

zij aan zij magazine

SOVAK



BETEKENISVOL MEEDOEN

*“Er gewoon voor elkaar zijn,
verbonden met elkaar,
verbonden met de buurt”*

Editie mei 2023

We zijn steeds meer verbonden met de buurt!

Een lach met herkenning op straat, even naar elkaar zwaaien, elkaars naam noemen, een gezellig praatje: "hoe gaat het met jou?" Een glimlach van een vrijwilliger, koffie met gebak uitserveren aan én nuttigen mét buurtgenoten in Café de Cour. Elkaar zien, elkaar horen.

Geluk zit wat mij betreft in kleine dingen. Vooral in menselijk contact. Contact natúúrlijk met medebewoners,

begeleiders, verwanten en vrijwilligers. Maar zeker ook steeds vaker met de mensen in de omgeving waar wij wonen, onze buurtgenoten. Wij als SOVAK-medewerkers zetten ons er ten volle voor in dat iedereen gaat voelen en ervaren dat alle mensen gelijkwaardig zijn, met of zonder beperking. En dat we elkaar allemaal iets te geven hebben; wederkerigheid dus!

Verbonden zijn met de buurt is dus voor ons een steeds belangrijker doel, met en voor onze bewoners. In dit magazine vind je mooie voorbeelden die inkleuring geven aan dat thema. Daar zijn we heel erg trots op én we maken daarin grote stappen, al zeg ik het zelf. We willen daarin zelfs het liefst voorop gaan lopen. De ingrediënten om daarin te slagen zijn ruimschoots aanwezig. Dat zit hem vooral in de 'maatschappelijke ondernemersgeest' die ik op heel veel plekken binnen SOVAK zie. Daarnaast zie ik een enorme betrokkenheid van mijn collega's op en in het leven van onze bewoners. Ik ben daar heel trots op.

Tot mijn grote spijt zal ik vanaf 1 mei die mooie ontwikkeling niet meer van heel nabij kunnen volgen. Ik heb er - met pijn in het hart - voor gekozen om veel dichterbij mijn woonplaats Hilversum te gaan werken. Dat scheelt mij vele uren reistijd per week. Ik heb erg genoten van mijn werk bij SOVAK in de afgelopen 4 jaren. SOVAK heeft een bijzondere plek in mijn hart, ik ga SOVAK missen. En natuurlijk blijf ik SOVAK goed volgen en zal ik zeker nog langskomen voor een praatje met een bakkie. Want ook voor mij zit daarin de essentie van ons mooie werk: leuk contact, er gewoon voor elkaar zijn, verbonden met elkaar, verbonden met de buurt.

Veel leesplezier!



Joost Meijs
(lid Raad van Bestuur)

"Er gewoon voor elkaar zijn, verbonden met elkaar, verbonden met de buurt."



WIJ ZIJN DE REDACTIE



Joppe de Jong



Patricia Hoveijn



Jeroen Rempt



Ingrid van Willigen



Petra Roemer



Wim Muijs

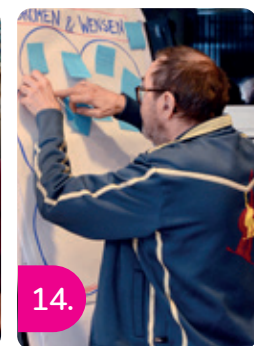


Manilyn Staaltjens - Van Mourik

COLOFON

We zijn trots op deze derde editie van ons eigen SOVAKmagazine! Mis je iets? Of wil je ons redactieteam versterken? Neem dan contact met ons op door te mailen naar communicatie@sovak.nl

Fotografie: Wim Muijs, Manilyn Staaltjens - Van Mourik
Illustraties & design: David Raakt



INHOUDSOPGAVE

- 2. **Wij zijn de redactie!** Wie werkte er mee
- 3. **Voorwoord.** Joost aan het woord
- 6. **Clïëntverhalen.** Bloemkolen, muziek en voetbalfans
- 8. **Betekenisvol meedoen.** Verbonden met de buurt
- 10. **In de spotlight.** Binnenkijken bij de Eikenlaan
- 12. **Vrijwilligersverhalen.** Kunstkenner zonder schildertalent
- 14. **Ervaringsdeskundigheid.** Bureau KIK
- 16. **Werken bij.** Nieuwe garde, oude lichtung
- 18. **Medezeggenschap.** Hoe regelt SOVAK dit?
- 20. **SOVAK in beeld.** Binnenkijken bij het G-team
- 22. **Doe-het-zelf-dagbesteding.** Knutselen met SOVAK
- 22. **SOVAKwerk.** Shoppen bij SOVAK

