

Cardia MAGAZINE

DEC 2025



Samenwerken in de driehoek

Muziek: meer dan een mooi geluid

Tafeltennissen dankzij het Vriendenfonds

Talenten delen

INHOUD



Stilstaan bij talent

In de ouderenzorg wonen en werken mensen met veel verschillende talenten. Soms zie je ze meteen, soms zijn ze wat verstopt. Maar ze zijn er altijd. Talent is niet alleen heel goed kunnen zingen, schilderen of sporten. Talent zit ook in kleine dingen: een warme glimlach, rustig kunnen luisteren, handig zijn met dagelijkse taken, of ervoor zorgen dat iemand zich gezien voelt.

In dit magazine zetten we talent in het zonnetje. In onze locaties komen elke dag talenten bij elkaar: bewoners, medewerkers, vrijwilligers en mantelzorgers. Iedereen brengt iets mee dat waardevol is. Iets dat onze organisatie sterker en mooier maakt.

Bij bewoners gaat het vaak om levenswijsheid, creativiteit en doorzettingsvermogen. Veel bewoners ontdekken in deze fase van het leven nieuwe kanten van zichzelf. Ze leren bijvoorbeeld omgaan met veranderingen, of vinden zingeving in activiteiten waar ze vroeger geen tijd voor hadden. Ook dat is talent: meegaan met wat het leven vraagt.

Bij medewerkers en vrijwilligers zien we talent in de manier waarop zij met mensen omgaan. In hun geduld, humor, vakkennis en betrokkenheid. Zij maken het verschil, elke dag weer. Niet door grote gebaren, maar door aandacht, begrip en zorg.

Met dit nummer willen we iedereen uitnodigen om even stil te staan bij talent. Om het te herkennen, te waarderen en te delen. Want als we elkaar zien in wat we kunnen, groeien we allemaal.

Daarnaast staan we in dit magazine stil bij een aantal ontwikkelingen; zo wordt een nieuwe locatie gebouwd in 's-Gravenzande. En willen we iets meer vertellen over de ontwikkelingen binnen de informele zorg.

Ik wens u veel leesplezier. Hopelijk herkent u in de verhalen iets van uw eigen talent. Want hoe jong of oud u ook bent: iedereen heeft iets bijzonders te bieden.

Tot slot wens ik u een fijne kerstperiode. En alle goeds voor het nieuwe jaar!

Hartelijke groeten,
Jolanda Wakkerman
Interim bestuurder



Zingen en muziek maken

06



12

Bijzondere momenten



Blijf je nog even

22



16

- 03 Van het bestuur
- 04 Bouwnieuws
Waelpolder
- 06 Zingen en muziek
maken in Floriadehof
- 08 Het Repair Café
- 09 Inspiratie door Mirjam
Röhling

- 10 Innovaties in de zorg
- 12 Stagiair Thomas
- 14 Creatief met bloemen
- 16 Armbandjes vol kleur
en verbinding
- 18 Huishoudelijke
verzorging

- 20 Vrijwilligerswerk
- 22 Blijf je nog even
- 24 Ontmoetingscentra
- 25 Thuiszorg
- 26 Contactclown
- 28 Vriendenfonds
- 30 Volledig Pakket Thuis

- 32 Huren met zorg
- 36 Puzzels
- 38 Centrale cliëntenraad
- 39 Cardia klantenbureau
- 40 Vacatures

Colofon

UITGAVE | Cardia Magazine
verschijnt 3 x per jaar en is een
uitgave van Stichting Cardia.
www.cardia.nl

REDACTIE
communicatie@cardia.nl
Diana Boerefijn
Eline Breedijk
Sandra Guit
Mirjam Röhling
Monique Scarpa
Famke Wesselman

FOTOGRAFIE
Cardia communicatie
Joeri Kemp

**ONTWERP, DRUK EN
VERSPREIDING**
Reclamebureau
christiaanhoogeveen.nl

COPYRIGHT | Cardia kan op generlei
wijze aansprakelijk worden gesteld voor
eventueel geleden schade door foutieve
vermelding in het Cardia magazine. Niets uit
deze uitgave mag worden vervoelvoudigd of
openbaar worden gemaakt door middel van
druk, fotokopie, microfilm of welke andere
wijze dan ook zonder vooraf schriftelijke
toestemming van de redactie.

Het Breeje Hof, nieuwe locatie in 's-Gravenzande

Cardia ontwikkelt een nieuwe woonzorglocatie in 's-Gravenzande: Het Breeje Hof. Deze nieuwe locatie wordt gebouwd in de nieuwbouwwijk Waelpolder. Het Breeje Hof krijgt 64 zorgappartementen voor ouderen met dementie. Op de begane grond komen zes huurwoningen waar ouderen zorg ontvangen vanuit het zorgarrangement Volledig Pakket Thuis. Twee van deze woningen zijn speciaal geschikt voor echtparen met een zorgvraag.

Het Breeje Hof: oog voor de lokale identiteit en geschiedenis

Onze nieuwe locatie wordt een plek waar de toekomstige bewoners kunnen wonen zoals zij zelf willen. In een vertrouwde en hechte omgeving waar saamhorigheid en herkenbaarheid voorop staan. Dat is ook de reden waarom de locatie de naam Het Breeje Hof heeft gekregen. In het Westlands dialect wordt 's-Gravenzande ook wel *het breeje durp* genoemd. De naam 'Het Breeje Hof' sluit mooi aan bij de lokale geschiedenis én heeft een symbolische betekenis. 'Breeje' betekent 'breed' en staat symbool voor ruimte, openheid, gastvrijheid en toegankelijkheid. Waarden die perfect passen bij wat wij willen bieden in deze nieuwe locatie.

Een locatie met een Westlandse ziel

In Het Breeje Hof zorgen we voor een gemeenschap waar traditie en identiteit een vanzelfsprekende plek hebben. Met respect voor ieders achtergrond en de christelijke tradities die voor een deel van de bewoners belangrijk zijn. We willen er een echt Westlandse cultuur creëren: hardwerkend en recht-door-zee, sociaal bevlogen en gastvrij. Het wordt een warme, behulpzame gemeenschap met het motto: "We lossen het samen op, wij Westlanders zijn er voor elkaar." Kortom: een sfeer van betrokkenheid en nuchterheid: samen dingen doen is belangrijk, maar er is ook ruimte om je eigen weg te gaan.

Werken of wonen bij Cardia in Waelpolder?

Binnenkort start Cardia met de werving van medewerkers voor deze nieuwe locatie. Ook mensen die interesse hebben in een woning kunnen zich alvast melden.

Neem contact op via werken@cardia.nl of klantenbureau@cardia.nl, of bel naar 070-8008 888.



Pannebier in januari

De bouw van Het Breeje Hof verloopt volgens plan. Dit najaar is de fundering gestort en inmiddels wordt er gewerkt aan de verdere opbouw.

We hopen dat nog voor kerst het dak dicht is. Dan kunnen we in januari vieren dat we het hoogste punt hebben bereikt. Pannebier dus! Daarna kan het metselwerk beginnen. De planning is dat we Het Breeje Hof begin 2027 in gebruik kunnen nemen.



Op de hoogte blijven?

Wilt u op de hoogte blijven van de bouw en andere ontwikkelingen rondom deze nieuwe locatie van Cardia? Dat kan! Meld u op onze website aan voor onze nieuwsbrief. Zo krijgt u steeds het laatste nieuws over Het Breeje Hof in uw mailbox.

Zingen en muziek maken in Floriadehof

“Muziek is meer dan een mooi geluid”

In Floriadehof klinkt sinds begin oktober elke woensdagmiddag vrolijk gezang. Het Gezelligheidskoor, onder leiding van welzijnscoördinator Mirjam, zorgt daar voor veel vrolijkheid. “Het gaat niet om perfect zingen,” zegt Mirjam lachend. “Het gaat om samen zijn, plezier hebben en het gevoel dat je erbij hoort.”

Samen zingen, samen verbinden

Mirjam werkt sinds vorig jaar bij Floriadehof en bruis van de ideeën. Ze startte eerder al een wandelgroep en wilde ook muziek een plek geven. Met haar ervaring in de zorg én haar passie voor zang en theater besloot ze een koor op te richten. “Ik heb altijd iets met muziek gehad,” vertelt ze. “Ik heb een eigen kinderkoor gehad, musicals geschreven en zelf zangles gehad van een dirigent van het conservatorium. Muziek brengt mensen samen, dat zie je elke keer weer.”

Het Gezelligheidskoor bestaat uit negen vrijwilligers en één mantelzorger. Ze komen elke woensdag een uurtje bij elkaar. “We werken in projecten, dat maakt het laagdrempelig,” legt Mirjam uit. “Nu repeteren we voor ons eerste project: het kerstoptreden op 10 december. Daarna starten we weer met een nieuw project en thema. Iedereen mag meedoen, ook als je denkt dat je niet kunt zingen.”

Bekende kerstklassiekers

Tijdens de repetities klinken bekende kerstliedjes zoals Jingle Bells, Frosty the Snowman en Midden in de winternacht. Maar ook klassiekers als Hoor de engelen zingen d’eer, Komt allen tezamen en De herdertjes lagen bij nachte staan op het programma. “Engels of Nederlands, iedereen kent ze wel,” zegt Mirjam. “Met de zangboekjes erbij zingt iedereen gezellig mee.”

“Er ontstaan nieuwe vriendschappen”

Meer dan alleen zingen

Het koor brengt niet alleen muziek, maar ook verbinding. Mantelzorgers, vrijwilligers en bewoners leren elkaar beter kennen. “Sommige vrijwilligers doen nu ook andere dingen voor Floriadehof. Ze inspireren elkaar,” vertelt Mirjam trots. “Ze maken muziek met gitaar of keyboard, of gaan samen wandelen. Er ontstaan echt nieuwe vriendschappen.” Voor de deelnemers betekent het koor veel. “Sommigen waren onzeker, maar gaan na het zingen vol energie naar huis. Ze lachen, drinken koffie, eten een koekje en zeggen: ‘Wat jammer dat het alweer voorbij is!’ En dat is precies waar ik het voor doe.”

Muziek als kracht in de zorg

Mirjam ziet zingen als iets wat de sfeer in huis versterkt. “Het geeft bewoners zelfvertrouwen en eigenwaarde,” zegt ze. “Zingen brengt rust én vrolijkheid. Het verbindt medewerkers, vrijwilligers en mantelzorgers met elkaar. Dat is de kracht van muziek.”



Haar droom? “Dat we over tien jaar weer samen zitten en zeggen: weet je nog, toen het allemaal begon? En dat er dan nog veel meer gezellige koren zijn binnen Cardia. Want muziek hoort bij het leven én bij ons.”

Niet alleen het Gezelligheidskoor brengt muziek in huis. Ook muziekagoog Monique Verwoerd zorgt elke week voor bijzondere momenten. Sinds 2021 werkt zij met veel plezier in Floriadehof. “Het is een voorrecht om met muziek verschil te maken,” vertelt ze.

