

Ook Oktober.

Het bewoners- en cliëntenmagazine van ouderenzorgorganisatie Oktober

Juni
2024
editie#

10

Samen aan de rolstoeltafel

De favoriete muziek
van Riekie Aarts.

Oude tijden herleven
tijdens Rock 'n Roll
middag

Puzzelen

> **We gaan er
samen voor!**



Deze keer in OokOktober.



pag **04.**
Samen aan de rolstoeltafel
Een initiatief van de cliëntenraad en Stichting Natuurpad Hoevenhei.



pag **06.**
Al 63 jaar danspartners
De hobby van Kitty en Willy



pag **08.**
Samen genieten van cake tot ijs
Welzijn en de smaak van Oktober



pag **10.**
Zet een plaatje aan en ze begint te dansen. De favoriete Rock 'n Roll muziek van Riekie.



pag **12.**
VR-beleving voor familie
'Verplaats je in de wereld van een persoon met dementie'

pag **15.**
Puzzelen maar!



We gaan er samen voor!

Daar ligt ie dan, de gloednieuwe uitgave van OokOktober. Deze keer helemaal in het thema 'samen'. Want samen kom je verder en samen is het leven een stuk gezelliger. Dat past helemaal bij Oktober.

Goede zorg en ondersteuning op onze oude dag, dat willen we (later) allemaal wel. Maar hoe dat er precies uitziet, dat is voor iedereen anders. Het is daarom belangrijker dan ooit dat mensen nadenken over hun oude dag en daar met elkaar over praten. Hoe wil je zelf graag oud worden? Wat verwacht je dan van een ander? Wie kun jij om hulp vragen? En wat kun je nu al zelf doen om je voor te bereiden? Kun jij iets voor een ander betekenen?

Ook Oktober bereidt zich voor op de toekomst. Zo werken we hard aan nieuwe vormen van zorg- en dienstverlening voor mensen thuis. En is er dan toch een verhuizing naar één van onze huizen nodig, dan willen we zo goed mogelijk aansluiten bij zoals je het thuis gewend was. Daarbij is het van belang dat wij jou en je familie of vrienden goed leren kennen en met jullie samenwerken.

Gelukkig zien we bij Oktober veel mooie voorbeelden van hoe mensen samen invulling geven aan hun oude dag. Deze OokOktober staat er vol mee. Medewerkers en vrijwilligers die zich inzetten om naasten iets te leren over dementie via een VR-beleving. Of wat denkt u van de leden van de cliëntenraden, die zich via deze weg inzetten voor bewoners? We zien familieleden die niet alleen naar hun eigen naaste omkijken, maar er ook zijn voor andere bewoners. Partners die nog steeds samen met hun liefste van hun levenslange hobby genieten. Buurtbewoners die een oogje in het zeil houden, een praatje komen maken of die regelmatig komen eten in één van onze restaurants. Dorpsgenoten die, met een beetje hulp van Onze Fons, het steunfonds van Oktober, mooie projecten voor bewoners voor elkaar krijgen.

Deze kleine momenten samen maken zo'n groot verschil. Blijf ze vooral samen beleven! Zo dragen we allemaal een beetje bij aan elkaars oude dag.

Gastredacteur voor OokOktober gezocht!

Voor de volgende uitgave van ons bewoners- en cliëntenmagazine 'OokOktober' zijn we op zoek naar een bewoner of cliënt als gastredacteur*! Lijkt het u superleuk om ons te helpen bij het samenstellen van het volgende magazine? Laat het ons dan weten! Stuur een mailtje naar communicatie@zorginoktober.nl

*bij meerdere aanmeldingen, maken wij een keuze.



Samen aan de rolstoeltafel.

Bij Oktober werken we samen in de regio. Dat doen we met iedereen. Van familieleden en vrienden tot partners in de regio. Maar ook samen met buurtgenoten.

Verbinden

Bij Mariahof in Reusel mistte een plek in de open lucht die gemakkelijk toegankelijk is voor mensen in een rolstoel. Binnen de cliëntenraad van Mariahof ontstond toen het idee om in de omgeving van Mariahof een voorziening te maken, speciaal voor mensen in een rolstoel. Een ontmoetingsplek voor bewoners en omwonenden. Zo ontstond het idee van een picknicktafel die voor iedereen toegankelijk is.

