornamelijk bij de cliënt thuis en had ik niet zo veel contact met anderen. De begeleiding was individueel gericht. Soms was dit kort en tijdelijk. Ik had toen veel te maken met aanvragen voor de indicatie verlenging. Dat hoeft nu niet meer. Nu begeleid ik iemand langer en ben ik betrokken voor een hele periode. Ik zie een cliënt regelmatig ook al ben ik niet bezig met de begeleiding en dat voelt bijna als familie. Dat vind ik wel iets



hebben. Aan de andere kant moet je ook professioneel blijven, zodat je er niet te veel in betrokken wordt. Ik vind het mooi om mijn werk zo uit te voeren. Ik ben nog mijn weg aan het vinden. In ieder geval hebben we een leuk team!

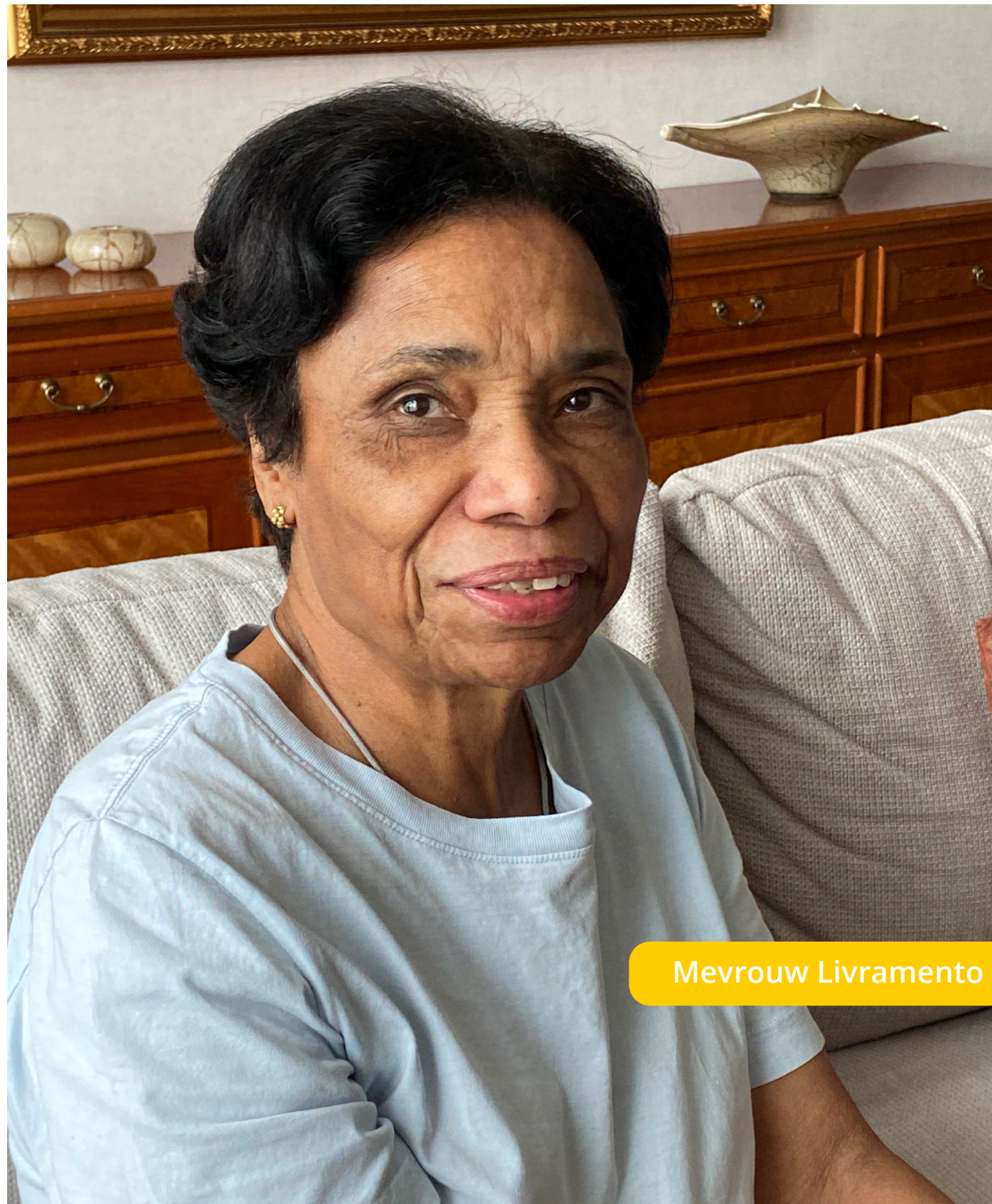
*Odete
Dias Dos Santos*



Mevrouw Ana Livramento vertelt over haar appartement.