Muziek als taal zonder woorden

Monique bezoekt alle acht woonkamers. Samen met bewoners zingt ze liedjes, luistert naar muziek en gebruikt eenvoudige instrumenten. “De keuze van de muziek komt vaak van de bewoners zelf. Soms zingen we oude klassiekers, soms Franse chansons. Het gaat om herkenning en plezier.” Liedjes kunnen een bijzondere betekenis hebben. Zo is Que Sera, Sera voor bewoonster Yvon een favoriet. “Haar moeder zong het vroeger altijd voor haar,” vertelt Monique. “Nu zingt Yvon het zelf voor haar dochter. Dat is zo’n mooi moment van verbinding tussen generaties.” Tijdens de sessies gebeurt er veel. “Ik zie emoties, ontspanning en soms pure verrassing. Mensen die weinig praten, reageren toch op muziek. Een lach,

een beweging, een herinnering die terugkomt. Dat is goud waard.”

Een herinnering op het ijs

Monique herinnert zich een bijzonder moment: “Tijdens de Schaatsrijderswals kreeg een bewoner ineens een beeld van vroeger. Ze zag zichzelf weer schaatsen met haar man. Zo’n herinnering geeft veel warmte en verbinding.”

“Muziek brengt lichtheid en kwaliteit van leven”

Waarom is muziek zo belangrijk?

“Muziek vindt altijd een weg in het brein,” legt Monique uit. “Het kan stemming verbeteren, eenzaamheid doorbreken en zelfs in het laatste stadium van dementie nog iets betekenen. Het geeft bewoners het gevoel dat ze gezien en gehoord worden.”

Samen muziek beleven

Net als bij het koor draait het om samen zijn. “Of het nu zingen is in een groep of een individueel moment met een bewoner: muziek brengt lichtheid en kwaliteit van leven. Dat is waar we het voor doen.”

Wilt u ook iets betekenen voor Floriadehof?

Bent u of kent u iemand die ook iets wil betekenen voor Floriadehof? Meld u dan aan als vrijwilliger en ontdek welk talent u kunt inzetten voor onze bewoners. Neem contact op met Emmy Boet - Hermans via eboet-hermans@cardia.nl of 06 2480 5742.



De makers van het Repair Café

Twee keer per jaar wordt er een Repair Café gehouden in Onderwatershof. En elke keer weer betekent dat een gezellige drukte in het Grand Café. Mensen komen met van alles wat kapot is: armbandjes, horloges, cd-spelers, stofzuigers, kleding of zelfs een oude grammofoon. In het Repair Café krijgt alles een tweede leven.

“Het zijn niet alleen elektrische apparaten,” vertelt Josje, coördinator van het Repair Café. “We hebben ook een naaimachinehoek voor kleding. Er wordt echt van alles gerepareerd.”

Handige vrijwilligers met gouden handen

Het Repair Café bestaat helemaal uit vrijwilligers. Dertien in totaal. Iedereen heeft zijn of haar eigen talent. De één weet alles van techniek, de ander is goed met de naaimachine. “Iedereen doet wat hij of zij leuk vindt,” zegt Josje. “De een repareert cd-spelers, de ander plakt of lijmt weer iets.”

Vrijwilliger Thea is vaak te vinden achter de naaimachine. “Ik kom uit een groot gezin, en was vroeger altijd al bezig met naald en draad om kleding voor mezelf te maken,” vertelt ze met een glimlach. “Nu help ik anderen met hun kleding en kleine reparaties. Ik vind het heerlijk om te doen.”

Wil, ook vrijwilliger, legt bijzondere momenten vast met zijn camera. “Ik maakte vroeger al foto’s van mijn kinderen,” vertelt hij. “Nu ik met pensioen ben, doe ik dat hier weer. Ik vind het gewoon fijn om iets voor mensen te kunnen betekenen.”

Meer dan repareren

Soms komen bezoekers met spullen die veel emotionele waarde hebben. Een theekopje van oma, of een oude platenspeler die al jaren niet meer werkt. “Als dat dan weer gemaakt wordt, zie je hoe blij mensen zijn,” vertelt Josje. “Dat maakt dit werk zo mooi.”

Elke maand op een andere locatie

Het Repair Café bestaat al sinds 2013 en reist iedere maand langs verschillende locaties in Rijswijk. Twee keer per jaar zijn ze te gast in Onderwatershof. “Soms is het zó druk dat we handen tekortkomen,” zegt Josje. “Daarom kunnen we altijd nieuwe vrijwilligers gebruiken!”

Kom langs op 13 april

“Het is zo mooi om te zien hoe blij mensen worden als iets weer werkt,” zegt Josje.

Lijkt het je ook leuk om te helpen of heb je iets wat gemaakt moet worden? Je bent van harte welkom! Op maandag 13 april 2026 komt het Repair Café opnieuw naar Cardia Onderwatershof. Neem contact op met Welzijn Rijswijk of kijk op RijswijkDoet.nl voor meer informatie.



Samen goed voor elkaar

Het is altijd weer even een puzzel.... Wie kan waar zitten, waar passen de rolstoelen, staan de rollators goed? Één mevrouw wil graag dicht bij de deur zitten voor het geval ze naar het toilet moet. Een andere dame zit graag dicht bij mij omdat ze anders niet goed hoort. Meneer De Jong wil graag naast mevrouw Den Ouden zitten, dan voelt hij zich meer op zijn gemak. En mevrouw De Vries moet ik even geruststellen: haar dochter weet haar hier heus te vinden, als ze onverwachts op bezoek komt.

Als deze puzzel is gelegd en iedereen een goede plek heeft gevonden, met koffie en een koekje voor zich, beginnen we met de gespreksgroep. Elke twee weken bespreken we een onderwerp. Deze week hebben we het over één van de zeven deugden: naastenliefde. Meneer Groen begint met een vraag: “Wie is mijn naaste?” Mevrouw De Bruin zegt: “Mijn naaste, dat is mijn man”. Of haar man nog leeft, dat weet ze eigenlijk niet meer, zegt ze erbij. “Mijn naasten, dat zijn de mensen die op mijn pad komen”, vindt meneer De Wit. “Ook hier in huis. De mensen waar ik ’s avonds mee eet. Ik heb die mensen niet uitgekozen, en het is ook geen familie. Maar omdat we hier allemaal wonen zijn we nu naasten”. Mevrouw Zwart krijgt het woord. Ze zegt: “Je naasten, dat zijn ook de mensen van wie het helemaal niet zo makkelijk is om die lief te hebben. Mensen waar we misschien helemaal niet op zitten te wachten. Asielzoekers bijvoorbeeld. Of gevangenen. Ook dat zijn onze naasten.” Ik vind het een mooie kerstgedachte....

We bespreken met elkaar hoe eenvoudig het is, naastenliefde. En tegelijkertijd ook hoe ingewikkeld, als je ziet hoe vaak we als mensen tekortschieten in naastenliefde. Samen goed voor elkaar zijn blijkt zowel eenvoudig als ingewikkeld.

Ik kijk naar deze groep mensen en luister naar wat zij vertellen, zie hoe zij aandacht hebben voor elkaar, elkaar ondersteunen, en elkaar accepteren. Het is een bonte groep mensen, allemaal met een bepaalde kwetsbaarheid, allemaal anders. Hoe verschillend ze ook zijn en wat deze mensen allemaal nog wel of niet meer zelfstandig kunnen, één ding kunnen ze allemaal heel goed: elkaar ondersteunen. Elkaar het gevoel geven dat iedereen er mag zijn. Dat het oké is, als het even niet lukt. En dat het ertoe doet wat je zegt, wat je voelt, wie je bent.

Een glimlach, een hand op de schouder, geduld als je het niet meer weet, elkaar in de ogen kijken, aandacht voor de ander. Op deze manier lukt het nog prima om samen goed voor elkaar te zijn. Naastenliefde – ik zie het gebeuren, daar tussen die kwetsbare mensen. En niet alleen in deze kerstperiode.

Ik wens u een gezegende kersttijd toe en voor het nieuwe jaar: veel lieve naasten die op uw pad komen.

Mirjam Röhling,
geestelijk verzorger Onderwatershof



Samenwerken in de driehoek: vertrouwen en verbinding

Binnen Cardia geloven we dat goede zorg verder gaat dan alleen de relatie tussen bewoner en zorgmedewerker. Juist in deze tijd van schaars zorgpersoneel is samenwerken met familie en naasten van cliënten steeds belangrijker. Maar hoe doe je dat op een goede manier? Hoe zorg je dat je met elkaar in contact blijft en werkt vanuit onderling vertrouwen?



Rieke (links) met de andere coördinatoren informele zorg: Lidewij (Onderwatershof), Beate (Landscheiding) en Emmy (Floriadehof).



Rieke van der Weg, coördinator informele zorg in Tabitha, vertelt dat de systematiek van de Driehoekskunde hierbij kan helpen. Een manier van samenwerken waarin drie partijen elkaar ontmoeten en versterken – de bewoner, de naasten en de zorgmedewerkers.

Wat is driehoekskunde?

Rieke: "Driehoekskunde, dat klinkt wel een beetje ingewikkeld en schools. Ik noem het liever 'werken in de driehoek'. De gedachte achter de driehoek is eigenlijk heel eenvoudig en tegelijkertijd krachtig. Stel je een driehoek voor:

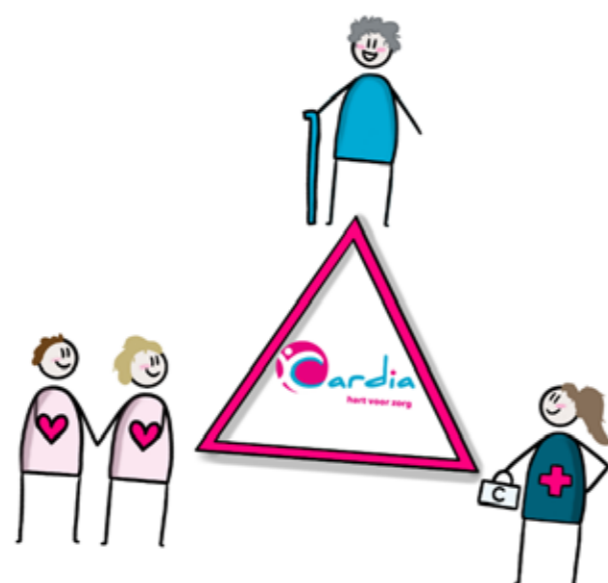
- **Bovenaan** staat de bewoner, die altijd het middelpunt vormt.
- **Linksonder** staan de naasten: familie, vrienden of andere betrokkenen.
- **Rechtsonder** staan de zorgmedewerkers.

