

Editie zomer 2020

Omring

Magazine



Vragen over zorg
en wonen?
Wij helpen graag!

Dag majesteit!

Koninklijk bezoek geeft moed

Wim & Mirjam

Samen genezen van corona

Ruanne's blije blik

Geniet van de kleine dingen!

We zijn er, altijd

Door corona stond ons normale leven ineens op z'n kop. Het is nog altijd een heftige tijd, maar ook een bijzondere tijd met een enorme saamhorigheid.

Dat er een Omring-gevoel is in de regio, dat wisten we. Als zorgorganisatie staan we midden in de samenleving. Maar de afgelopen maanden zijn we echt omringd door bewoners, familie, vrijwilligers, omwonenden en ondernemers. We hadden één gezamenlijk doel: we komen hier samen doorheen. We kregen bloemen, kaartjes, mondkapjes, tekeningen van kinderen. Artiesten kwamen onze cliënten opvrolijken met optredens. Aannemers regelden een praatkeet waar bewoners hun familie kunnen ontmoeten. Zelfs de koning kwam op bezoek. Dat gaf ons extra hoop en positieve energie.

Die verbondenheid was hartverwarmend, net als de inzet van onze collega's. Tijdens het bezoek van de koning vroeg hij aan één van onze zorgcollega's: "Wat betekent dit voor u privé?" Ze vertelde hem dat ze niet naar de supermarkt ging. Zo wilde ze de kans op besmetting zo klein mogelijk maken voor de bewoners op haar locatie. Door die vraag van de koning beseftte ik hoeveel onze collega's over hebben voor hun werk en de cliënten. Zelfs in hun privéleven.

Zelf ben ik de afgelopen tijd ook dag en nacht met Omring bezig geweest. Mijn kinderen zeiden af en

toe: "Mam, waar zit je uitknop? Nu ga je even met ons een serie kijken." Als bestuurder heb ik veel beslissingen moeten nemen, strikt volgens de landelijke regels. Soms deed ik dat met een huilend hart. Het tijdelijk sluiten van onze 27 woonzorglocaties is één van de moeilijkste beslissingen in mijn leven. Bewoners konden van de ene op de andere dag hun dierbaren niet meer zien. Dat gemis is enorm. Alle maatregelen hebben wel



"We komen hier samen doorheen"

gezorgd dat we er als Omring relatief goed doorheen zijn gekomen. Al is er ook groot verdriet om de mensen die we hebben verloren of die door het coronavirus ernstig ziek zijn geworden.

Gelukkig hebben we nooit een tekort gehad aan beschermende middelen. Onze collega's hebben altijd veilig hun werk kunnen doen. Niet alleen op onze locaties, maar ook in de thuiszorg. We zijn altijd blijven komen bij de mensen thuis. Bij sommige cliënten waren onze collega's de enigen die over de vloer kwamen. Dat deden ze met extra veel liefde, aandacht en een praatje. En was een huisbezoek niet mogelijk? Of wilde een cliënt liever geen bezoek? Dan bedachten we andere oplossingen, zoals u in dit magazine kunt lezen. We waren er, voor iedereen die ons nodig had. En dat blijven we doen. We zijn er voor u. Nu meer dan ooit.

Waar ik ook heel trots op ben is dat we direct zijn gestart met coronazorg. We hebben speciale corona thuiszorgteams en een covid-19 unit in het Dijklander Ziekenhuis in Hoorn. In dit magazine leest u het aangrijpende verhaal van een echtpaar dat op deze unit herstelde van corona. We zijn blij dat we hen in de moeilijkste tijd van hun leven konden bijstaan. En nu genieten ze samen weer van het leven op hun balkon. Op afstand genieten we mee!

*Jolanda Buwalda
Lid Raad van Bestuur*



16

Wonen en welzijn

Advies nodig?
Wij helpen u graag.



12

Op pad met Thea

Hoe ziet de dag eruit van
een wijkverpleegkundige?



8

Samen genezen van corona

In het ziekenhuis wilde
dit echtpaar maar één
ding: weer samen gezond
op hun balkon



15

Duim omhoog voor Margreet en Dick

De tuin bijhouden, maaltijden rondbrengen:
deze vrijwilligers doen het met liefde!