BLOEMKOLEN, MUZIEK EN VOETBALFANS

Peter en Marco wonen samen met nog twee huisgenoten op Gezellenpad 1 in Klundert. Zij vertellen over hun leven, hobby's en passie. Eén hobby van Peter en Marco is hetzelfde . . . maar dan net even anders.

PETER

VAN DE BRAND



62 jaar, is gek op koeien en moestuinieren.

“Eén van mijn koeienschilderijen hangt in de tuin van Gezellenpad 1.”

“Mijn ouders hadden een boerderij en verbouwden bloemkolen. Toen ik werd geboren, was mijn moeder aan het werk op het veld. Of je het gelooft, dat moet je zelf maar weten, maar ik ben dus geboren tussen de bloemkolen”, vertelt Peter met een brede lach op zijn gezicht.

Het verklaart misschien dat Peter van het werk op de boerderij houdt. Op zorgboerderij Hartenboer heeft hij een eigen moestuin waar hij allerlei groenten verbouwt. Daar is Peter trots op: “Ik haal het onkruid weg, zorg dat

de planten op tijd water krijgen en als ik courgettes mee naar huis neem dan maken we daar heerlijke soep van.” Peter zorgt ook voor de pasgeboren kalfjes op de zorgboerderij. “Ik geef ze eten en zorg dat de hokken iedere dag weer spik en span zijn.”

Dat het boerderijleven in Peter zijn bloed zit, is ook op het activiteitscentrum Niervaartweg overduidelijk. Hij schildert namelijk graag koeien en kippen. “Eén van mijn koeienschilderijen hangt in de tuin van Gezellenpad 1.”

MARCO

DE RIDDER



55 jaar, is PSV-fan in hart en nieren.



“Ik hou van voetbal en PSV vind ik de beste!”

Als je Marco ziet, dan wordt één ding heel duidelijk: hij is fan van PSV! “Ik hou van voetbal en PSV vind ik de beste!” Bijna alles op zijn kamer heeft te maken met de voetbalclub uit Eindhoven. Marco slaapt onder een PSV-dekbed, op zijn helm en trui pronken emblemen van PSV en zelfs zijn sokken zijn van zijn lievelingsclub. “Ik ga wel eens naar een wedstrijd in het Philips Stadion en laatst ben ik naar het PSV Museum geweest. Dat was hartstikke leuk.”

Marco is graag op zijn kamer. Hij speelt dan een spelletje op zijn tablet. Maar nog liever luistert hij naar muziek van Frans Bauer en Jan Smit. “Ik ken al die liedjes uit m'n hoofd en ik zing dan lekker mee!”

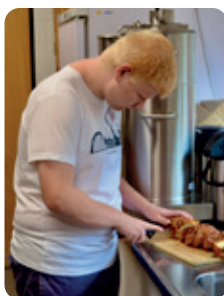
Marco heeft een droom. “Ik hoop altijd op Gezellenpad 1 te blijven wonen. Maar dan in een grotere kamer en het liefst met een eigen tuintje. Dan ga ik lekker buiten zitten als het mooi weer is.”

Marco en Peter zijn allebei voetballiefhebber. Met één klein verschil . . . Marco is voor PSV en Peter is Feyenoord-fan. Dat zorgt voor veel gezelligheid. Samen kletsen over voetbal en een kamer vol met voetbalspullen, ieder van zijn eigen club.



VERBONDEN MET DE BUURT

Betekenisvol meedoen? Dat vinden we belangrijk bij SOVAK. In Terheijden zijn we daarom gestart met twee nieuwe initiatieven: het **Cour Café** en het **Repair-café**.