Samen vormen zij een driehoek waarin vertrouwen en verbinding de basis zijn. Het idee is dat alle partijen

hun kennis en ervaring inbrengen, zodat de bewoner de best mogelijke zorg en ondersteuning krijgt."

Erkennen van deskundigheid

Dat klinkt inderdaad eenvoudig, maar in de praktijk blijkt dit nogal eens een uitdaging te zijn, merkt Rieke. "De grootste uitdaging ligt in het opbouwen van vertrouwen en het erkennen van ieders deskundigheid. Familieleden kennen de bewoner vaak het beste. Zij zijn de deskundigen. Veel familie of andere naasten kennen de bewoner soms al hun hele leven. Je hebt jarenlang lief en leed gedeeld. Hoe fijn is het dan dat zorgmedewerkers jou als familielid of naaste ook daadwerkelijk als die deskundige zien. De kennis van familie over de bewoner is van grote waarde in het zorgplan."



Tegelijkertijd brengen de zorgmedewerkers hun kennis en expertise in. "Die is net zo waardevol en soms ook onmisbaar", vertelt Rieke. "Maar er zijn zorghandelingen die een familielid best kan blijven doen als iemand in een verpleeghuis is komen wonen. Als een mevrouw al jarenlang insuline spuit bij haar echtgenoot, dan kan dat in het verpleeghuis gewoon doorgaan. Je merkt dat zorgmedewerkers daar soms wat huiverig voor zijn. 'Wat als mevrouw te veel insuline spuit, of als er iets anders misgaat?' is een opmerking die je best vaak hoort. Hier komt dan vertrouwen om de hoek kijken. Zorgmedewerkers mogen erop vertrouwen dat zo'n mevrouw weet wat ze doet. En het mag ook gewoon, ook van de wet. Naasten mogen handelingen blijven doen waarvoor ze bekwaam zijn, bijvoorbeeld doordat ze dat al jaren doen. Medewerkers kunnen hun hulp of advies aanbieden als het nodig is. Zo versterk je elkaar en blijf je in verbinding. Daar word je allemaal blij van en de bewoner heeft er baat bij."

Omdenken

"Het is eigenlijk een kwestie van omdenken", vindt Rieke. "De betrokkenheid van familieleden is meestal gebaseerd op oprechte liefde en zorg. Het is goed

om als zorgmedewerker zo nu en dan eens stil te staan bij de vraag hoe je zelf zou willen dat er met jouw moeder of vader wordt omgegaan."

Werken in de driehoek gaat lang niet altijd over grote thema's, maar juist ook over kleine, dagelijkse dingen, vertelt Rieke. "Een telefoontje om misverstanden uit de weg te ruimen, samen een tafel dekken of afspraken maken over wie welke zorgtaak op zich neemt – het zijn allemaal momenten waarop vertrouwen en verbinding groeien."

Samen naar de toekomst

De coördinatoren informele zorg – actief binnen elke locatie van Cardia – spelen een belangrijke rol bij het samenwerken in de driehoek. Zij helpen teams en familieleden om elkaar te vinden en ondersteunen bij het maken van afspraken.

Driehoekskunde vraagt om een nieuwe manier van denken: niet alleen zorgen vóór iemand, maar vooral zorgen mét iemand en zijn of haar netwerk. Rieke: "Familie en naasten zijn heel belangrijk voor het welzijn van de bewoner. Door samen te werken, bouwen we aan onderling vertrouwen en verbinding. Zo ontstaat er zorg die écht past bij de bewoner."

Meer weten?

Wilt u meer weten over driehoekskunde? Of hierover doorpraten met de coördinator informele zorg van de locatie waarbij u betrokken bent? Stuur dan gerust een mail naar communicatie@cardia.nl. Wij brengen u dan graag in contact met de juiste persoon.

Stagiair Thomas zorgt voor bijzondere momenten in De Thuishaven

In De Thuishaven kennen veel bewoners hem inmiddels: Thomas, de vrolijke stagiair die met zijn piano of gitaar de huiskamer vult met muziek. Sinds september loopt hij twee dagen per week stage in Scheveningen, waar hij het welzijnsteam ondersteunt. En vooral: waar hij bewoners raakt met zijn behulpzaamheid en muzikale talent!

Een stagiair met een passie voor muziek

Thomas studeert Social Work aan MBO Rijnland in Leiden. Tijdens zijn stage ondersteunt hij in de huiskamers, maakt hij een praatje, helpt hij bewoners en probeert hij vooral mooie momenten te creëren. En daar hoort muziek maken bij. Al vanaf zijn achtste speelt hij piano. Later kwamen daar gitaar en zang bij. "Het zit een beetje in de familie," vertelt hij. "Mijn vader, broer en zus zijn allemaal muzikaal. Ik leerde veel gewoon zelf, thuis."

Zijn favoriete nummers? "Het kleine café aan de haven vond ik altijd mooi. Maar die heb ik al wel heel vaak gespeeld. Nu is mijn favoriet: 'Ik geef je een roosje, mijn roosje'. De bewoners vinden dat ook prachtig."

Muziek als verbinding

Op zijn eerste stagedag speelde hij meteen piano op de afdeling. Hij zag direct wat muziek kan doen. "Een bewoner was heel onrustig. Na een paar liedjes werd ze helemaal rustig en bleef dat de rest van de dag. Dat vond ik zó indrukwekkend. Muziek raakt iets dat woorden soms niet kunnen."

Thomas merkt dat bewoners door muziek opleven. "Ze worden vrolijk, gaan meezingen of klappen. Soms weten ze niet meer wat er die ochtend is gebeurd, maar een liedje van vroeger herkennen ze direct. Dat vind ik echt krachtig."

Onvergetelijke momenten in het Schelpengat

Het mooiste moment? Thomas hoeft niet lang na te denken. "Als we hier in het Schelpengat spelen en alle bewoners beneden komen... en iedereen doet mee... dan maakt mijn hart wel een sprongetje. Dat is echt mooi om te zien." Ook de waardering raakt hem. "Bewoners spreken hun dankbaarheid niet altijd uit. Soms kunnen ze dat ook niet meer. Maar als ik muziek maak, krijg ik applaus en een glimlach. En collega's zijn ook heel dankbaar. Dan maakt mijn hart wel twee sprongetjes!"

Een toekomst vol muziek

Thomas zou het liefst nog een jaar stage lopen in De Thuishaven, maar zijn stage eindigt binnenkort. Hij blijft wel werken in de huiskamers, en muziek blijft hij zeker maken. "Na mijn dienst nog even een halfuurtje spelen? Geen probleem. Muziek is mijn passie en dat doe ik graag."

Als hij één liedje moet kiezen dat het gevoel van De Thuishaven omschrijft, hoeft hij niet lang te twijfelen: "Het kleine café aan de haven. De bewoners worden daar altijd blij en rustig van. Het liedje past gewoon bij de sfeer hier: gezellig, warm en tevreden. En 'De klok van Arnemuiden' is hier ook een grote favoriet. Veel bewoners herkennen dat door hun eigen geschiedenis met het vissersleven."



Creatief met bloemen

Ellen zet het vrijwilligerswerk van Corrie voort

Ellen van Duyn woont in een mooi nieuw appartement in RijswijkBuiten. Om wat contacten in de wijk op te bouwen komt ze weleens in de Buitenkamer, de ontmoetingsruimte van welzijnsorganisatie RijswijkBuitengewoon. "Ik dacht, ik ga eens een keer meedoen met het bloemschikken", vertelt Ellen. "Dat werd georganiseerd door Corrie Kok." Corrie woonde in De Entree, boven het gezondheidscentrum.

Corrie was altijd bloemiste geweest en verzorgde de workshops bloemschikken in de Buitenkamer. Ellen: "Corrie en ik hadden gelijk een klik. En we bleken ook nog eens pal tegenover elkaar te wonen. Al snel kwam ik ook thuis bij Corrie over de vloer, dan hielp ik haar bijvoorbeeld met haar medicijnen. Corrie vond blijkbaar dat ik wel handig was met bloemschikken. Want ze vroeg me al snel om de workshop een keer van haar over te nemen toen zij niet kon."

Vooruitziende blik

Ook de bewoners van Hof van Kerstanje deden mee aan het bloemschikken in de Buitenkamer. Maar de afstand naar de Buitenkamer is wat te ver lopen voor de bewoners van Hof van Kerstanje. Daarom vroeg het team van Hof van Kerstanje of Corrie ook in die locatie het bloemschikken kon organiseren. Dat wilde ze wel, één keer in de maand. Ellen hielp Corrie daarbij.



Afgelopen zomer ging het ineens slechter met Corrie. "Toen vroeg ze me of ik het bloemschikken in Hof van Kerstanje helemaal van haar kon overnemen", vertelt Ellen. "En voor het bloemschikken in de Buitenkamer vroeg ze één van de vrijwilligers daar. Zo heeft ze, met een vooruitziende blik, haar vrijwilligerswerk op tijd overgedragen aan anderen. Want ze overleed korte tijd later. Ik heb Corrie nog kunnen bezoeken in het ziekenhuis vlak voordat ze overleed. Jammer genoeg heb ik haar maar kort gekend. Ik mis haar enorm."

Bloemschikken in Hof van Kerstanje

Dankzij haar vrijwilligerswerk in Hof van Kerstanje houdt Ellen de herinnering aan Corrie Kok in ere. "Ik werk als administratief medewerkster en op mijn vrije woensdag ben ik altijd in Hof van Kerstanje te vinden voor de creamiddag. Eén keer in de maand gaan we bloemschikken. Een bloemist uit Den Haag komt op woensdagmorgen de bloemen en andere materialen brengen. Daar maken we samen met de

bewoners van Hof van Kerstanje de mooiste creaties mee. Vandaag zijn dat bloemstukjes in een bakje van pompoen. Helemaal passend bij de tijd van het jaar."



Joke uit Tabitha deelt haar talent Armbandjes vol kleur en verbinding

Sinds 7 november 2024 woont Joke Simonis (83) op de somatische afdeling van Tabitha. Al snel heeft ze daar haar eigen plek gevonden: een gezellig hoekje in het Grand Café op de begane grond. Daar zit ze met haar kralen, elastische koord en een rolmaat voor zich, bezig met haar bijzondere hobby: het maken van armbandjes.

“Iedereen kent mij!” zegt Joke met een glimlach. En dat klopt: bewoners, medewerkers én familieleden weten haar te vinden. Voor ieder van hen maakt ze een uniek armbandje, zorgvuldig afgestemd op de persoon. “Ik maak er nooit twee hetzelfde. Als ik een armbandje voor iemand maak, kijk ik naar wie diegene is, welke kleren diegene draagt. Soms voeg ik er ook een speciaal steentje aan toe.”