'Mijn kinderen hebben mijn appartement ingericht. Zij hebben dat gedaan, omdat ik niet stond te popelen om te verhuizen.'

Haar dochter vertelt: 'Mijn broer, zus en ik wilden dezelfde stijl en kleuren behouden zoals haar vorige woning. Helaas konden we niet alle meubels meenemen. We hebben de inrichting afgestemd op de meubels die we konden meenemen. Haar oude woning had een klassieke stijl met goudkleurige ele-



Mevrouw Livramento

menten en de kleuren bruin en beige. Mijn moeder hechtte heel veel waarde aan de inrichting van haar vorige woning. Dat hebben wij gerespecteerd, wetende dat het haar laatste woning zal zijn. We vonden het heel erg belangrijk dat onze moeder zich thuis zou voelen.'

Mevrouw Livramento: 'Ik moet er nog aan wennen dat ik hier woon, want ik mis mijn oude huis. Maar mijn kinderen hebben het fantastisch gedaan, het is mooi ingericht.'

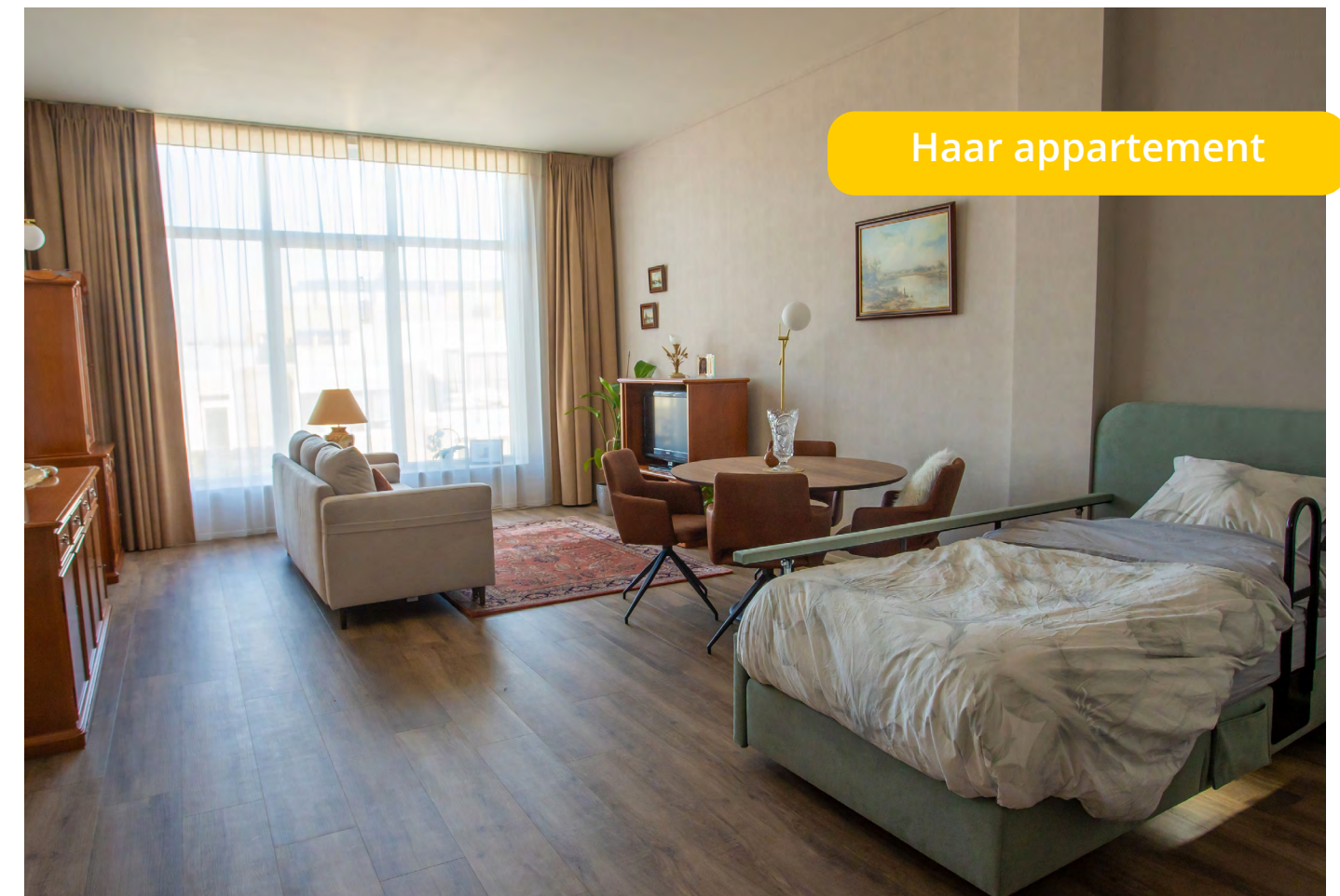
Zij doet ook mee aan de gemeenschappelijke activiteiten die in Bienvenido aanwezig zijn. 'Ik ga elke dag naar de vierde etage waar het restaurant en de dagbeleving zijn. Het is daar leuk en de mensen zijn lief. Ik vind het fijn dat er elke dag gekookt wordt voor de bewoners en dat het verschillende gerechten zijn in plaats van aardappelen, groente en vlees. Ik hecht heel veel waarde aan goed en lekker eten, want koken was mijn passie. Het eten vind ik goed. Ik ben er