En verder

Koninklijk bezoek **4**
Een vertrouwd gezicht **7**
Handige hulpmiddelen **10**
Positieve energie! **11**
Ondersteuning & alarmering **16**
Ruanne's blij blik **17**

www.omring.nl • 088 - 206 79 99 • service@omringpas.nl

Colofon Omring Magazine is een uitgave van zorgorganisatie Omring **Contact Omring Magazine** Nieuwe Steen 36, 1625 HV Hoorn / service@omringpas.nl. Wilt u delen van de inhoud van het magazine overnemen? Vraag dan toestemming aan de redactie. De redactie is niet aansprakelijk voor druk- en zetfouten. **Tekst** Annemarie van der Eem **Eindredactie** Omring **Fotografie** José de Jong (tenzij anders vermeld) **Vormgeving** Laurenz van Gaalen



Foto's: ©Rotapool / Albert Nieboer

Dag majesteit!

Omring kreeg maar liefst twee keer koninklijk bezoek. En dat maakte indruk in Hoorn en Lutjebroek. "Heel mooi dat het koningspaar in deze tijden aan ons denkt."

Mevrouw De Boer (58), bewoner van Omringlocatie Lindendael, zat op 23 april heerlijk in het zonnetje in de tuin. "We hadden gehoord dat er hoog bezoek zou komen. Toen we buiten zaten, kwam ineens koning Willem-Alexander de binnentuin inlopen. Dat was een leuke verrassing. Ik ben koningsgezind en ik kijk altijd naar Prinsjesdag en soms naar *Blauw Bloed*. Heel apart om de koning nu in het echt te zien." Koning Willem-Alexander stak de bewoners op afstand een hart onder de riem. "Dit is een vervelende tijd, want we kunnen

geen kant op", vertelde mevrouw De Boer vlak na de koninklijke ontmoeting. "Ik kan niet naar familie, niet de stad in, niet naar de postzegelclub. Dan is dit bezoek een leuke opsteker."

Ook voor Cindy van Waalwijk van Doorn was het een bijzondere dag. De verzorgende IG van Lindendael mocht samen met enkele collega's in gesprek met de koning. "Hij vroeg hoe het gaat met onze bewoners, vooral omdat familie in die periode niet op bezoek kon komen. Ik heb hem verteld van een actie die ik had

“Dit maak je maar één keer in je leven mee”

Links: In de binnentuin van Lindendael (Hoorn) neemt koning Willem-Alexander alle tijd voor de bewoners. Zo zorgt hij voor een dag met een gouden randje.

bedacht. Op een groot buitenscherm laten we berichten van familie zien, wat de bewoners geweldig vinden. De koning vond het een mooi initiatief. Hij vroeg verder naar mijn thuissituatie. Ik vertelde hem dat ik me heel bewust ben van de verantwoordelijkheid die wij als zorgmedewerkers hebben om het virus niet mee te nemen naar de locatie. Mijn kinderen spelen maar met één of twee vaste vriendjes. En ik ga niet bij familie in de tuin zitten, ook al is het op anderhalve meter. Hij zei: ‘Dus als je vrij bent, ben je nog met je werk bezig.’ Ik voelde me echt gehoord door de koning. Hij was oprecht geïnteresseerd in ons verhaal.’ En na het bezoek van de koning? Cindy lacht. “Toen gingen we direct weer over tot de orde van de dag. Het was namelijk tijd om te lunchen voor de bewoners.” Het gespreksonderwerp aan tafel? Dat laat zich raden...

Op tv met de koningin

Ook bij Nicolaas, de Omringlocatie in Lutjebroek, was er een koninklijke verrassing. Op 30 maart belde koningin Máxima ‘live’ in vanuit Paleis Huis ten Bosch. Via een videogesprek wilde ze weten hoe het gaat met bewoners en medewerkers. “Heel speciaal om te beeldbellen met de koningin”, aldus locatiemanager Petra Oudt. “Geweldig dat ons koningspaar in deze tijden zulke bezoeken aflegt, al dan niet digitaal. De koningin was

oprecht belangstellend en meelevend. Aan het eind van het gesprek zei ze: ‘Houd vol, jullie doen geweldig werk.’ Dit is echt een opsteker voor ons allemaal. Voor ons als medewerkers, maar zeker ook voor bewoners en familie van alle woonzorglocaties in Nederland.”