Genieten van de buitenlucht

Bij Oktober zijn wij heel blij met deze initiatieven. Bewoners komen makkelijker met buurtgenoten in contact en kunnen met hun rolstoel gemakkelijk aanschuiven. Er is ook ruimte gemaakt voor mensen die niet in een rolstoel zitten. Samen met familie en vrienden, medewerkers, vrijwilligers en mensen uit de buurt. Deze tafel biedt iedereen de mogelijkheid om buiten, in de prachtig aangelegde tuin, te genieten van de frisse lucht.

Samenwerking

De rolstoeltafel is een initiatief van de cliëntenraad van Mariahof en Stichting Natuurpad Hoevenhei uit Reusel. Samen met een aantal vrijwilligers uit Reusel hebben zij dit project gerealiseerd. Mede door financiële steun van Onze Fons, het steunfonds van Oktober.



Heb jij nu ook zo'n mooi project of ben je benieuwd naar de andere projecten van Onze Fons?

Neem dan een kijkje op de donatiepagina:
<https://www.zorginoktober.nl/doneren/>

Wil je ook bijdragen aan het welzijn van bewoners en cliënten?

We zijn nog op zoek naar nieuwe leden voor in verschillende cliëntenraden:

- Merefelt
- Leuskenhei
- Floriaan / Mariahof / Kempenland
- De Hoevenakkers / 't Laar

We zijn op zoek naar leden die de eigenheid en de lokale cultuur van het huis kennen en zich daarin goed kunnen bewegen. Hierbij gaat de voorkeur uit naar direct betrokkenen. Bijvoorbeeld bewoners of hun familie of vrienden die een band hebben met het huis van Oktober.

De raad praat mee over bepaalde (beleids-) zaken en geeft advies, namens de bewoners, cliënten en familie en vrienden. Dat vinden we bij Oktober belangrijk, want de cliëntenraad is de enige partij binnen de zorg- en dienstverlening die kan praten vanuit de ervaring van bewoners en cliënten.

Heb je interesse of wil je graag meer informatie?

Mail dan naar:
cliëntenraden@zorginoktober.nl of sluit gerust eens aan bij onze bijeenkomsten. Natuurlijk vrijblijvend.

Nieuws van de cliëntenraden.

Samenwerken is voor de cliëntenraden erg belangrijk. We moeten het samen doen. We willen samenwerken met medewerkers, bewoners en familie of vrienden. Als cliëntenraad houden wij hier ons gedurende het jaar ook mee bezig op verschillende aspecten:

Leven In Veilige Vrijheid

Kunnen de deuren van besloten afdelingen opengesteld worden voor alle bewoners? Waar moet er maatwerk worden geleverd? En wat spreek je hierover af met mantelzorgers? De ontwikkelingen hiervan zullen in 2024 verder worden uitgewerkt, waarbij de lokale cliëntenraad (LCR) intensief betrokken zal worden.

Van Zorg naar Leven

De LCR werd betrokken bij het programma Van Zorg naar Leven waarin er samen met de bewoner en hun familie of vrienden nog beter wordt aangesloten bij de leefwereld van de bewoner. De drie hoofdthema's zijn samenwerken met familie, Leven In Veilige Vrijheid en Methode 'tHuis. De LCR blijft nauw betrokken bij deze ontwikkeling.

LCR-brievenbus

Sinds kort hebben alle cliëntenraden een eigen brievenbus. Heb je vragen of opmerkingen voor ons? Stop je berichtje in de bus op locatie en we nemen snel contact met je op.

Familieavonden

De LCR is bij alle familieavonden aanwezig geweest en deze ervaring wordt als bijzonder waardevol beschouwd. De verkregen informatie heeft meer inzicht gegeven in wat er speelt bij familieleden en bewoners. Hier kan de LCR mee aan de slag.

Aandachtspunten LCR 2024

- Van Zorg naar Leven
- Bouwplannen op diverse locaties
- Leven in veilige vrijheid;
- Samenwerken met familie

Meer informatie over de cliëntenraden lees je in hun nieuwsbrieven.

Al 63 jaar danspartners!