Cour Café

Elke vrijdagochtend van 10.00 - 12.00 uur.
Locatie: De Cour, Markstraat 6, Terheijden

COUR CAFÉ

Het Cour Café is een initiatief van SOVAK in samenwerking met sport- en evenementencentrum De Cour in Terheijden. Jannus, Hans en andere cliënten van SOVAK serveren elke vrijdagochtend tussen 10.00 en 12.00 uur heerlijke appeltaart of cake met een kopje koffie of thee aan de bezoekers van het café. Tim Ovington, uitbater van De Cour: "We staan altijd open voor nieuwe samenwerkingen en ideeën. Met deze samenwerking proberen we iedereen de kans te geven om betekenisvol mee te doen." Maggie Verkerke, medewerker ontspanningsdienst bij SOVAK: "Het Cour Café biedt onze cliënten een plek om zich verbonden te kunnen voelen met het dorp en de inwoners van Terheijden. Hoe mooi is dat!"

"Het Cour Café biedt onze cliënten een plek om zich verbonden te kunnen voelen met het dorp en de inwoners van Terheijden. Hoe mooi is dat!"

REPAIR CAFÉ

Het Repair Café is een wereldwijd initiatief met als doel repareren te bevorderen om zo duurzamer met materialen en grondstoffen om te gaan. In Terheijden is bij MFC Gruijtplain elke twee weken op woensdagmiddag tussen 13.00 en 16.00 uur het Repair Café geopend. Met hulp van cliënten van SOVAK worden door vrijwilligers kapotte apparaten gemaakt, fietsbanden geplakt, mobiele telefoons gerepareerd en speelgoed in elkaar gezet.



Repair Café

Elke woensdagmiddag in de even weken van 13.00 - 16.00 uur.
Locatie: MFC Gruijtplain, Koningsveld 1, Terheijden

Binnenkijken bij de Eikenlaan in Sleeuwijk!

Afgelopen december is onze nieuwbouwlocatie aan de Eikenlaan geopend! Een prachtige locatie met in totaal 26 zorgwoningen: 14 studio's en 12 appartementen. Iedere bewoner heeft een eigen studio of appartement.

SOVAK medewerkster Saskia heeft meegeholpen met de ontwikkelingen bij de bouw en inrichting van de nieuwbouwlocatie: "We zitten er nog maar kort dus het is voor de bewoners nog een beetje wennen. Maar iedereen is ontzettend blij met zijn/haar eigen plekje!"

Alle bewoners hebben hun woning zelf ingericht naar hun eigen wensen. Zo heeft Wim gekozen voor een heerlijke loungestoel voor de tv en een mooie houten salontafel. De woningen zijn een stuk ruimer dan op de vorige locatie aan de Eikenlaan en voorzien van de nieuwste innovaties die het wonen op deze locatie (nog) leuker en gemakkelijker maken.



Kom op bezoek bij de Eikenlaan!

De feestelijke opening vieren we op 13 mei. Hou de social media kanalen van SOVAK in de gaten voor meer informatie!

Johan:

NOEM MIJ EEN KUNSTKENNER ZONDER SCHILDERTALENT



Johan is 72 jaar.
Hij is sinds 1 juni
2014 vrijwilliger
in Sleeuwijk.

Nieuwsgierig?

Je bent van harte welkom!
Atelier Rietveld is geopend
van 09.00 tot 16.00 uur
(m.u.v. woensdag).
Het is ook mogelijk
om online kunstwerken
aan te schaffen. Ga naar
www.blijgoed.nl of scan
de QR-code.



Voor Atelier Rietveld heeft Johan een digitale administratie opgezet waar alle, inmiddels ruim 500(!), schilderijen zijn geregistreerd. Elk kunstwerk is voorzien van een nummer. In de database is terug te vinden wie het kunstwerk heeft gemaakt, wat voor een werk het is en van welk materiaal het is gemaakt. Ook is de prijs en uiteraard een afbeelding van het kunstwerk terug te vinden.

In de administratie registreert Johan tevens welke kunstwerken zijn uitgeleend. Want voor degene die het nog niet wist; de kunstwerken zijn voor een klein maandbedrag te huur bij Atelier Rietveld. Deze manier maakt het mogelijk om wisselend van de kunstwerken te genieten. En wil je geen afstand meer doen van een kunstwerk, dan behoort het kopen ervan ook tot de mogelijkheden.