blij mee, maar liever sta ik zelf in de keuken. Helaas kan ik het lichamelijk niet meer aan.' Haar dochter: 'Ik vind dat ook fijn, want er wordt eten bereid waar mijn moeder bekend mee is. Ik heb mij laten vertellen dat wanneer je kookt voor een ander, je veel van jezelf geeft. En dat heeft mijn moeder heel veel gedaan.'

We wisten dat de verhuizing niet makkelijk voor haar zou zijn, maar we waren genoodzaakt om haar te verhuizen. We hebben goed nagedacht over de inrichting. We hebben geprobeerd er een warm thuis van te maken. En ik vind dat dat wel gelukt is.'



onze nieuwe woonzorgcentra energieneutraal en duurzaam worden gebouwd.



Haar appartement



Vrijwilligster in de keuken

Maureen doet al één jaar vrijwilligerswerk in de keuken. Zij is bekend bij MOB, want op de Graaf Florisstraat, waar eerst de dagbeleving zich bevond, was zij al actief. Haar lievelingsgerecht is Javaanse bami. 'Ik ben echt gek op Javaans eten.'

Omdat de Javaanse bami een familierecept is, kan zij dat helaas niet met ons delen.

Om u toch de smaak te laten proeven van Javaanse bami, is hier het recept van chef-kok Sharon de Miranda van het programma BinnensteBuiten. Een betaalbare maaltijd voor zes personen.

Niet alleen Javaanse bami, maar ook een recept voor sambal en ijsthee met citroen.

Recept Javaanse bami

Ingrediënten *aantal personen 6*

500 gr. spaghetti
1 ui
2 teentjes knoflook
1 tl trassi
10 gr. gember
6 el zoete ketjap
1 bosje bladselderij
1 bouillonblokje
• peper
• kokosolie *

Kip
600 gr. Kippendijen*
1 sereh (citroengras)
10 gr. gember
2 salamblaadjes
1 Spaanse peper
2 teentjes knoflook

1 ui
1 tomaat
2 tl koriander poeder
2 tl komijnpoeder
2 tl 5 kruidenpoeder
2 piment korrels
1 bouillonblokje
6 el zoete ketjap
• kokosolie*

Sambal
3 uien
2 teentjes knoflook
2 madame Jeanettes
1 el suiker
2 el azijn
1 el kokosolie*
• zout

Ijsthee met citroen
10 gr zwarte thee
• honing naar smaak
5 dl gekookt water
1 citroen
• ijsblokjes

*In plaats van kokosolie kan ook zonnebloemolie.
*In plaats van kippendijen kan ook kipfilet.