Ook mevrouw Vrieler-de Vries (85) sprak met koningin Máxima. “Dag majesteit”, glunderde ze, zodra het gezicht van de koningin op de tablet verscheen. Mevrouw Vrieler vertelde onder andere hoe ze contact houdt met haar familie via beeldbellen. “Ik wist niet dat het bestond, maar ik zou het niet meer willen missen”, zo vertelde ze de koningin. “Het was een kort gesprek, maar heel prettig”, blikt mevrouw Vrieler terug. “Niets geen poeha, koningin Máxima is gewoon een leuke dame.” Het bezoek werd onder andere belicht in *Blauw Bloed* en *RTL Boulevard*. “De burens zeiden tegen mijn dochters: ‘Zet snel de tv aan, je moeder is op de televisie met de koningin!’ Dit maak je maar één keer in je leven mee.” •



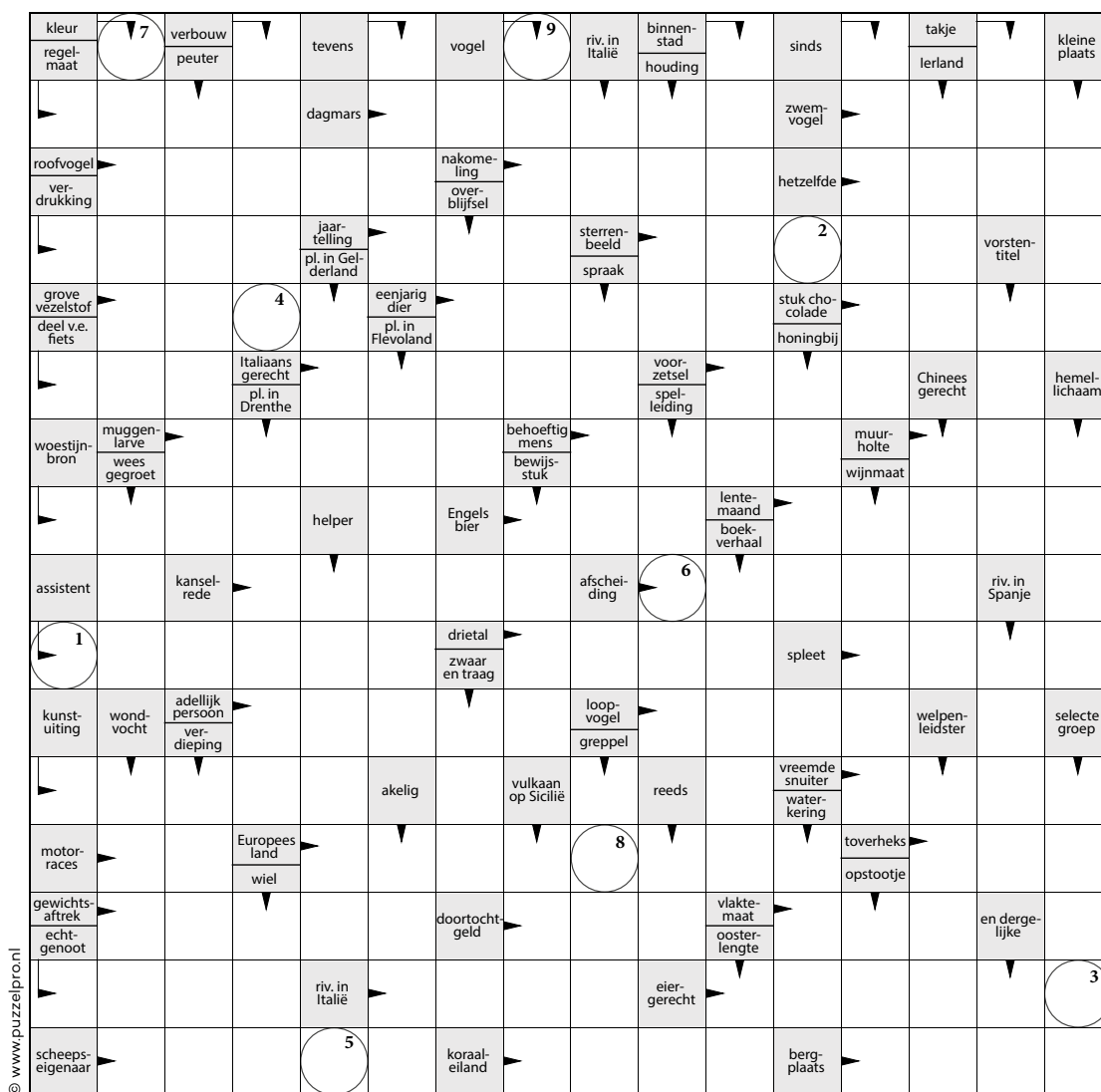
Boven: De koning neemt een kijkje in de Praatkeet bij Lindendael, waar bewoners en familie elkaar veilig kunnen ontmoeten. Daarna gaat hij in gesprek met meerdere Omringers om te horen hoe we – ook in tijden van corona – de beste mogelijke zorg bieden.