Wat zou Atelier Rietveld zijn zonder Johan? Johan draait het liever om. "Ik krijg enorm veel energie van de mensen die werken bij Atelier Rietveld. Het is machtig mooi om te zien hoe de kunstwerken tot stand komen. Inmiddels weet ik dat deze niet zomaar worden gemaakt. Elke kunstenaar heeft een bedoeling met het werk. Dat ik deel uitmaak van de ontwikkeling van de kunstenaars brengt mij meer dan ik ooit had gedacht."



Suzan en Johan

"Dat ik deel uitmaak van de ontwikkeling van de kunstenaars brengt mij meer dan ik ooit had gedacht."

ERVARINGS- DESKUNDIGHEID EN BUREAU KIK

Bij SOVAK hebben de ervaringsdeskundigen een belangrijke rol. Zij bieden ondersteuning bij het delen van ervaringen waar medebewoners ook mee te maken hebben, bij het maken van keuzes of opkomen voor jezelf. Ook zetten zij hun ervaringen in bij de introductie van nieuwe medewerkers, gastlessen op scholen en inclusieprojecten bij de gemeente en MEE.

Ervaringsdeskundigen zijn mensen die cliënt zijn bij SOVAK. Sommigen hebben de opleiding 'Ik deel mijn ervaring' gevolgd en geleerd om hun persoonlijke verhalen en ervaringen te delen. Op dit ogenblik zijn er vier ervaringsdeskundigen, één ervaringsdeskundige in opleiding en één ervaringsdeskundige zonder opleiding actief bij SOVAK.

Naomi: "Goed dat ervaringsdeskundigen en ook andere cliënten, betrokken worden bij de introductie van nieuwe medewerkers. We vertellen wie we zijn en wat wij verwachten."



Bureau KiK (Kennis is Kracht)

Een aantal ervaringsdeskundigen, met of zonder opleiding, komen wekelijks bij elkaar bij Bureau KiK (Kennis is Kracht). Zij leren hun ervaring gebruiken en in te zetten voor cliënten en voor de organisatie. Zo adviseren en ondersteunen zij bij begrijpelijke communicatie. Bijvoorbeeld bij het maken van een jaarverslag van de Cliëntenraad, het verhuisbeleid en andere informatie. Voor het kwaliteitsrapport van SOVAK houden zij interviews en maken zij filmpjes. Opkomen voor jezelf, meedoen in de samenleving en vernieuwingen in de zorg zijn onderwerpen waarover de deelnemers van Bureau KiK discussiëren. Cliënten die mee willen denken en praten over interessante onderwerpen kunnen meedoen in het KiKNetwerk.

Hans: "Bij Bureau KiK maken we ook filmpjes. Hartstikke goed om iedereen te laten zien wat er allemaal gebeurt binnen en buiten SOVAK."

Eén keer in het jaar organiseren de deelnemers van Bureau KiK een ErvaringsLAB waarin de ervaringsdeskundigen, coaches en belangstellenden bij elkaar komen.

In het Consortium Ervaringsdeskundigheid werkt SOVAK samen met 11 andere gehandicaptenzorgorganisaties, CZ-zorgkantoor en Fontys Sociale Studies. De focus ligt op het opleiden, ontwikkelen en scholen van mensen met een (licht) verstandelijke beperking tot ervaringsdeskundige. Met de kennis en de ervaringen laten ervaringsdeskundigen binnen zorg- en welzijnsorganisaties zien hoe de zorg en dienstverlening anders of beter kan.

Meer weten? Kijk op:
www.consortiumervaringsdeskundigheid.nl

Nieuwe garde, oude lichtung

“Veiligheid is niet de afwezigheid van gevaar, maar de aanwezigheid van verbinding.”

Waarom heb je voor SOVAK gekozen?

“Mijn zusje werkte al bij SOVAK en ik moest ook nog iets gaan doen. Dat werd dus de opleiding Z verpleegkunde op het oude Gruijtveld in Terheijden. Een groot gebouw met heel veel gangen waar doorheen werd gefietst, gekletst en gepuzzeld. We hadden daar alles in huis, op één plek. Het was eigenlijk een klein dorp op zichzelf.”

Wanneer is jouw werkdag geslaagd?