Creativiteit als rode draad

Creativiteit loopt als een rode draad door Joke's leven. Thuis schilderde ze graag, en ook diamond painting en mozaïek behoren tot haar favoriete bezigheden. “Ik houd van kleuren.” Haar liefde voor het creatieve vak begon al vroeg: Joke werkte in de kraamzorg, maar schilderen en knutselen waren altijd haar uitlaatklep. Bij Tabitha heeft ze haar passie verder ontwikkeld. Ze meet polsen zorgvuldig op, legt kralen eerst uit in een deksel om het patroon te zien, en rijgt ze daarna op het koord. Elk armbandje wordt verpakt in een kleurrijk organza zakje, mét een persoonlijk briefje. “Ik schrijf er altijd lieve woorden bij. Het is echt een cadeautje.”



Een klein gebaar, een grote impact

De armbandjes zijn meer dan sieraden: ze brengen troost en verbinding. Toen een bewoner onlangs overleed, maakte Joke armbandjes voor diens familie. “Zo voelen mensen zich gezien.” Ook voor geestelijk verzorger Janneke Bregman maakte ze een speciaal armbandje, als dank voor de warme ontvangst bij Tabitha. De reacties zijn vaak ontroerend. “Mensen zeggen: wat mooi! Ze zijn blij. Het is echt persoonlijk.”

“Als ik iemand in de ogen kijk, weet ik of ik een armbandje voor diegene wil maken.”

Kralen en stenen met betekenis

Joke werkt met allerlei kralen en edelstenen. Haar favoriet is de carneool, een steen die varieert van oranje tot bruinrood. “Ik heb ze in alle soorten en maten.” Vaak krijgt ze kralen van de familie van bewoners. “Ik hoef zelf niets te kopen, ik krijg alles,” zegt ze enthousiast.

Naast armbandjes maakt ze ook diamond paintings. Voor een bewoonster die 100 jaar is, maakte ze een groot schilderij van een Japanse Geisha. En voor een medewerker van Tabitha, die een baby verwacht, werkt ze nu aan een kleurrijk kunstwerk.



Verbinding en kracht

Het maken van armbandjes geeft Joke niet alleen plezier, maar ook kracht. Ze leeft met COPD en ervaart soms angst door de hyperventilatie. “Door het maken van armbandjes vergeet ik de onbelangrijke dingen. De angst wordt minder.”

Ze noemt zichzelf een mensenmens: “Ik ben niet graag alleen. Ik heb een hekel aan moeten, ik zeg altijd: ik mag, ik moet niks.”

Joke voelt zich qua denken en doen nog jong. Ze droomt ervan om nog eens glas-in-lood te leren

solderen. Tot die tijd blijft ze mensen verbinden met haar armbandjes. “Als ik iemand in de ogen kijk, weet ik of ik een armbandje voor diegene wil maken.”

Een hobby die verbindt

Wat begon als een creatieve bezigheid, is uitgegroeid tot een prachtig initiatief dat bewoners, medewerkers en familieleden dichterbij elkaar brengt. Joke's armbandjes zijn kleine gebaren met een grote impact. Ze laten zien dat creativiteit niet alleen kleur geeft aan het leven, maar ook mensen verbindt.

Wilt u Tabitha of een van onze andere locaties komen bekijken?

Vraag dan een rondleiding aan bij het Klantenbureau via klantenbureau@cardia.nl of 070 8008 888. Of ga naar www.cardia.nl voor meer informatie.

25 jaar liefde voor het vak Hanna geniet van haar werk als huishoudelijke hulp

Op een grijze en natte woensdagochtend in november bellen we aan bij mevrouw Ineke Minnaard. In haar mooie appartement in Loosduinen ontmoeten we ook haar hulp Hanna Knoester. Hanna komt elke week bij Ineke voor de gebruikelijke klussen: stof afnemen, stofzuigen, de wc en badkamer schoonmaken. Ze doet dit werk al 25 jaar. "Het leukste aan dit werk? Dat is het contact met de cliënten. Daar doe ik het voor."

Terwijl we samen een kopje koffie drinken, valt het meteen op: Hanna heeft echt een band met haar cliënt Ineke. Allebei zijn het geboren en getogen Hagenezen. "Nou ja, ik kom eigenlijk van Scheveningen", vertelt Ineke. "En ik kom uit de Schilderswijk", zegt Hanna. "Nu woon ik in Leyenburg. Maar mijn klanten heb ik hier in Loosduinen. Bij sommige kom ik al zo lang, die wil ik niet kwijt. Dan maar iets langer onderweg. Dat vind ik helemaal niet erg."

"We hebben echt een klik"

Hanna werkt normaal gesproken 20 uur in de week als hulp in de huishouding. "Maar nu even niet. Ik heb een ongeluk gehad en ik heb dus een poosje niet kunnen werken. Nu ben ik voldoende hersteld om weer bij een paar mensen aan de slag te gaan. Gelukkig want ik vond het thuiszitten helemaal niks. Stapje voor stapje breid ik mijn aantal uren weer uit. Het is heel fijn om weer bij mijn vaste klanten over de vloer te komen."

Ook Ineke is blij dat Hanna er weer is. "Natuurlijk was er een vervanger voor Hanna toen zij niet kon komen. Dat ging ook prima hoor. Maar met Hanna heb ik echt een klik. We lachen heel wat af samen." Ineke vertelt dat ze hulp in de huishouding kreeg toen zij haar heup had gebroken en daarna ook haar schouder brak. "Toen kon ik niet zoveel meer. Eerst kwam mijn zus me helpen, maar die was toen al 83. Fijn dat ze kwam natuurlijk, maar dat gaat niet voor langere tijd. Mijn zoon heeft toen de hulp in de huishouding van Cardia aangevraagd. Ik ben heel blij met Hanna."

"Ik ga hier mee door tot aan mijn pensioen"

Hanna doet dit werk al ruim 25 jaar met veel plezier. "Eigenlijk doe ik dit al 28 jaar. Want ik heb eerst drie jaar als uitzendkracht voor Cardia gewerkt", legt Hanna uit. "Daarna kwam ik in vaste dienst. Voordat ik dit werk deed, werkte ik in winkels. Maar toen ik een kind kreeg, waren die werktijden niet zo handig meer. Als huishoudelijke hulp kun je werken op tijden die bij jou passen. Dat was 25 jaar geleden al zo, en nu nog steeds. En als je meer of minder wilt werken, is dat allemaal goed bespreekbaar."

Ook werken als huishoudelijke hulp bij Cardia?

Kijk op onze website www.werkenbijcardia.nl voor de actuele vacatures. Of neem contact met ons op via werken@cardia.nl.



Een wereldfeest in Landscheiding Wereldmarkt voor vrijwilligers en bewoners

Een feest van culturen, geuren en ontmoetingen, dat was eind oktober de Wereldmarkt in Landscheiding. Het Grand Café veranderde voor één dag in een bruisende wereldmarkt. In verschillende kraampjes deelden vrijwilligers gerechten, decoratie en cultuur uit landen als Portugal, Spanje, Marokko, Italië en België.



Wat deze dag extra bijzonder maakte was dat vijftien vrijwilligers van het Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport (VWS) meehielpen. Een groep die normaal zorgbeleid maakt, stond nu tussen onze bewoners. Met hun hulp én een financiële bijdrage konden we deze Wereldmarkt mogelijk maken.

Vrijwilligers aan het woord

“Het is mooi om even achter je bureau vandaan te komen en het veld in te gaan,” zegt Pascal, beleidsmedewerker bij VWS. “Wij maken beleid voor de zorg, maar vandaag zie je pas echt wat het betekent. Je praat met bewoners, hoort hun verhalen. Dat maakt het werk zó veel waardevoller.” Zijn collega voegde toe: “Ik wist van tevoren echt niet wat ik kon verwachten, maar ik heb ontzettend veel gezellige gesprekken met de bewoners!”

Ook Eli stond met plezier achter de Portugese kraam: “Mijn opa had beginnende dementie. Ik weet hoe waardevol het is als iemand gewoon even langskomt voor een praatje. Je bent maar één vraag verwijderd van een goed gesprek.”

“Je bent maar één vraag verwijderd van een goed gesprek.”

Amber, bij de Marokkaanse tafel, vult aan: “Het is belangrijk om uit die ‘ivoren toren’ te stappen. Te zien voor wie we het doen. Je merkt hier hoeveel verbinding en plezier dit brengt: onder bewoners, maar ook tussen ons als collega’s.”

Voor Jana was de ervaring net zo waardevol: “Ik werk veel met mantelzorgers, maar om de bewoners zelf te ontmoeten, dat is echt anders. Je ziet wie ze zijn, in hun eigen omgeving. Dat is bijzonder om mee te maken.” Aan de crea-tafel zat Marit, hoofd arbeidsmarkt bij VWS: “Ik doe vaker vrijwilligerswerk, maar dit is toch anders. Iedereen heeft zijn eigen verhaal, dat maakt indruk. En het is gewoon leuk om samen iets goeds te doen.”

Bewoners genoten volop

De bewoners genoten zichtbaar van deze middag. Nikkie, een van de bewoners, straalde: “Ontzettend leuk georganiseerd, en wat een heerlijke smaken! Iedereen is vrolijk, het is zo mooi om te zien.” Wil, die vooral genoot van de Belgische wafel, zei lachend: “Heel gezellig en lekker! Het is weer eens wat anders, en iedereen lacht. Zonder vrijwilligers zou dit niet kunnen.”

Ook mevrouw Van Beek had het enorm naar haar zin: “Het is allemaal zo verzorgd en netjes. Zoveel leven in huis, dat is echt goud.”

Samen maken we het mooier

De Wereldmarkt liet zien wat er kan ontstaan als mensen van verschillende plekken en achtergronden elkaar ontmoeten. Bewoners, vrijwilligers en medewerkers genoten samen van elkaars verhalen, culturen en lekkernijen.

“Zonder vrijwilligers gaat het niet,” zei een bewoner dankbaar. En dat gold die dag voor iedereen. Dankzij de bewoners, de medewerkers van Landscheiding én de vijftien betrokken collega’s van het ministerie, werd het een ontzettend geslaagde dag vol cultuur en lekkernijen. Zo’n dag willen we zeker vaker organiseren!

Blijf je nog even Een klein gebaar met grote betekenis

“Blijf je nog even?” Het is een eenvoudige vraag, vaak uitgesproken door ouderen wanneer de huishoudelijke hulp klaar is met schoonmaken. Een vraag die niet zozeer om praktische hulp gaat, maar om aandacht, om gezien worden. Uit die vraag is een bijzonder initiatief ontstaan: Blijf je nog even, een project dat thuiswonende ouderen in Den Haag koppelt aan vrijwillige gespreksmaatjes voor een waardevol gesprek en menselijk contact.