Bereidingswijze Javaanse bami

1. Snij de kippendijen in stukken van ongeveer 3 cm dik. Snipper het uitje en hak de knoflook fijn. Snij de tomaat in blokjes, de Spaanse peper in plakjes en rasp het stukje gember. Verhit een beetje kokosolie in een pan en fruit hierin het gesnipperde uitje samen met de knoflook. Voeg de tomaat en gember eraan toe en roer dit even mee. Doe de kip erbij en voeg de komijnpoeder, korianderpoeder en de vijfkruidenpoeder eraan toe. Roer dit ongeveer 1 minuut goed door in de pan.

2. Voeg vervolgens de ketjap toe en net zoveel water zodat de kip net onder ligt. Doe tot slot het bouillonblokje, de kruidnagels, de salamblaadjes en de sereh erbij. Breng de kip aan de kook en laat dit 20 minuten stoven totdat het meeste vocht opgenomen is.

3. Kook ondertussen de spaghetti in een ruime pan met water beetgaar.

4. Snipper het uitje fijn en hak de knoflook. Fruit dit aan in een wok met een beetje kokosolie. Rasp de gember en verkruimel de trassi, voeg dit doe aan de ui en knoflook en bak dit ongeveer 1 minuut mee.

5. Giet de spaghetti af, spoel af met koud water en laat uitlekken in een vergiet. Voeg de spaghetti vervolgens samen met de ketjap toe aan de ui en knoflook.

6. Verkruimel het bouillonblokje erdoor en blijf het goed omscheppen. Voeg er wat peper naar smaak aan toe. Na ongeveer 7 tot 10 minuten bakken is de bami klaar. Hak het bosje bladselderij fijn en voeg dit als laatste eraan toe.

7. Maak de sambal: haal de steeltjes van de pepers. Verwijder de schil van de uien en de knoflook. Pureer de pepers, uien en de knoflook fijn in de keukenmachine samen met de suiker, een snufje zout, azijn en vloeibare kokosolie.

8. Maak het drankje: breng het water aan de kook en trek de thee hier ongeveer 10 minuten in samen met wat honing naar smaak. Knijp het sap van de citroen erin uit en giet het over in een liter kan. Voeg er ijsblokjes aan toe totdat je op een liter uitkomt.

Maak het bord op en serveer uit met de drank.
Eet smakelijk!





Kijkje in de wijk



Rigardus Rijnhout
(1922 - 1959)
"De Reus van Rotterdam"
De langste man van Nederland
237cm met schoenmaat 62.
Schaal 1:1
Kunstwerk: Herman Lamers
Uitgevoerd in 2011
met dank aan CBK Rotterdam
en Stichting De Reus van Rotterdam.

Wijkpark Oude Westen
Aan het begin van de West-Kruiskade,
ligt wijkpark Oude westen. Een groene
plek met bankjes, fontein, moestuin,
een dierenhof met onder andere geiten,
kippen en konijnen.
Ook staat er een standbeeld van 'De reus
van Rotterdam'. Zijn naam was Rigardus
Rijnhout en met een lengte van 2,37 m
waarschijnlijk de op één na langste Rot-
terdammer die ooit in Nederland heeft
gewoond.



Stukje geschiedenis
Het deel van het gebouw boven de super-
markt is uit 1919. Dat was de confectiefa-
briek. De beelden aan de gevel herinne-
ren ons aan die tijd. NV Rotterdamsche
Confectiefabriek v/h Gabriëls Van Cleeff.
Het was van een Joodse familie die daar
kleding maakte. Het witte pand ernaast
uit 1915 was een hoeden- en pettenfa-
briek van De Groen en Zonen.





Thuiskomen in de zorg

Uitgave augustus 2023. Copyright MOB/ Internos Thuiszorg

Onze organisatie heeft dit magazine met de grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld.

Onze organisatie aanvaardt geen aansprakelijkheid voor mogelijke onjuistheid en/of onvolledigheid van de in dit magazine verstrekte informatie, terwijl evenmin aan de inhoud van dit magazine rechten kunnen worden ontleend.

Niets uit dit magazine mag gebruikt worden voor duplicatie of verspreiding.

Heeft u vragen of opmerkingen over deze uitgave?

Neem dan contact op met
Ingrid Bottse via i.bottse@mob.nu