“Ik gebruik vaak een zin die ik mooi vind uit een boek: ‘Veiligheid is niet de afwezigheid van gevaar, maar de aanwezigheid van verbinding’. Samen met mijn collega’s, het netwerk van cliënten en onze vrijwilligers kunnen we het verschil maken voor mensen met een verstandelijke beperking. In verbinding, samen. Na bijna 40 jaar, kom ik daar nog steeds elke dag met plezier en liefde voor uit mijn bed.”

Petra van Gulp - Janssen
Functie: **Manager Zorg**
Werzaam bij SOVAK sinds:
1 september 1985

“SOVAK biedt mij die kans!”

Patricia Rutte - van Gulp
Functie: **Praktijkopleider**
Werzaam bij SOVAK sinds:
1 december 2022

Waarom heb je voor SOVAK gekozen?

“Meer dan 20 jaar heb ik als Coördinerend Clientbegeleider gewerkt voor de Blauwe Kamer. In 2022 heb ik de opleiding praktijkopleider afgerond. Ik wist dat ik dit nieuwe vak met de ervaring die ik heb in de zorg wilde combineren in een functie bij een gehandicaptenzorgorganisatie. SOVAK biedt mij die kans!”

Wanneer is jouw werkdag geslaagd?

“Als ik collega’s die een vraag rondom leren en ontwikkelen hebben weer een stapje verder kan helpen. Samen kijken we dan welke vaardigheden iemand nodig heeft om de juiste kwaliteit van zorg te kunnen leveren aan onze cliënten. Mooi dat ik op die manier daar mijn steentje aan bijdraag.”

HOE REGELT SOVAK INSPRAAK EN MEDEZEGGENSCHAP?

Als cliënt of als naastbetrokkene van een cliënt heb je soms eigen ideeën over de zorg en faciliteiten bij SOVAK. Waar en waarover is er ruimte voor inspraak?



Inspraak in
jouw persoonlijke
zorgwensen?

Wie heeft inspraak?

Cliënt en naastbetrokkenen

Doorlopend

Zorgplan

Samen ontdekken we wat jij belangrijk vindt. Jouw wensen en ideeën leggen we vast in jouw zorgplan. Via *Dit vind ik ervan!* onderzoeken we hoe je onze zorg en ondersteuning ervaart.

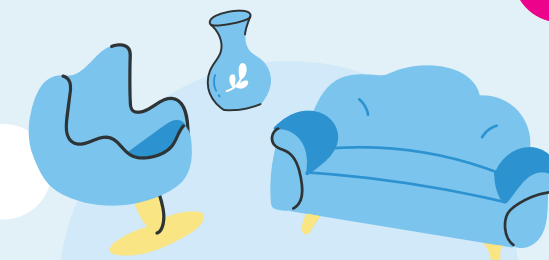
MDO

Samen bespreken we jouw zorgplan. Gaat alles goed? Heb je ergens extra hulp bij nodig? Dan maken we daar samen afspraken over.

2x per jaar

Wie heeft inspraak?

Cliënt en naastbetrokkenen



Inspraak op locatie

Nieuwe huisregels? Heb je een lekker idee voor het weekmenu of vind je dat de inrichting net iets anders kan? Tijdens de bewonersavonden en/of informatieavonden kun je dit bespreken.

Variabel

Inspraak over
zaken die spelen
op de locatie?

Meedenkers

Door lid te worden van de Meedenkers kun je meendenken- en praten over zelf aan te dragen onderwerpen, of onderwerpen die SOVAK inbrengt. Geen tijd of ligt het onderwerp je een keer wat minder? Dan haak je de volgende keer gewoon weer aan. Iets voor jou? Stuur dan een mail naar meedenkers@sovak.nl

4x per jaar



Wie heeft inspraak?