Ontstaan uit een behoefte

Het idee wortelt al in 2008, toen geestelijk verzorger Hanny van der Stelt onderzoek deed naar geestelijke verzorging in de thuiszorg. “Eenzaamheid kunnen we niet oplossen,” zegt Hanny, “maar we kunnen het wel verzachten.” Na een 10-jarige samenwerking met Stek (Stichting voor stad en kerk) is het initiatief sinds begin 2024 geheel van Cardia, gesteund door Haagse fondsen. Sindsdien wordt het initiatief gedragen door Hanny en haar collega Stacey van Spronsen, samen met ruim 25 enthousiaste vrijwilligers.



“De maatschappij is vaak gericht op jongeren, maar er zijn zoveel ouderen die er óók bij horen.”

Hanny (60) werkt bijna 18 jaar bij Cardia als geestelijk verzorger en ziet het als haar missie om levensverhalen en levensvragen een plek te geven. “Het mooie van deze gesprekken is dat je echt bij iemand binnenkomt – niet alleen in hun huis, maar ook in hun leven.”

Kleine ontmoetingen, grote waarde

Het proces is zorgvuldig: Stacey voert kennismakings-gesprekken met ouderen om hun interesses te leren kennen en matcht hen met vrijwilligers. Het doel is simpel maar krachtig: een goed gesprek, een warme connectie. Vaak groeit dat uit tot vriendschap.

Eenzaamheid kunnen we niet oplossen, maar wel verzachten.

Twee drijvende krachten

Stacey (32) begon als huishoudelijk medewerker bij Cardia, en ontdekte al snel dat haar hart bij het welzijn van mensen ligt. Inmiddels werkt ze ook als medewerker Welzijn in De Thuishaven in Scheveningen en studeert ze HBO Social Work. “Ik wil mijn carrière wijden aan het zorgen dat ieder mens gehoord en gezien wordt,” vertelt ze.



Hanny van der Stelt (rechts) en haar collega Stacey van Spronsen.

Een voorbeeld? Een oudere heer die vroeger trambestuurder was, werd door zijn maatje meegenomen op een tramrit, een klein gebaar dat een wereld van herinneringen opende. Of de mevrouw die inmiddels in verpleeghuis Tabitha woont, maar nog steeds bezocht wordt door haar maatje die voorheen bij haar thuis kwam.

“Het zijn vaak de kleine dingen,” zegt Stacey. “Samen een saucijzenbroodje eten in het winkelcentrum. Dat lijkt simpel, maar voor ouderen betekent het zoveel.”

Vrijwilligers krijgen een training van Hanny over communicatie en levensvragen. Na drie maanden volgt een evaluatie met zowel de oudere als de vrijwilliger. Inmiddels zijn er zo’n 25 tot 30 koppels actief.

Dromen voor de toekomst

De toekomst van het initiatief is spannend, want de financiering ervan is onzeker. Toch hopen Stacey en Hanny dat Blijf je nog even verder kan professionaliseren en uitbreiden. “Het zou prachtig zijn als dit een integraal onderdeel van de thuiszorg van Cardia wordt,” zegt Hanny. “En dat we wijkgericht kunnen werken, zodat ouderen en vrijwilligers dicht bij elkaar wonen.”

Hun gezamenlijke droom? Dat Blijf je nog even niet alleen een project blijft, maar een vanzelfsprekend onderdeel van de zorg en samenleving. Want zoals Stacey het verwoordt: “Iedereen verdient het om gezien te worden. Soms is een gesprek al genoeg om iemand weer te laten voelen dat hij of zij ertoe doet.”



Wilt u meer weten over Blijf je nog even?

Blijf je nog even heeft ruimte voor nieuwe aanmeldingen, van zowel vrijwilligers als thuiswonende ouderen die behoefte hebben aan contact. Kijk op onze website voor meer informatie (zie QR-code) of mail naar: blijfenogeven@cardia.nl.

Ontmoetingscentra van Cardia: Samen actief, samen verbonden

Bij Cardia draait het om meer dan zorg alleen: het gaat om ontmoeten, samen beleven en het versterken van welzijn. In onze ontmoetingscentra in Mariahoeve, Loosduinen, Scheveningen en Rijswijk bieden wij ouderen een plek waar dagbesteding centraal staat. Een plek waar u welkom bent voor een kop koffie, een gezellig praatje en activiteiten die energie en plezier geven.

Een ontmoetingscentrum is een warme, laagdrempelige plek waar senioren uit de buurt elkaar kunnen ontmoeten. Hier kunt u samen koffiedrinken, een wandeling maken, dansen met een docent, een museum bezoeken of zelfs fietsen op een duofiets. Ook creatieve activiteiten zoals improvisatietheater of beautyworkshops staan regelmatig op het programma. Het doel? Samen genieten van het leven, actief blijven en nieuwe contacten leggen.

Dagrecreatie en activiteiten

Iedere week organiseren wij een gevarieerd dagprogramma. Denk aan:

- **Gezamenlijke activiteiten** zoals het bespreken van het nieuws of geheugentraining in spelvorm.

- **Samen lunchen:** we dekken de tafel, eten gezellig met elkaar en ruimen samen af.
- **Bewegen:** sport en spel maken deel uit van elke dag. Zo blijft u niet alleen lichamelijk, maar ook geestelijk actief.

Zoals een van onze bezoekers zegt: "Ik heb altijd van sporten gehouden. Hier kan ik op een gezellige manier in beweging blijven."

Voor wie?

Iedereen vanaf 65 jaar uit Den Haag of Rijswijk is welkom. Onze deskundige medewerkers hebben ervaring met activiteiten voor mensen met geheugenproblemen en dementie. Ook mantelzorgers vinden bij ons steun en betrokkenheid.

- **Met indicatie (Wmo of Wlz):** de kosten worden vergoed door de gemeente of het CIZ.
- **Zonder indicatie:** u bent welkom bij Haags Ontmoeten in Mariahoeve en Scheveningen.

In oktober werd in het Ontmoetingscentrum Mariahoeve een kaarsenworkshop gehouden. Deelnemers konden zelf kaarsen versieren. Zo zorgen zij niet alleen voor een feestelijke kerstversiering, maar ook voor een beetje licht in de donkere dagen!

Wilt u meer weten of zich aanmelden?

Neem contact op met ons klantenbureau via 070 – 8008 888 of klantenbureau@cardia.nl.



Samen praten over thuiszorg Bijeenkomst levert waardevolle ervaringen en aanbevelingen op

In september 2025 hield Cardia een bijeenkomst voor mensen die thuiszorg krijgen en hun mantelzorgers. In een kleine groep spraken we met elkaar over hoe de zorg wordt ervaren. Er kwamen veel positieve reacties, maar ook ideeën om de zorg beter te maken. Het was fijn om te horen dat de deelnemers positieve ervaringen hebben met onze zorg, en tevreden zijn met de medewerkers die de zorg verlenen.

Tijdens het gesprek werd duidelijk dat open communicatie en persoonlijk contact van groot belang zijn voor cliënten en hun naasten. Persoonlijk contact met zorgmedewerkers wordt erg gewaardeerd. Ook blijkt dat het soms lastig is om via het digitale systeem een reactie te krijgen. Bellen werkt vaak sneller. Een vast aanspreekpunt zou helpen bij vragen of afspraken.

We spraken ook over de ingewikkelde manier waarop de financiering van zorg is georganiseerd. En over

de verschillende soorten zorg die Cardia biedt. Ook hebben we het gehad over de toekomst van de zorg. Verder kwamen de familieavonden, de mantelzorgbijeenkomsten en het Alzheimer Café aan bod. Deze initiatieven bieden ruimte voor ontmoeting, informatie en onderlinge steun.

Volgend jaar zullen we opnieuw een panelbijeenkomst voor thuiszorgcliënten organiseren. Bent u er dan ook bij? Uw betrokkenheid en ervaringen zijn onmisbaar voor ons streven naar betere zorg.

Bewonerscommissie De Thuishaven

Voor de bewoners van de huurwoningen bij onze locatie De Thuishaven is de medezeggenschap geregeld in de Bewonerscommissie. Onlangs zijn de werkzaamheden van deze Bewonerscommissie en de samenwerking met Cardia geprofessionaliseerd. Zo hebben we een samenwerkingsovereenkomst tussen Cardia en de Bewonerscommissie gemaakt en een reglement voor de Bewonerscommissie. Op 6 november konden beide documenten officieel vastgesteld worden. Annie de Niet (voorzitter Bewonerscommissie) en Annelies



Kloppenborg (manager extramuraal zorg en verhuur) ondertekenden de samenwerkingsovereenkomst en het reglement. Hiermee zijn de werkafspraken goed en duidelijk vastgelegd. Een mooie stap in de samenwerking tussen Cardia en de Bewonerscommissie van De Thuishaven!

De Bewonerscommissie is bereikbaar via e-mail: bewonerscommissieTH@cardia.nl.

Emmanuelle is contactclown voor bewoners

“Als clown Paf breng ik verwondering en contact”

Wie Emmanuelle ontmoet, ziet een warme en betrokken collega met een bijzonder talent: als contactclown Paf weet zij bewoners te raken met kleine gebaren, humor en oprechte aandacht. Wat begon als een persoonlijke zoektocht, groeide uit tot waardevol werk waarin contact en verwondering centraal staan.

Van thuiszorg naar welzijn

Emmanuelle werkt sinds 2018 bij Cardia. Ze begon als thuiszorgmedewerker en combineerde dit met werk op de huiskamer. “Na mijn route ging ik naar Landscheiding, daar werkte ik twee uurtjes op de huiskamer,” vertelt ze. “Ik keek hoe ik spelenderwijs contact kon maken. Ik heb een zoon met autisme en een verstandelijke beperking. Hij kan zich moeilijk verbaal uiten. Dat herken ik soms in bewoners met de-

mentie. Daarom nam ik zijn speelgoed mee naar het werk om te zien wat dat bij bewoners opriep. Dat leverde vaak mooie momenten op.”

Toen duidelijk werd dat haar zoon naar een woonzorggroep zou gaan verhuizen, kwam er voor haar een nieuwe fase. “Er viel een groot stuk zorg weg. Dat zette me aan het denken: wat wil ik zelf nog doen?” Ze dacht terug aan een cursus contactgericht spelen en leren (CSL) die ze een tijdje terug had gevolgd.

De cursusleidster zei dat de oefeningen wel wat weghadden van clownswerk. “Die opmerking wekte mijn nieuwsgierigheid, en ik zocht op Google naar ‘retraite clown’. Tot mijn verbazing bestond dat echt!”

Een tweede geboorte

In een Dominicaans klooster in Huissen volgde Emmanuelle een clownretraite van vier dagen. “We kregen oefeningen om meer ‘uit ons hoofd’ en meer in ons lijf en gevoel te komen. Alle elementen van de clown kwamen voorbij: de rode neus, het kostuum, het podium en het publiek. Aan het einde stond ik als clown op het podium en er ontstond contact met het publiek. Dat voelde als een tweede geboorte. Ik dacht: ik wil clown worden!”