Onder: Beeldbellen met koningin Máxima? Dat maak je niet elke dag mee! Maar Petra Oudt, locatiemanager van Nicolaas, wel. Op de achtergrond wacht mevrouw Vrieler vol spanning op haar beurt om de koningin te zien en te spreken.



Deze keer
drie puzzels
in het Omring
Magazine!

Woordzoeker



© www.puzzelpr.nl

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Wat kunt u winnen?

Eerste prijs: Cadeaubon Omringwinkel t.w.v. € 50,-

Tweede prijs: VVV Waardebon t.w.v. € 25,-

Derde prijs: Omringdopper t.w.v. € 12,50

Insturen

Stuur de oplossing **vóór 15 augustus 2020** op naar:

Omring Magazine - Voorpuzzelen

Postbus 142, 1620 AC Hoorn

of ga naar de website om uw oplossing in te sturen:

www.omring.nl/voorpuzzelen

Winnaars editie Voorjaar 2020

- Eerste prijs: Karsten Travelstore t.w.v. € 50,-. Gewonnen door: H. Droog uit Enkhuizen
- Tweede prijs: Cadeaubon DEEN t.w.v. € 30,-. Gewonnen door: A. v.d. Werf uit Breezand
- Derde prijs: Omringdopper t.w.v. € 12,50. Gewonnen door: A. Huisman uit Den Helder

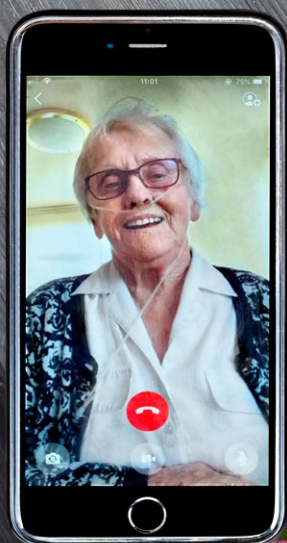
Een vertrouwd gezicht

De zorgprofessionals van Omring komen dagelijks bij cliënten aan huis. Voor zorg, advies, ondersteuning en meer. Maar wat doe je als je bij sommige cliënten ineens niet meer op huisbezoek kunt? Collega Sandra van Soesbergen loste het creatief op. “Als gespecialiseerd longverpleegkundige werk ik met een zeer kwetsbare doelgroep. Uit angst voor corona wilden de meeste cliënten liever geen mensen over de vloer. Heel begrijpelijk, maar ik dacht: hoe gaan we dat oplossen? Omring heeft iPads voor beeldbellen, maar dat zou minimaal een week duren. Ik vond het belangrijk om cliënten al eerder te zien. Daarom heb ik hun gevraagd: heeft u zelf een mobiele telefoon of iPad, of uw familie? Al snel was het geregeld en kon ik beeldbellen met de cliënten.”

