

#### Geachte relatie

De hete zomer van 2022 ligt al weer ver achter ons en we maken ons op voor een hopelijk milde winter. In deze nieuwsbrief stellen we graag één van onze gewaardeerde CAREGivers voor, hebben we tips en nemen we u mee in de activiteiten van Home Instead.

#### Heeft u suggesties of vragen?

Laat het ons weten via  
[info.apeldoorn@homeinstead.nl](mailto:info.apeldoorn@homeinstead.nl) of  
[info.zwolle@homeinstead.nl](mailto:info.zwolle@homeinstead.nl)

#### Hartelijke groet,

*Team Home Instead Apeldoorn - Zwolle*



#### MEMORY LANE: EEN INTERACTIEF BEELDSCHERM MET ZORG- EN ONTSPANNINGSFUNCTIES

**Als mantelzorgers of als kind wil je er het liefst altijd zijn voor je geliefde of voor je ouders. Dat lukt helaas meestal niet altijd. Het Zorgscherm van Memory Lane biedt een goede oplossing om altijd en overal in contact te staan, ook als je er even niet kunt zijn.**

Bediening op afstand, beeldbellen met u of met de vaste CAREGiver van Home Instead: het zijn prima mogelijkheden om de afstand te verkleinen, of om de vinger aan de pols te houden. Ook zijn er uren aan beeldmateriaal beschikbaar, zoals bijvoorbeeld het Polygoon-journaal of Swiebertje.

Terugkijken naar gebeurtenissen uit het verleden activeert en sluit aan bij de belevingswereld van uw geliefde. Heeft u interesse? Neemt u contact op met uw klantcoördinator.

## ACTIVITEITEN BUITEN DE DEUR

Opnieuw deelnemen aan het sociale leven buiten de deur? Het kan even wennen zijn. Zeker voor senioren kan de drempel hoog aanvoelen. Voor de eerste keer weer naar de lokale bibliotheek, naar het buurthuis of naar de sportschool. Alle eerste keren verdienen extra aandacht. Wil jij als familielid en/of mantelzorgers de helpende hand zijn bij deze eerste keren? We delen graag 3 tips! Zo maken we samen het 'oude normaal' weer vertrouwd.

### 1. Maak het bespreekbaar

Vanuit Home Instead laten we de regie altijd bij de senior. Waarom invullen voor de ander als je samen kunt overleggen? Niet iedereen zal elke eerste keer net zo spannend vinden. Kaart het onderwerp aan en maak het bespreekbaar. Welke hobby's wil de senior graag weer oppakken? Waar ligt de behoeften? Misschien is deze in de afgelopen jaren verschoven. Eventueel kun je de drempel verlagen door je eigen ervaring te vertellen. Hoe vond jij het om weer voor het eerst een sportles in te lopen? Misschien vond je dit zelf ook best even wennen of vreemd. Wanneer je jezelf van je kwetsbare kant laat zien is de kans groter dan de ander zich veilig genoeg voelt om dat ook bij jou te doen.



### 2. Wegbrengen en ophalen

Het steuntje in de rug kun je ook geven door de senior weg te brengen en op te halen. Misschien lukt het fysiek wel om alleen te gaan maar juist een stukje extra aandacht en begeleiding kan rust bieden. Niet alleen, maar samen. Dat geeft een heel ander gevoel. Waar zat het buurthuis nou ook alweer? In welke zaal moet ik zijn voor de senioren gym? 'Maakt u zich geen zorgen, ik loop even met u mee'. Na afloop nog even kletsen over hoe het was. Het zijn de kleine dingen die, ook nu, het leven nog meer kleur geven.

### 3. Terugkerende activiteiten

Was de activiteit of het bezoek een succes? Bekijk samen of het mogelijk is om bijvoorbeeld elke week of eens in de twee weken opnieuw te gaan. Misschien wil de buurvrouw ook graag mee? Waardoor zij samen kunnen gaan en jij als mantelzorgers een stapje terug kunt doen. Structuur kan een stukje perspectief bieden dat bijdraagt aan het doorbreken van eenzaamheid.