Na de retraite besloot ze de clownsopleiding te doen. “Dat vond ik spannend, want clown zijn betekent dat je jezelf laat zien. Maar ik deed het toch.” In dezelfde periode merkte ze dat haar werk in de thuiszorg niet meer bij haar paste. “Ik had achttien jaar gezorgd voor mijn zoon en voor anderen. Nu was het tijd om voor mezelf te zorgen. Ik ben gestopt met de thuiszorg en verder gegaan in het welzijnswerk. Daar zag ik mogelijkheden om mij verder te ontwikkelen als contactclown. Ik werd aangemoedigd door mijn teamleider en collega’s. Dat voelde extra goed.”

“Het leven zit vol verrassingen en ik mag daar elke dag een beetje verwondering aan toevoegen.”

De geboorte van clown Paf

Haar eerste optreden bij Cardia was met kerst in 2022. “Ik deed een kleine act in de huiskamers met kerstattributen. Toen dacht ik: er zijn ook bewoners op hun kamer, laat ik daar ook heen gaan. Eén-op-één. Dat bleek heel bijzonder. Een bewoner kreeg tranen in zijn ogen toen ik een kerstbal uit de doos haalde. Hij begon spontaan te vertellen. Dat raakte me diep. Toen wist ik: dit wil ik vaker doen.”

Sindsdien komt clown Paf regelmatig op de afdelingen van Landscheiding en eens per maand in Tabitha. Ze werkt vanuit haar zintuigen: luisteren, voelen, kijken. “Ik praat alleen als dat iets toevoegt. Het gaat om verwondering, om samen even stil te staan bij wat er is. En altijd in afstemming. Als iemand niet wil, dan is dat helemaal oké.”

Verbinding zonder oordeel

Is het niet lastig om het zorgen los te laten? Emmanuelle knikt. “Ja, dat klopt, het is soms lastig, maar clown zijn helpt mij daarbij. Als clown Paf ben ik niet Emmanuelle, ik zit in een andere rol. Een clown probeert niet te troosten of iets beter te maken. Als clown neem ik waar en deel ik wat dat met mij doet. Zo ontstaat verbinding. Een clown heeft geen oordeel. Waar wij als mens denken ‘die persoon is verdrietig’, ziet een clown gewoon: water op een wang. Alles is interessant, alsof je het voor de eerste keer ziet.” Dat open kijken naar de wereld leerde ze via haar zoon. “Tijdens de cursus leerde ik: vanuit oordeel kan geen contact ontstaan. Dat is precies wat een clown doet, contact maken zonder oordeel, met nieuwsgierigheid en een open hart.” Ze glimlacht. “In mijn jeugd vond ik clowns eigenlijk helemaal niet leuk. En nu ben ik er één. Het leven zit vol verrassingen en ik mag daar elke dag een beetje verwondering aan toevoegen.”



Tafeltennissen in Onderwatershof dankzij het Vriendenfonds

Diny en haar talent aan de tafeltennistafel

Op de 2e etage van Onderwatershof woont Diny Haije-van Soest (81), een vrouw met een groot hart voor tafeltennis. Elke week kijkt ze uit naar het tafeltennisuurtje met bewegagoog Willem (23). En dat is niet zomaar een activiteit: het is een moment waarop haar talent weer helemaal tot leven komt.

Diny groeide op in een gezin met tien broers. Rond de eettafel werd fanatiek gestreden om het beste potje tafeltennis. Die liefde voor het spel bleek blijvend. Omdat ze door een beperking haar talent niet bij een reguliere vereniging kon uitoefenen, richtte ze in 1980 zelf een club op: tafeltennisvereniging Doing in Zoetermeer. De doelstelling was bijzonder en vooruitstrevend: spelers met en zonder beperking samen laten sporten. Anno 2025 telt de vereniging

16 tafels en is er volop ruimte voor plezier, ontmoeting en sportiviteit. Diny stond aan de basis.

Donderdag 15.00 uur

Deze week gaat Diny de strijd aan met Stef, voorzitter van het Vriendenfonds Cardia. Gewapend met haar batje en zittend op een bureaustoel met wieltjes, laat ze nog altijd zien wat ze kan. Met een krachtige backhand zoekt ze moeiteloos alle hoeken van de



tafel op. "Het is dat ze zo'n warm vest aan had, anders had ik dik verloren," grapt Stef. Zelf is Diny kritisch: "Ik train te weinig," zegt ze verontschuldigend, terwijl ze zelfs tegen Willem, die bijna zestig jaar jonger is, uitstekend partij geeft.

Toeschouwers Frieda, Jan, Joop, Klaas en Ted kijken vol bewondering toe. Het plezier spat ervan af. Voor Diny mag het elke dag donderdag zijn. Ze vraagt Willem wanneer ze weer mag spelen. Hij schrijft het netjes op een briefje: Donderdag 15.00 uur. Dat legt ze onder haar kussen, omdat ze soms wat vergeetachtig is. "Wanneer is het weer?" vraagt ze even later. "Donderdag drie uur," zegt Stef geruststellend.

Talent zichtbaar maken

Voor Willem draait het om veel meer dan alleen beweging. "Iedereen heeft talent, ook als iemand ouder wordt of dementie heeft. Het gaat erom dat mensen ervaren wat ze nog wél kunnen," vertelt hij. Dat ziet hij terug in de concentratie, de glimlach en de trots wanneer iets lukt. Toen hij hoorde dat Diny vroeger fanatiek tafeltenniste en een eigen vereniging

oprichtte, wist hij meteen: "Dit talent verdient hier een plek."

Talent dat gezien wordt, blijft groeien.

Dankzij de tafeltennistafel, gesponsord door het Cardia Vriendenfonds, werd dat mogelijk. Tijdens de activiteit ziet Willem bewoners opleven. Ze zijn even weg van de afdeling, voelen zich vrijer en genieten zichtbaar. Er komen herinneringen boven, er ontstaat contact en samen plezier maken staat centraal. Ook bewoners in een rolstoel doen mee en ervaren hoe waardevol dat moment is.

Beweging stimuleert niet alleen de bloedsomloop en de hersenen, maar geeft bovenal een gevoel van trots en betekenis. Talent dat gezien wordt, blijft groeien. En zolang Diny haar batje vasthoudt en Willem de bal opslaat, blijft één ding zeker: haar talent mag er zijn. Elke donderdag. Om drie uur. Maar het liefst elke dag.



Diny in 1983 tijdens een competitiedag van Doing.



Voor welk talent komt u in actie?

Met uw donatie maakt u direct iets moois mogelijk voor onze bewoners. Bekijk onze website voor specifieke projecten om te steunen. Liever een algemene gift doen aan het Vriendenfonds? Ook dat kan! Wij zorgen er dan voor dat uw bijdrage goed terecht komt en eerlijk verdeeld wordt over de projecten die nog financiering nodig hebben. Scan de QR code en doneer.

Nieuwe werkwijze Volledig Pakket Thuis

Eén vast team voor al uw verpleegzorg aan huis

Naast verpleeghuiszorg in één van onze woonzorglocaties, biedt Cardia ook verpleegzorg aan mensen die zelfstandig wonen in een huurwoning van Cardia. Dit doen we met het Volledig Pakket Thuis (VPT). Daarmee krijgen mensen met een Wlz-indicatie zorg in hun eigen huurwoning. Zo hoeven zij niet naar een verpleeghuis te verhuizen. Ideaal voor ouderen die graag zo lang mogelijk zelfstandig willen blijven, en ook voor echtparen waarvan één partner Wlz-zorg nodig heeft. Wij bieden VPT-zorg in Hof van Kerstanje (RijswijkBuiten), Onderwatershof en Beukenheim (Oud-Rijswijk), De Thuishaven (Scheveningen) en Landzicht (Mariahoeve).

De invulling van de VPT-zorg gebeurt in elke locatie net iets anders. Dit gaan we veranderen. We hebben goede ervaringen met de VPT-zorg in Hof van Kerstanje. Daarom gaan we deze manier van werken ook introduceren bij de andere VPT-locaties. Dit najaar zijn we daarmee begonnen in de woningen bij De Thuishaven. Later gaan we bekijken of en hoe we ook de VPT bij Onderwatershof, Beukenheim en Landzicht op een vergelijkbare manier kunnen organiseren.

Zelfstandig blijven

In het huurgedeelte van De Thuishaven is de VPT-werkwijze inmiddels vernieuwd. Met een nieuw, vast team van VPT-medewerkers. Samen zijn zij verantwoordelijk voor alle begeleiding en ondersteuning, zorg, huishoudelijke verzorging en het welzijn van de VPT-cliënten in de huurwoningen. Daarbij ligt de nadruk meer op het welbevinden van de cliënt. Zo lang mogelijk prettig zelfstandig blijven in je eigen woning, daar draait het om.

De nieuwe VPT-werkwijze

Voorheen werd de VPT-zorg in De Thuishaven geleverd door thuiszorgmedewerkers. Die hadden ook cliënten die niet in De Thuishaven wonen. De wijkteams werken met routes in de hele wijk en komen alleen langs voor specifieke taken die bij hun functie horen. Voor de VPT-cliënten is dat nu veranderd.

De VPT-zorg in De Thuishaven wordt nu niet meer door de thuiszorgteams geleverd, maar door het nieuwe integrale VPT-team. Dit team werkt alleen bij de VPT-cliënten in De Thuishaven. Daardoor leren zij de cliënten beter kennen, en kunnen zij ook aandacht besteden aan het welbevinden van de cliënten. Voor de cliënt betekent dit: vaste mensen die over de vloer komen. Die meer tijd hebben voor een praatje, een wandeling of samen boodschappen doen. De cliënt heeft een vast aanspreekpunt en meer duidelijkheid en rust. En de VPT-medewerkers hebben onderling meer contact om de cliënt nog beter te kunnen begeleiden en ondersteunen. Daarnaast krijgen de



VPT-cliënten ook allerlei activiteiten aangeboden om aan mee te doen.

Technologische oplossingen

Een volgende stap in deze nieuwe werkwijze is de inzet van meer technologie. Zoals persoonsalarmering, medicijndispensers, slimme sensoren die bijvoorbeeld een melding geven als iemand gevallen is en, als het nodig is, GPS-trackers voor mensen die wel eens de weg kwijt raken. Stuk voor stuk technologische oplossingen waarmee de cliënt langer zelfstandig kan blijven.

Samen eten verbindt

Begin 2026 gaan we in De Thuishaven ook het samen eten aanbieden aan de VPT-cliënten. Hiervoor zijn nog wat aanpassingen nodig in 't Schelpengat, de ontmoetingsruimte van De Thuishaven. Als dat klaar is,

nodigen we de VPT-cliënten uit om voortaan gebruik te maken van een lunch- en dinerbuffet. Andere mensen ontmoeten tijdens de maaltijd, een praatje maken en gezellig samen eten: een fijn moment van verbinding tussen de bewoners.