Beeld geeft veel extra informatie, vertelt Sandra. “In mijn vak is het heel belangrijk om te zien hoe de cliënt ademt, wat de gelaatskleur is. Ook kan ik via beeldbellen advies en instructie geven en ademhalingsoefeningen aanreiken. Longpatiënten weten hoe het is om benauwd te zijn. Hierdoor – en door hun kwetsbaarheid – zijn ze best angstig om het coronavirus te krijgen. Die emotie kan zorgen dat ze extra benauwd worden. Met één heel angstige cliënte heb ik in de beginperiode van corona veel gebeeldbeld. Door de adviezen en ademhalingsoefeningen namen de benauwdheidsaanvallen af. Zo hebben we kunnen voorkomen dat ze naar de spoedeisende hulp moest. Daar heeft beeldbellen echt aan bijgedragen.”

De cliënten zijn blij met deze manier van contact. “Als ze een vertrouwd gezicht zien, wordt de angst minder. Met een kwartier beeldbellen kun je vaak al veel bereiken. Ook mantelzorgers vinden het fijn dat een zorgprofessional meekijkt. Via beeldbellen kunnen we – ook in deze tijd – goede zorg bieden, op een persoonlijke manier.” •

Sandra is tijdens het thuiswerken aan het beeldbellen met mevrouw Hermans.



In contact

Behoeft u hulp thuis?
Kijk op www.omring.nl of bel met onze collega's
van de Klantenservice via 088 - 206 89 10.

Van het randje tot het balkon

Daar lagen Mirjam Korfage en Wim Schrijver dan, naast elkaar in het ziekenhuis. Allebei geveld door corona. Maar gelukkig kwam het echtpaar uit Hoorn er samen weer bovenop. Al had het niet veel gescheeld. “Het was een heftig maandje.”



Het begon eind maart, met een hartinfarct bij Wim Schrijver (74). “Qua behandeling en herstel ging het goed. Alleen hebben mijn vrouw en ik daarna corona opgelopen”, vertelt Wim.

“We hadden last van alle symptomen die je in de krant leest; hoesten, een ziek gevoel en hoge koorts”, vult zijn echtgenote Mirjam Korfage (70) aan. “Mijn man was een stuk zwakker door zijn hartinfarct. Daardoor ging hij in recordtempo achteruit. Op 14 april belandde hij weer in het Dijklander Ziekenhuis in Hoorn. Hij was er heel slecht aan toe. Hij heeft een paar dagen op het randje gelegen.” Zelf kan Wim zich hier weinig van herinneren. “Ik was te ziek en heel benauwd. Later heb ik gehoord dat ik een goed gesprek heb gehad met de geestelijk verzorger van het ziekenhuis. Maar daar weet ik niets meer van.”

Mirjam ziet alles nog haarscherp voor zich. “Daar stond ik, naast het bed van mijn doodzieke man. Met handschoenen, een bril, een schort en een mondkapje. Heel heftig, om zo afscheid te nemen. Al was ik blij dat ik bij hem mocht, samen met onze drie kinderen. In de krant heb ik ook verhalen gelezen van mensen die zijn overleden zonder dat hun familie erbij was.”

Mooiste plekje

De artsen en zijn familie vreesden het ergste. “Maar ergens ben ik een andere weg ingeslagen. Ik knapte weer op”, vertelt Wim.

Mirjam: “Al die tijd in het ziekenhuis had Wim één punt waar hij naartoe werkte. Hij wilde weer

Mirjam:
“Heel heftig, om zo afscheid te nemen”



Wim: “Het personeel van Omring is fantastisch”

naar huis, op ons balkon zitten. Als de zon schijnt, is dat het mooiste plekje van de hele wereld.” Met dat balkon in gedachten krabbelde Wim weer op, terwijl het met Mirjam steeds slechter ging. “Ik was al tien dagen ziek thuis. In mijn eentje, om niemand te besmetten. Alleen de huisarts kwam af en toe langs om me te controleren. Ik bleek zo verzwakt dat ik ook naar het ziekenhuis moest. Daar kreeg ik zuurstof en antibiotica. Na een paar dagen was ik weer redelijk aanspreekbaar.”