De hobby van Kitty en Willy Ivits



Willy (85) en Kitty (82) hebben al heel hun leven een favoriete hobby: samen dansen. Sinds één jaar woont Kitty bij Merefelt, omdat ze een vorm van dementie heeft. Willy komt elke dag langs om haar te bezoeken. Maar niets houdt hen tegen om af en toe nog een dansje te wagen tijdens de muziekmiddag op Merefelt. Hier gingen we dan ook graag met hen over in gesprek.

Dansles

Toen Willy 21 jaar oud was ging hij op dansles bij Gerard Need, dit is een dansschool in Eindhoven. “Mijn zussen konden vroeger heel goed dansen. Toen ik in dienst ging, vond ik dat ik ook moest kunnen dansen. Dat is toch wel handig als je uitgaat. Als je dan op les was geweest, kon je elke zaterdag bij Gerard Need gaan dansen. We waren dan met een grote groep mannen en vrouwen. De mannen hingen aan de bar en de dames stonden op een rij, klaar om te dansen. De mannen kozen dan een danspartner uit.” Hier ontmoette hij Kitty (toen 17 jaar oud). “Ik koos haar als mijn danspartner en zo dansten we iedere week samen. En twee jaar later waren we getrouwd. We zijn toen in Veldhoven gaan wonen en zijn elk weekend gaan dansen. En nu dansen we al 63 jaar.”

Verschillende soorten muziek

Willy en Kitty dansten bij verschillende locaties. “Overal waar we konden dansen, daar gingen we dansen. In Reusel bij d’n Achterûm, in Bladel bij d’n Herd, bij ’t Heidelicht, de Kaasboerin, overal in de Kempen.” Tijdens verschillende feestjes dansten ze ook regelmatig. “Toen we 25 jaar getrouwd waren, vierden we feest, en dan moet er ook gedanst worden. Willy en Kitty kennen verschillende dansstijlen. Kitty: “Wij dansen op elke soort muziek met verschillende dansstijlen. Van de foxtrot tot de tango en de chachacha. We dansten ook op Rock ’n Roll muziek.” Dit was vroeger hun favoriete muziek om op te dansen. Toen ze kinderen kregen zijn ze even gestopt met dansen. “De afgelopen tien jaar hebben we het dansen weer opgepakt.”

“Wij dansen op elke soort muziek met verschillende dansstijlen. Van de foxtrot tot de tango en de chachacha.”



Muziekmiddag

Kitty woont in een woning voor mensen die leven met dementie. “Drie keer in de maand is het op woensdagmiddag muziekmiddag bij Merefelt. Hier gaan we dan samen heen om van de muziek te genieten en om te dansen. Vaak doen we dan één nummer en dan rusten we weer even.” Na ons gesprek lopen we dan ook naar restaurant het Veldhof bij Merefelt waar de muziekinstallatie al klaarstaat. Een man met accordeon speelt en zingt live muziek. En Willy en Kitty betreden de dansvloer en dansen samen voor een volle zaal. “Het is niet meer zoals vroeger, maar we vinden het fijn om nog samen te kunnen dansen.”

Bij Oktober sluiten we aan bij de leefwereld van bewoners.

Daarin werken we samen met familie. Zij kennen hun naaste immers het beste. We vinden het belangrijk dat we bewoners leren kennen en kunnen aansluiten bij hun leefwereld. Zoals een bepaalde hobby beoefenen. Net zoals Kitty. Heeft u of uw naaste een favoriete hobby of bezigheid? En beoefent u deze samen met een familielid, vriend of naaste? We gaan hierover graag met u in gesprek. Wilt u uw verhaal delen? Neem contact met ons op via communicatie@zorginoktober.nl.

Samen genieten van cake tot ijs: Welzijn en de smaak van Oktober

Vonkmomenten zijn geluismomenten bij bewoners en medewerkers door persoonsgerichte ondersteuning. Door aan te sluiten bij de leefwereld van bewoners ontstaan er mooie dingen! Zoals...



Op eigen houtje.

Door een collega

Iedere middag komt haar man naar haar toe. Ze bezoeken dan samen het restaurant om een heerlijk ijsje te eten. Een dagelijks moment van samenzijn. Totdat meneer een operatie ondergaat en daarom zijn vrouw tijdelijk niet kan bezoeken.