Cliënt en naastbetrokkenen

Cliëntenraad

Sommige onderwerpen zijn voor alle cliënten van SOVAK belangrijk. Denk aan het zorgplan, huisvesting en afspraken over de zorg en ondersteuning van SOVAK. Moeten hierover beslissingen genomen worden? Dan praat en denkt de Cliëntenraad mee met de Raad van Bestuur van SOVAK. Iets voor jou? Mail dan naar clienraad@sovak.nl

10x per jaar

Binnenkijken bij het G-team van SV Terheijden

Ben je nieuwsgierig naar ons G-team en wil je meevoetballen? Meld je dan aan voor een gratis proeftraining: www.svterheijden.nl/proeftraining



Als wij de bal hebben, kunnen zij niet scoren

Ook dit seizoen zijn wij: Dennis, Jurgen, Roy, Rikie, Sander, Aidarus, Jodi, Yuki, Daniel, Harry en Frank elke donderdagavond op het trainingsveld van SV Terheijden te vinden. Onder leiding van trainer Cees en begeleiding van Rien en Henk werken wij elke week aan onze conditie en leren we overspelen, techniek aan de bal, penalty's nemen, rondootjes, keepen, positiespel en nog veel meer wat komt kijken bij voetballen.

De laatste wedstrijd die we hebben gespeeld was tegen het 1^{ste} van SV Terheijden. Dat was op carnavalszaterdag. Inclusief fakkels, bier, cola, livemuziek, penalty's op de prins en veel supporters. Het werd een wedstrijd om nooit te vergeten. Natuurlijk hebben we deze pot gewonnen!



KNUTSELEN MET SOVAK

Deze keer gaan we samen met Kathy en Bianca een armbandje maken. Stap voor stap leggen ze uit hoe je eenvoudig met wat bolletjes katoen of garen een leuk armbandje kan maken. En speciaal voor deze fotoshoot hebben de dames dezelfde trui aangedaan.

Wat heb je nodig?

- Bolletjes katoen of garen in vier verschillende kleuren
- Knoopje om aan het einde een sluiting te kunnen maken
- Kumihimo schijf (te koop bij een hobbywinkel)
- Centimeter om het katoen of garen af te meten
- Schaar

1. Knip van elke kleur katoen of garen ongeveer 120 cm af.
2. Doe de draadjes dubbel.
3. Maak een knoop in de draadjes met een klein lusje.
4. Doe de draadjes bij de stip door de ring.



5. Doe de 1^e gele draad van linksonder naar linksboven. Doe de 2^e mintgroene draad van rechtsboven naar rechtsonder. Draai nu de schijf een kwartslag naar links. Doe de 3^e roze draad van linksonder naar linksboven. Doe de 4^e witte draad van rechtsboven naar rechtsonder.

6. Draai nu de schijf weer een kwartslag naar links. Doe nu de roze draad van linksonder naar linksboven. Doe nu de witte draad van rechtsboven naar rechtsonder. Draai nu de schijf weer een kwartslag naar links. Doe de mintgroene draad weer van linksonder naar linksboven. En doe de gele draad van rechtsboven naar rechtsonder.

7. Draai nu weer de schijf een kwartslag naar links. Herhaal stap 5 en 6 net zo lang totdat je armbandje lang genoeg is om rond je pols te doen.

8. Doe een knoop in je armbandje. Maak dan het knoopje vast aan het uiteinde van je armbandje. Het knoopje past precies door de lus (zie stap 3) en daarmee maak je het armbandje vast om je pols.

Veel plezier met het maken van je eigen armbandje!



SOVAKwerk

SHOPPEN BIJ SOVAK

Op verschillende plekken binnen SOVAK maken deelnemers van onze dagbesteding leuke hebbedingetjes. Deze keer staat de Tuinderij aan de Eikenlaan 9 in Sleeuwijk in het zonnetje. Hier werken onze cliënten met de groenste vingers dagelijks met van alles wat groeit en bloeit. Van het kweken van groenten en fruit in de kassen, helpen bij het zagen van hout, verkopen van vaste planten en bloemen, het maken van jam tot het knutselen van vogelhuisjes.



Vaste planten & bloemen

Vogelhuisjes & jam



Knutselwerkjes



De Tuinderij is geopend van maandag t/m vrijdag van 9.00 tot 16.00 uur.

Sociale
in het
zonnetje



BOERDERIJ DE KLOEK

Deze keer zetten we Boerderij de Kloek in Terheijden in het zonnetje. Een echte boerderij met activiteitscentrum waar cliënten o.a. de boerderijdieren verzorgen. Zij hebben een prachtige belevingskas met planten en waterornamenten. Neem eens een kijkje op de Facebook-pagina of kom eens langs!



Scan de
QR-code!