VPT bij Onderwatershof, Beukenheim en Landzicht

Ook in de woningen bij Onderwatershof en Beukenheim hebben we VPT-cliënten. We gaan bekijken wat er daar nodig is om de nieuwe VPT-opzet te organiseren. Sommige onderdelen, zoals het samen eten, vinden al plaats in Onderwatershof en Beukenheim. De cliënten worden op tijd geïnformeerd als we daar met het VPT-project beginnen. En zodra we in Landzicht voldoende VPT-cliënten hebben, gaan we daar ook werken volgens deze nieuwe opzet.

Meer weten?

Wilt u meer weten over de mogelijkheden van het zelfstandig blijven wonen met het Volledig Pakket Thuis? Bel dan gerust met ons Klantenbureau 070-8008 888, of stuur een mail naar klantenbureau@cardia.nl. Onze medewerkers informeren u graag!

Wonen in Landzicht met het Volledig Pakket Thuis

“Dit is het laatste hoofdstuk van ons leven en dat voelt hier heel mooi”

Begin dit jaar tekende woningcorporatie Staedion een samenwerkingsovereenkomst met Cardia voor een nieuwe woonzorgvorm in gebouw Landzicht. Staedion zorgt voor een geschikte huurwoning, terwijl Cardia de zorg levert vanuit het zorgproduct Volledig Pakket Thuis (VPT). De heer en mevrouw Namink zijn de eerste bewoners van Landzicht die VPT-zorg ontvangen. Verhuurconsulent Karin ging bij hen op bezoek.



Een warm welkom

Mevrouw Namink laat enthousiast en met een glimlach het nieuwe appartement zien. “We zijn heel blij dat we hier mogen wonen,” vertelt ze. Ook meneer Namink is tevreden: “Het is prettig, er zijn brede deuren en alles is rolstoeltoegankelijk. We voelen ons hier echt thuis.”

Een leven vol reizen en avontuur

Meneer Namink is 92 en heeft samen met zijn vrouw (79) een interessant leven achter de rug. Ze vertellen er enthousiast over. Meneer Namink: “Na de oorlog werkte ik in de bontmode. Ik werkte mee aan collecties die zelfs op de Parijse modeweek te zien waren.” Daarna reisde hij samen met zijn familie naar Thailand waar hij een nieuwe baan kreeg. Daarna ging hij naar Brazilië, waar hij lange tijd woonde en werkte. In Rio de Janeiro ontmoette hij zijn vrouw.

Mevrouw Namink: “Ik ben geboren in São Paulo en woonde en werkte ook in meerdere landen, zoals Engeland, Duitsland en Spanje.” Het stel ontmoette elkaar en werd verliefd in Rio de Janeiro, waar ze toen samen werkten. Inmiddels zijn ze 44 jaar samen. Eerst woonden ze in Brazilië, later in verschillende steden in Nederland. Voor werk reisden ze veel op en neer naar Portugal. “We hebben veel van de wereld gezien, maar dit voelt nu als een heel fijne plek voor ons laatste hoofdstuk,” zegt mevrouw Namink met een glimlach.

Rust, zorg en zekerheid

Meneer Namink heeft Parkinson; zijn vrouw is al 8 jaar zijn mantelzorgster. “Nu we hier wonen geeft het me zoveel rust dat de zorg hier dichtbij is,” vertelt ze. “Hij heeft een alarm, en mocht ik even weg zijn, dan weet

ik dat er altijd iemand in de buurt is als het nodig is.” Vanuit het Volledig Pakket Thuis komen medewerkers van Cardia langs om te helpen met douchen. Zo is het Volledig Pakket Thuis ook ontworpen: voor zorg op maat. Zo behoudt het echtpaar hun zelfstandigheid: ze bakken en koken bijvoorbeeld nog steeds graag dingen voor zichzelf en eten altijd samen.

Wat Landzicht zo bijzonder maakt

Naast de zorg waarderen ze ook de verbinding met de omgeving. Via de corridor (een verbinding tussen het

gebouw Landzicht en het verpleeghuis Landscheiding) kan meneer zelf met zijn rollator naar de fysiotherapie. En het contact met de burens is heel fijn. “Iedereen is ontzettend vriendelijk” zegt mevrouw Namink lachend.

“Het is hier licht, groen en rustig,” zegt meneer Namink. “We hebben zoveel plekken gezien, maar dit voelt echt passend bij deze fase van ons leven,” vult mevrouw Namink aan. “Dit is een plek waar je rustig en veilig kunt wonen. Dat geeft een heel prettig gevoel.”

Meer weten over wonen in Landzicht?

Wilt u meer weten over het wonen in Landzicht met VPT zorg van Cardia? Neem dan contact op met onze verhuurconsulent Karin Peters. U kunt haar bereiken via 070-8008 640 of verhuur@cardia.nl.

Kerstmacht

Geschreven door Ina van der Beek

Johanne aarzelt nog even, dan pakt ze toch de telefoon. Eerst Ruud maar bellen, daarna Rick. Haar vingers trillen een beetje als ze het nummer intoetst.

'Ruud de Jong,'

'Ja, Ruud, met ma. Alles goed bij jullie?'

'Ja zeker, bij u ook?'

'Ja, goed hoor.' Dat is de eerste leugen... Even valt ze stil, dan gaat ze verder: 'Waar ik eigenlijk voor bel... het gaat over Kerst...,' weer aarzelt ze. 'Over Kerst?' herhaalt hij. 'Ja, ik ben niet thuis met de Kerstdagen. Ik heb besloten een paar dagen weg te gaan.' Nu is het zijn beurt om stil te worden. 'Weg met de Kerst, u?' vraagt hij dan verwonderd. 'Waar gaat u naar toe?' 'Rietje, een oude schoolvriendin, heeft gevraagd of ik de Kerstdagen bij haar kom. Ze is ook pas weduwe geworden en ze voelt zich erg eenzaam. Dus ik wilde geen nee zeggen, vandaar. 24 december vertrek ik en de 27e kom ik weer naar huis. Dus jullie hoeven verder geen rekening met me te houden.' Heer, vergeef me mijn leugens... 'Maar de eerste Kerst zonder pa... U was van harte welkom bij ons geweest, dat weet u toch?' 'Ja, daarom juist.' Ze laat in het midden of dat op zijn eerste opmerking slaat of op zijn vraag. 'En Kerstavond dan?' 'Ja, dan ben ik al weg. Hadden jullie willen komen dan?' Even trilt er hoop in haar. 'Nou ja, nee, dat ligt natuurlijk moeilijk. Misschien...' 'Nou, daar hoeft u dus niet meer over wakker te liggen.' 'Nou... 'Ik ga neerleggen,' onderbreekt ze hem. 'Ik wil je broer nog even bellen. De groeten aan Nanda en de kinderen, hoor.' Ze luistert naar zijn groet en verbreekt de verbinding. Bij Rick en Letty krijgt ze geen gehoor. Dan morgen maar, ze gaat nu naar bed, ze is doodmoe.

Maar in bed ligt ze nog lang wakker. Hoe heeft het toch zo ver kunnen komen, dat haar twee jongens elkaar niet meer willen zien? Als iemand dat een jaar geleden voorspeld zou hebben, zou ze het hebben weggelachen. Haar twee jongens ruzie? Onmogelijk! En toch is het gebeurd. Afgelopen voorjaar, net voor Pasen, is Henk, haar man, plotseling overleden. De jongens en hun vrouwen stonden, ondanks hun eigen verdriet, als een veilige muur om haar heen. Ze hielpen haar te regelen wat geregeld

moest worden, er kwam opeens zo veel op haar af!

Een paar maanden daarna, toen ze weer een keer bij elkaar waren, had Johanne gezegd: 'Jongens, het lijkt me goed dat jullie alvast wat van pa krijgen. Waarom zouden we daarmee wachten tot ook ik er niet meer ben? Het is denk ik fijn voor jullie al een mooie herinnering aan hem en jullie ouderlijk huis te hebben.'

Ze had gewezen op de antieke statenbijbel, die al generaties lang in de familie is. Daarnaast lag een andere, ook oude Bijbel, een paar maatjes kleiner maar ook met koperen beslagen. 'Twee familiestukken, jullie moeten onderling maar uitmaken wie welke bijbel meeneemt.' Dat had ze nooit moeten zeggen... Ruud, als oudste, vond dat hij recht had op de Statenbijbel. Maar Rick, die Hendrik heet zoals zijn vader en zijn opa, dacht daar anders over. En wat eerst een kleine onenigheid leek te zijn, groeide binnen de kortste keren uit tot een verwijdering tussen de broers. Nu willen ze elkaar zelfs niet meer zien en spreken. De twee oude bijbels liggen nog op hun plek in de voorkamer. Een paar maanden geleden heeft ze tegen allebei gezegd: 'De Bijbels blijven daar liggen tot het weer Pasen is. Als jullie het eens worden, mag je ze samen komen halen. Als het Pasen geweest is en ze liggen er nog, dan geef ik ze aan de dominee. In de hal van de kerk is die mooie vitrine, daar zullen ze best passen.' En ze meent het, ze wil niet dat na haar dood die twee elkaar opnieuw en heftiger in de haren zullen vliegen. Het is zo al erg genoeg: ruzie om een bijbel! Ze had gehoopt dat het dreigement zou werken, maar ze hebben nauwelijks gereageerd, stijfkoppen! Johanne draait op haar andere zij, ze moet zien dat ze in slaap valt, al dat tobben heeft geen zin. Maar ze voelt zich vanavond dubbel bezwaard, nu vooral over de leugens die ze haar zoon heeft verteld.

Nu is het 24 december. De jongens weten niet beter of hun moeder is vertrokken naar het oosten van het land, waar vriendin Rietje woont. Rietje... ze heeft in geen twintig jaar contact met het goede mens gehad. Haar

schoondochters hadden beiden gevraagd om het adres van de vriendin, 'voor als er iets was'. 'Het is in Dieren, wat heb je aan een adres? Jullie hebben mijn telefoonnummer toch?' had ze geantwoord. 'Ik zal mijn mobiele telefoon deze keer echt aanzetten.'

Johanne beseft dat haar leugen verstrekkende gevolgen heeft. Ruud woont tien kilometer verderop, maar Rick woont in hetzelfde dorp als zijn moeder. Ze kan dus deze dagen nauwelijks naar buiten. En wat het ergste is, ze kan met Kerst niet naar de kerk. Dat heeft ze zich van tevoren niet gerealiseerd. Maar ze was het gezeur zo zat wie welke Kerstdag bij haar zou komen. En vooral: wat ze zouden doen met Kerstavond.

Kerstavond... een traditie van vele jaren. Ieder jaar gingen ze allemaal hier in het dorp naar de kerk en na afloop van de dienst kwamen ze hier in huis samen. Zeker toen de kleinkinderen ouder werden en hun eigen plan trokken voor de twee kerstdagen, werd het puzzelen tussen allerlei schoonfamilies.