Mevrouw bezocht daarom zelf het restaurant. Ze vertelde: "Ik bezoek iedere middag het restaurant en nu was er niemand die met mij meeging." Daarom liep ik samen met mevrouw naar het restaurant. We schoven aan bij een groepje familie en bewoners van Lavendelhof, waar mevrouw altijd bij aansluit met haar man. Een hartelijk ontvangst volgde. En er werd meteen een ijsje gehaald voor haar. Ze begon te glimlachen en genoot van het ijsje én de aanspraak. Familie van andere bewoners vertelden me: "wij zorgen ervoor dat mevrouw terug thuis gebracht wordt." Later op de middag kwam een tevreden mevrouw terug. Geweldig om haar door zo'n klein gebaar zo gelukkig te zien.



Samen zorgen voor wat lekkers.

De geur van versgebakken cake komt je al tegemoet. Maar waar komt die geur toch vandaan? Een bewoner bij Kempenland is een cake aan het bakken. En niet zomaar een cake. Hij viert zijn negentigste verjaardag en wil graag zelfgebakken lekkers trakteren aan bewoners. In de keuken van het eetpunt bij Kempenland werd plaatsgemaakt voor zijn eigen mixer. Dat was zijn wens. Met bloem van een speciaal bedrijf die meneer vroeger ook altijd gebruikte. Hier hebben zijn familieleden voor gezorgd. Samen met een medewerker ging hij aan de slag. Alle ingrediënten voor een lekkere cake waren aanwezig. En voor een vonkmomentje.

Samen voor een beter milieu.

Oktober heeft de Green Deal getekend voor de locaties Leuskenhei, Mariahof en Merefelt. Team eten en drinken is ook steeds meer bezig met duurzaamheid.

Wist je dat?

- De locaties Merefelt, Mariahof en Leuskenhei afval apart inzamelen?
- Etensresten dus ook apart worden ingezameld en deze ook apart verwerkt worden door onze afvalverwerker?
- Bewoners bij Floriaan als proef vers fruit van een lokale leverancier uit Bladel krijgen? Dit in het kader van kwaliteit en duurzaamheid.
- Onze leverancier (Daily Fresh Food) een ander soort plastic gebruikt dat lichter in gewicht is en een andere kleur heeft? Zo is het minder schadelijk voor het milieu.
- We de negatieve impact van voedsel op het milieu verminderen? We gaan ervoor dat een deel van de dranken en etenswaren voor bewoners biologisch of van minder milieubelastende teelt afkomstig is. We gaan steeds meer op zoek naar producten met een Fairtrade logo.



Zorg zonder Afval.

In de week van Zorg zonder Afval (21 t/m 24 mei) hadden we aandacht voor minder afval binnen de zorg.

We delen graag een aantal tips:

- Drink koffie uit een mok in plaats van een papieren beker
- Groenten over? Maak er een lekker broodje van.



Ook op het gebied van drukwerk maken we bewustere keuzes. Zo wordt de OokOktober in een milieuvriendelijker plastic jasje verzonden. En verkennen we mogelijkheden voor duurzamer papier. Ook hebben we de drukwerkaantallen van de OokOktober omlaag gebracht.

Muziek uit Oktober

Muziek, wie is er niet mee opgegroeid? Ook bij Oktober luisteren we graag samen naar muziek.

Bijna iedereen heeft wel een favoriet lied dat bijzondere herinneringen oproept. In iedere uitgave van OokOktober delen we een van deze verhalen.



“Zet maar een plaatje aan van één van Riekies favorieten en ze komt in beweging!”



Favorieten van Oktober

Bent u nieuwsgierig naar nummers van de favoriete artiesten van Riekie? Er staan wat nummers in de Spotify-lijst van Oktober. U kunt deze lijst terugvinden via Spotify: een website en app om muziek te luisteren.

Niet bekend met Spotify?

Vraag uw familie dan of ze gezellig samen met u muziek gaan luisteren. Als u via de app zoekt op 'Zorg in Oktober' vindt u alle beschikbare liedjeslijsten.



De favoriete Rock 'n Roll muziek van...

Riekie Aarts.

Riekie Aarts (85) woont bij Merefelt op het Anjerhof. Wij bezochten haar om te praten over haar passie voor muziekgenre rock 'n roll. En daar weet zij, samen met haar broers en zussen nog veel over te vertellen! Pratend over de tijd van vroeger, zien we de glinsters in haar ogen van vreugde.