## ONVERGETELIJK CODA

In Apeldoorn verzorgt CODA maandelijks op de eerste maandag van de maand een rondleiding door het museum, speciaal voor mensen met dementie. Onze CAREGivers begeleiden u graag bij een bezoek. Wilt u eventueel meedoen overlegt u met uw Klantcoördinator. Of Meld u zich en uw partner, vriend(in), familielid of andere naaste dan van tevoren aan. Dit kan door

een e-mail te sturen naar [aanmeldingen@coda-apeldoorn.nl](mailto:aanmeldingen@coda-apeldoorn.nl). Zet daarin uw naam, telefoonnummer en het aantal personen. Coda is uiteraard ook op andere tijden te bezoeken. Meer algemene informatie: [www.coda-apeldoorn.nl](http://www.coda-apeldoorn.nl) Meer weten over een ander uitje of bezoekje met uw CAREGiver? Zoekt u contact met uw eigen klantcoördinator om te kijken wat mogelijk is.

## CAREGIVER IN BEELD

Mijn naam is Bianca Hamerling. Ik ben sinds november 2020 werkzaam als CAREGiver bij Home Instead in Apeldoorn. Ik doe dit werk met alle liefde en aandacht voor de oudere mensen om het thuis te blijven wonen zo prettig mogelijk te laten zijn. Verder ben ik een trotse moeder en "hondenmoeder" van 2 Cocker Spaniëls.

Naast mijn werk als CAREGiver bij Home Instead, ben ik sinds kort met mijn eigen onderneming gestart, omdat ik van jongs af aan heb ik een bijzondere band met dieren. Ik heb ze dan ook mijn hele leven al om me heen: honden, konijnen, katten, vogels, vissen en paarden. Door mijn hooggevoeligheid



in combinatie met reiki-ervaring, ben ik in staat om heel snel aan te voelen hoe dieren zich voelen en wat er bij hen speelt. In het begin ben ik dit gaan toepassen op mijn eigen huisdieren en na verloop van tijd op huisdieren van mensen om mij heen. Ik heb al veel dieren én hun baasjes met succes mogen helpen en zijn er mooie ervaringen uit voort gekomen.

*"Door dieren in de ogen te kijken, kijk je recht in hun ziel en voel je letterlijk de emoties en gevoelens".*

Lieve groet,  
Bianca Hamerling

# Respijtzorg

Vervangende mantelzorg thuis



## RESPIJTZORG: NU OOK VERVANGENDE ZORG THUIS

Het is zo ver. In de maand september hebben we een eerste klantsituatie op kunnen pakken vanuit Respijtzorg Thuis. Dit project geeft overbelaste mantelzorgers gelegenheid om de zorg voor hun geliefde even over te laten aan anderen om zelf op adem te komen.

Ook hier speelt samenwerken een cruciale rol doordat de hulpvraag in overleg met de vrijwilligers van De Kap, zorgmedewerkers van Verian en onze CAREGivers wordt ingevuld. Ook de bereidheid vanuit WMO Gemeente Apeldoorn om deze onmiskenbare hulpvraag in te vullen heeft er toe geleid, dat de mantelzorgers er twee dagdelen "tussenuit" kan voor haar wandelclubje. We zijn trots op dit initiatief en blij dat we hieraan kunnen en mogen bijdragen.

**de kap**  
MANTELZORGERS EN VRIJWILLIGERS

**Home Instead**  
Thuiservice



## JE ZIET ONS OOK OVERAL

De afgelopen weken was Home Instead aanwezig op een tweetal mooie evenementen in de regio, te weten Hemito in Heerde en de zorgbeurs in Elburg. We spraken met geïnteresseerden op zoek naar zorg, voor zichzelf of bijvoorbeeld voor de ouders. Ook goed om daar onze collega zorgaanbieders te ontmoeten, zoals onder andere de Casemanagers dementie en Wijkverpleegkundigen. Samenwerken en krachten bundelen is voor onze géén loze kreet, maar van essentieel belang om de zorg in ons land te verbeteren.