Maar Kerstavond waren ze altijd hier. Henk of een van de jongens speelde Stille Nacht op de piano, terwijl zij warme chocolademelk klaarmaakte en de zelfgebakken tulband in plakjes sneed. De stem van Henk, die de woorden van het lied meezong. Een krachtige bas had Henk, zelfs toen hij al ouder was. Nu had eerst Ruud en later Rick bij haar terloops geïnformeerd of ze 'nog meer bezoek' zou krijgen die avond, want in dat geval... Dit leugentje had haar de enige uitweg geleken. Ze wilde niet kiezen tussen haar jongens. Niet op deze Kerstavond, die zoveel zoete herinneringen meebracht aan eerdere jaren, samen met haar geliefde man. Nee, daarbij was geen ruimte voor ruzie. Dan maar liever alleen. Ze gaat vroeg naar bed, ze ligt al lang in het donker als ze de kerkklokken hoort luiden. Verdriet houdt haar uit de slaap. Gemis, pijn, herinneringen... Vorig jaar was alles nog goed. Henk was er nog, de kinderen en kleinkinderen. Vrede in huis en vrede in haar hart. Dankbaarheid voor het Kind dat gekomen was. De Redder der wereld. Het wonder van de Kerstmacht. Nu is dat wonder, die vrede, ver te zoeken. Johanne is in een onrustige slaap gevallen. Als ze wakker wordt, kijkt ze op de wekker naast het bed. Tien

minuten voor middernacht. Stil blijft ze op haar rug liggen, onmiddellijk komen de verdrietige gedachten weer terug. Hoe kan het toch, die twee jongens, vroeger altijd de beste maatjes. En nu? Stil... wat hoort ze?

Buiten is het hard gaan waaien, de wind laat het dakraam op zolder klapperen. Laat maar, ze mist de moed om op te staan. De nacht heeft altijd andere geluiden dan de dag. Nu lijkt het of ze een deur hoort. Vijf voor twaalf... De kerk is allang uit. Anders zouden ze nu beneden zijn met elkaar. Vroeger dacht ze dat in de Kerstmacht de dieren konden praten. Het wonder van de Kerstmacht. Dat had haar oudere zus haar verteld. Groot was haar teleurstelling toen de hoorde dat het een fabeltje was. Vroeger... ach...

Ze hoort weer een geluid, stemmen... Dan de klank van een piano... Stille nacht, Heilige nacht... Het lijkt op de stem van Henk, maar dat kan niet. Een sterke mannenstem, bijgevallen door een tweede: 'Davids Zoon, lang verwacht'.

Henks lieve gezicht komt haar voor ogen... Er druppen tranen op het kussen. Henk is in de hemel, dat mag ze vast geloven. Is zij nu ook al in de hemel? 'Hij, der schepselen Heer...' Nu wordt het weer stil. Dan valt er een deur dicht. De voordeur, ze weet het zeker. Inbrekers? Inbrekers die piano spelen en zingen? Zo snel ze kan stapt ze uit bed en loopt naar het raam. Ze schuift het gordijn wat opzij en kijkt de donkere straat in.

In het licht van de lantaarnpaal staan twee mannen, de ene draagt met twee handen een groot, vierkant ding. De ander heeft ook iets in zijn hand, het is kleiner. Zijn andere, vrije hand legt hij op de schouder van de eerste man. Johanne kan niet verstaan wat er gezegd wordt, maar het warme gebaar zegt genoeg. Dan lopen de twee samen weg, schouder aan schouder. Johanne loopt terug naar haar bed, ze knielt neer. Ook deze Kerstmacht heeft vrede gebracht.

Woordzoeker

Zoek de onderstaande woorden in de woordzoeker.

T	E	N	G	E	L	E	N	S	T	E	R
D	I	N	E	R	K	A	A	R	S	W	E
G	R	O	Z	L	E	T	N	A	M	E	G
A	L	E	E	A	R	L	K	K	D	R	I
K	N	T	L	N	S	I	E	O	E	E	L
E	E	S	L	D	T	C	R	N	C	L	L
R	K	N	I	Z	S	H	S	I	E	D	I
S	R	E	G	I	T	T	T	N	M	M	W
T	I	E	H	C	O	J	B	G	B	A	J
M	B	U	E	H	L	E	O	E	E	R	I
I	B	W	I	T	N	S	O	N	R	K	R
S	E	J	D	N	A	B	M	R	A	T	V

- ARMBANDJES
- DECEMBER
- DINER
- ENGELEN
- GEZELLIGHEID
- KAARS

- KERSTBOOM
- KERSTMIS
- KERSTSTOL
- KONINGEN
- KRIBBE
- LANDZICHT

- LICHTJES
- MANTELZORG
- SNEEUW
- STER
- VRIJWILLIGER
- WERELDMARKT

Oplossing

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Zweedse puzzel

INTERNET-PAGINA	GUITIG	PLAATS IN DRENTHE	MILJOENVOUD	NIET TEGEN	BLEEK	SCANDI-NAVIER
SPORTINFRA-STRUCTUUR	GEVANGENIS				VITRINE	
					1	
SLANG		COMPUTER-SCHIJF	AARDAPPEL-GERECHT	DUITSE KEIZER		
WIJZE VAN MARCHEREN				STRAAT		
5					VROUWELIJK DIER	ONBEPAALD VOORNAAM-WOORD
VELDRIT	KOORTSWE-REND MIDDEL			BEROEP		
	ONTHEFFING			BEWIJS V. AFWEZIGHEID		
			GESPIERDE MAN			IN BED ZIJN
			DIEREN-OPVANG	4		
PLUS		ONBEDEKT			ZOOGDIER	
EUROPESE TAAL		SLOWAKIJE (OP AUTO'S)				
			ZWIJGER			BEKENDE NEDER-LANDER
			NIET CONCREET			
HOGESNEL-HEIDSLIJN	KUNSTLEER			SPEL-ATTRIBUUT	ENZOVOORT	BOVEN-GENOEMDE
	WINTER-SPORT-ARTIKEL	3				TOELATINGS-PROCEDURE
		SERVICE				
		TABAK				
BLAD-GROENTE				KENTEKEN VAN HET KO-NINKLIJK HUIS	TIJDVAK	MUZIKAAL OEFENSTUK
CALORIEARM					7	
			KINDERZIEKTE			
			EFFEN			
ITALIAANS KEUKENKRUID	CARIBISCH EILAND				BEDERF	IN IEMANDS VOORDEEL
	MILIEU-VRIENDELIJK				WAL	
				TIJDSTIP		
				KOOLMO-NOXIDE		6
INTENSIVE CARE		ONGEVEER			PLAATS IN GELDERLAND	
ZEEMACHT						
				8		

1	2	3	4	5	6	7	8

Talenten delen

December is de maand van gezelligheid en familiesamenkomsten. Het is al vroeg donker en vaak is het weer niet echt goed. Regen, wind en sneeuw kunnen allemaal voorkomen en dat ook nog bij lage temperaturen.

Als u uw eerste kerstperiode bij Cardia doorbrengt is dat zeker wennen. Het is anders dan vroeger bij u thuis. Gelukkig wordt er veel georganiseerd om het voor u zo leuk en aangenaam mogelijk te maken. Daar komt veel bij kijken. Veel vrijwilligers zijn in de weer om u een gezellige, aangename decembermaand te bieden.

December is de ideale tijd om onze talenten te gebruiken en te delen met elkaar. En wat is het mooi om elkaar te helpen en een fijne kersttijd te bezorgen. Cardia medewerkers, vrijwilligers en ook familieleden gebruiken daarvoor de kwaliteiten die ze in huis hebben. Sommigen zijn goed in het huis versieren voor de kerst en de kerstboom optuigen. Anderen hebben talent voor het bedienen bij de kerstdiners. En dan zijn er ook mensen die mooi kunnen zingen of een instrument bespelen. Van onschatbare waarde bij de kerstdiensten! Soms zijn het de kleinere talenten waarmee we het verschil maken: een keer een bezoekje afleggen bij een bewoner, een praatje maken, helpen bij de bingo of een dansmiddag. Zo helpen we ook de mensen die nog niet zo lang in het verpleeghuis wonen om hen een beetje wegwijs te maken in het reilen en zeilen in uw "nieuwe huis".

Veel leden van de lokale cliëntenraden helpen bij de diverse activiteiten in december. Voor ons zijn dat mooie mogelijkheden om contact met u te hebben. Zo horen we wat er leeft en speelt. Als er zaken zijn die we moeten aanpakken of met Cardia zouden moeten bespreken, dan horen we dat ook graag. Zo kunnen ook de leden van de cliëntenraden hun talenten inzetten voor u.

Namens alle lokale cliëntenraden en de centrale cliëntenraad wens ik u een mooie kersttijd en een goed en gezond 2026.

Peter Olierook
Voorzitter Centrale Cliëntenraad Cardia



Cardia Klantenbureau

Bij het Klantenbureau kunt u terecht voor al uw vragen over:

- ✓ Wonen in één van de locaties van Cardia
- ✓ Huren van een woning met zorg uit het VPT zorgpakket
- ✓ Thuiszorg van Cardia (verpleging, zorg en ondersteuning)
- ✓ Dagbesteding in onze ontmoetingscentra
- ✓ Overige diensten en producten van Cardia
- ✓ Advies en wachtlijstbemiddeling
- ✓ Rondleidingen in onze locaties



☎ 070 - 8008 888

Nieuwe tarieven per 1 januari 2026

Per 1 januari 2026 gaan wij nieuwe tarieven berekenen voor onze dienstverlening buiten de gesubsidieerde activiteiten. Wij volgen hiervoor de landelijke consumentenindexatie. Die is dit jaar door het CBS vastgesteld op 2,94%.

Heeft u vragen over de actuele tarieven? Dan kunt u contact opnemen met het Klantenbureau van Cardia via telefoonnummer 070-8008 888.

Onze medewerkers staan u graag te woord!

Het Klantenbureau is telefonisch bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8:30 tot 17:00 uur. Bel ons via **070 - 8008 888** of stuur een mail naar klantenbureau@cardia.nl.

Heeft u een vraag over de huishoudelijke ondersteuning? Bel dan met het team van de huishoudelijke verzorging op **070 - 8008 396**.

U kunt natuurlijk ook altijd een kijkje nemen op onze website www.cardia.nl. Of volg ons op social media!



ZEG JA! TEGEN CARDIA



Bij Cardia begrijpen we dat werk en privé in balans moeten zijn. Daarom bieden we in de thuiszorg contracten aan die écht passen bij jouw leven.

Of je nu je kind eerst naar school brengt, later wilt starten of juist vroeg klaar wilt zijn. Jij kiest wat bij jou past!



Er staat een fiets voor je klaar!

Hart voor verbinding. Hart voor ouderen. Hart voor zorg.