De tijd van rock 'n roll

De jaren '50 en '60 was echt de tijd van rock 'n roll. De tijd waarin Riekie samen met haar acht broers en zussen opgroeide. En op deze muziek moest je gewoon wel dansen. Riekie, haar man, broer en zus gingen daarom op dansles. Om te oefenen, draaiden ze thuis regelmatig hun lievelingsmuziek. Haar vader was hier niet bepaald liefhebber van. Maar om te oefenen, moesten ze er natuurlijk wel naar luisteren. Haar broers traden vaak op als danspartner.

Swingen op rock 'n roll muziek

Riekie is gek op Rock 'n Roll. Met name het swingen en twisten sprak haar erg aan. En niet alleen vroeger, maar ook nu nog! Zet maar een plaatje op van een van haar favorieten en Riekie komt meteen in beweging. Het ritmegevoel is er nog steeds. En voor je het weet danst ze de kamer weer rond. Net zoals vroeger in een van de danszalen, waar niets te gek was. Van de Engelse wals, tot de tango, quick step, slowfox en Weense wals, maar ook de exotische dansen rumba en de samba.

Muzikanten

Een echte rock 'n roll muzikant die bij hen allemaal nog heel bekend is, is Fats Domino. “Wat had ik er een plezier in om samen met vriendinnen naar rock 'n roll te gaan. Dat was heel gezellig met z'n allen. We gingen dan bijvoorbeeld naar een café op de Woenselse markt en zongen de liedjes mee. Het waren allemaal bekende zangers of zangeressen. Jerry Lee Lewis Fats Domino, Jim Reeves, Elvis maar ook Mahalia Jackson waren mijn favorieten. Als deze muziek op de radio komt of er is iets van op televisie, dan luister ik er nog graag naar. Dat is echt genieten.”

Dat zijn echte zangers uit onze jeugd. Paul Anka was ook een bekende zanger waar de nodige plaatjes van werden gedraaid.”, vult haar broer aan.

Samen voor muzikale momenten

Nu Riekie bij Merefelt woont, bezoekt haar familie haar regelmatig. Ze gaan samen naar het restaurant, wandelen een stukje en maken een praatje of verzinnen een uitje. Er wordt nog een filmpje tevoorschijn getoerd waar een zorgmedewerker samen met Riekie in de huiskamer van het Anjerhof staat te swingen op rock 'n roll muziek. Ook verschillende andere bewoners worden aangestoken door hun enthousiasme en dansen mee! De passie van vroeger leeft nog steeds voort, maar dan op een andere plek... Wat fijn dat wij allemaal mee mogen genieten. Een mooi inkijkje in het leven van Riekie.



Riekie aan het vertellen over vroeger, samen met haar familie.



Familieleden ervaren leefwereld van hun naaste door VR-beleving.



Anouk is mantelzorger van haar oom die bij Mariahof woont. Hij heeft een vorm van dementie. Om de leefwereld van haar oom beter te begrijpen heeft ze deelgenomen aan de VR-beleving tijdens een familieavond. Ze vertelt over haar ervaringen.

Anouk: “Ik vind het belangrijk dat ik weet waarom mijn oom op een bepaalde manier reageert of hoe hij de dag ervaart. Daarom heb ik samen met mijn ouders de VR-beleving gedaan.”

Wat houdt de VR-beleving in?

Tijdens de VR-beleving stap je in de wereld van iemand die leeft met dementie. En je ervaart waar zij in het dagelijks leven tegenaan lopen. Denk bijvoorbeeld aan het opruimen van boodschappen, muziek luisteren of een gesprek met een familielid. De VR-beleving duurt ongeveer drie kwartier.

Anouk: “Tijdens de VR-beleving ervaar je echt hoe het is om te leven met dementie. En waarom mensen met dementie op een bepaalde manier reageren. Ik bekijk dit dan ook vanuit mijn oogpunt in hoe ik omga met mijn oom. Het heeft me nieuwe inzichten gegeven, waardoor ik me beter in kan leven in de leefwereld van mijn oom.”

Wat neem je mee vanuit de VR-beleving?

Anouk: “Dat de betrokkenheid en de rust richting iemand die leeft met dementie erg belangrijk is. Je merkt dat mensen namelijk ooit over iemand praten, in plaats van met diegene. Ik betrek mijn oom daarom altijd bij een gesprek, en ik zou niet over hem praten, maar met hem. Dit heb ik altijd al gedaan. Daarnaast is het belangrijk om in een gesprek of tijdens een handeling die je uitvoert, niet te snel te gaan en ook de rust te bewaren. Even stil zijn, zodat mijn oom bijvoorbeeld weet wat er om hem heen wordt gezegd of gebeurt. Ik zou anderen daarom zeker aanraden een VR-beleving te doen als dit mogelijk is.”



Oude tijden herleven tijdens Rock 'n Roll middag.

Meedoen met een prijsvraag en dan drie Rock 'n Roll middagen voor bewoners winnen. Onze collega Marit Janssen (Innovatieteam) was de gelukkige. Ze vulde een prijsvraag van Axians in tijdens de Zorg & ICT beurs vorig jaar. Rock 'n Roll groep Mess Around bezoekt daarom drie huizen van Oktober (Merefelt, Floriaan en 't Hofhuys).

Ieder geniet op zijn eigen manier

De dansvloer wordt klaargelegd en zeven koppels staan er klaar voor. Dames uiteraard in hun petticoat. Eerst dansen ze een paar nummers om erin te komen. Muziek en dans werken aanstekelijk. Het duurt daarom niet lang of er wordt al flink meegedanst door bewoners. Op de vloer of vanuit de rolstoel. Dat maakt niemand uit. De koppels dansen gezellig mee. Dansgroep Mess Around treedt vaker op bij ouderenzorgorganisaties. “Hier dansen ze wel erg goed mee!”, zegt een van de dansers. “En je ziet een bewoner de hele tijd met zijn hand meetikken met de muziek, dat is zo mooi om te zien. Bewoners genieten, ieder op hun eigen manier.”

Herinneringen ophalen

Een bewoonster in rolstoel zegt enthousiast: “Het is zo leuk, ze komen me zo weer halen om te dansen! Het doet me denken aan vroeger.” Een andere bewoonster denkt terug aan de tijden van vroeger in Zeelst op de dansvloer, waar ze de foxtrot of de tango danste. De muziek van Rock 'n Roll zorgt ervoor dat er veel herinneringen terugkomen. “Vroeger stonden we zelfs in de huiskamer te dansen op deze muziek!” zegt een familielid van een bewoner. “En soms stond de muziek dan misschien wel nét iets te hard.”

Veel plezier

Marit kijkt tevreden terug op de activiteit: “Het is mooi om te zien dat deze middag heeft gezorgd voor veel plezier voor bewoners.”



De stap van Tineke naar een fijn pensioen

**DE
STAP**
naar gezonder

Verschillende organisaties (waaronder Oktober) en gemeenten in de Brainportregio ondersteunen inwoners om een STAP te zetten naar een gezonder leven. Op de website www.destapnaargezonder.nl vinden inwoners leuke en handige tips, activiteiten en hulpmiddelen.

Met de campagne 'Doen na je pensioen' willen we mensen aanmoedigen om actief te blijven en te genieten van het leven na hun pensioen. Op www.doennajepensioen.nl vind je tips, activiteiten, lokale clubs, cursussen en sociale evenementen.

Hoe zette Tineke de stap naar een fijn pensioen? Tineke wordt in juni 75 jaar en is bijna tien jaar met pensioen. Stilzitten is niks voor haar. Zo zingt Tineke bij een koor en om meer met haar handen bezig te zijn begon zij aan een keramiekcursus. Zwemmen en hardlopen zijn ook hobby's geworden. Omdat haar man al eerder met pensioen was heeft ze gezien hoe belangrijk het is om je goed voor te bereiden op deze tijd. Het ontmoeten van andere mensen en nieuwsgierig blijven zijn volgens haar het belangrijkste. Haar advies aan mensen die binnenkort met pensioen gaan is dan ook: zoek alvast naar dingen die je leuk vindt om te doen, zodat je leven doorgaat. Het platform DE STAP naar gezonder kan je hierbij helpen. En een keer mee gaan naar de clubs van vrienden of burens kan ook een makkelijke eerste stap zijn. Geniet van deze nieuwe tijd!

Ontdek wat jij kunt doen na je pensioen op www.doennajepensioen.nl

**DOEN
NA JE
PENSIOEN!**