Het echtpaar lag op een tweepersoonskamer. “Ik ben heel blij dat ze er was”, aldus Wim. “Ik denk dat ik daardoor sneller ben opgeknapt.”

“Tja”, lacht Mirjam. “Je moet er wat voor over hebben om je man bij te staan.” De kinderen en kleinkinderen leefden al die tijd enorm mee. Op afstand, door middel van beeldbellen en veel kaartjes. Wim: “En regelmatig stond het hele spul naar ons te zwaaien, zelfs vanaf het dak van de parkeergarage.”

Hart en ziel

Gesteund door hun familie knapten Wim en Mirjam stap voor stap op. Binnen het ziekenhuis verhuisden ze naar de herstelafdeling van

Omring. Deze afdeling is eind maart omgebouwd tot tijdelijke covid-19 unit. Hier kunnen coronapatiënten aansterken voor ze weer naar huis gaan. “Het personeel van Omring is fantastisch”, vindt Wim. “Ze namen echt de tijd voor ons en waren heel attent.”

“Sommige mensen doen hun werk omdat ze ervoor betaald krijgen. De medewerkers van deze afdeling doen hun werk met hart en ziel”, vindt Mirjam. “Ze steken zoveel liefde en energie in hun patiënten. Ze hadden veel aandacht voor ons en boden een luisterend oor. Dat was heel fijn, want we zaten in een rollercoaster. Die periode was heel emotioneel. Op deze afdeling konden we echt tot rust komen. De diëtiste van Omring was ook geweldig. Ze gaf advies over voeding en hoe we konden omgaan met ons gewichtsverlies. We hebben veel van haar geleerd.”

Samen naar huis

Tien dagen verbleef het stel op de covid-19 unit van Omring. “Ik kon al eerder naar huis, omdat mijn lichamelijke conditie beter was”, blikt Mirjam terug. “Maar gelukkig mocht ik iets langer blijven, zodat we samen naar huis konden.”

“Dat gaf ons allebei heel veel rust”, knikt Wim, die op 5 mei samen met zijn vrouw thuiskwam. “Alle vlaggen hingen die dag uit. Sindsdien gaat het elke dag een stukje beter.”

De coronatijd was heftig, maar Mirjam ziet ook een positieve kant. “We zijn 48 jaar getrouwd en soms zijn dingen na al die jaren vanzelfsprekend. Sinds we dit hebben meegemaakt, beseffen we hoe dierbaar en belangrijk we voor elkaar zijn. En hoe bijzonder het is dat we elkaar hebben.” Want het had niet veel gescheeld. Twee weken eerder lag Wim nog op het randje. En op 5 mei zat hij weer heerlijk op zijn eigen balkon, in de zon.

Het mooiste plekje van de hele wereld. •

Thuiszorg

Prettig en veilig in uw eigen huis

Bent u ziek geweest, zoals het echtpaar op deze pagina's? Dan bent u wellicht op zoek naar tijdelijke ondersteuning aan huis, tot u weer volledig bent hersteld. Of wilt u permanente zorg of extra ondersteuning, om prettig en veilig in uw eigen huis te kunnen blijven wonen? Omring is er voor u. Of voor uw partner, zus of vader. Nu meer dan ooit. In een vrijblijvend gesprek kunt u met onze wijkverpleegkundige de mogelijkheden bespreken.

Goed om te weten:

- Geheel vrijblijvend gesprek bij u thuis of via beeldbellen
- Omring biedt u alle benodigde zorg voor thuis
- Direct via Omring te regelen (geen verwijzing nodig)
- Vergoed vanuit uw zorgverzekering



Kunnen wij u helpen?

We horen het graag en staan voor u klaar. Neem contact op met onze collega's via 088 - 206 89 10 of service@omring.nl. Meer informatie kunt u ook vinden op www.omring.nl.

Handige hulpmiddelen

Bent u aanvullend Beter of Best verzekerd bij Univé? Dan wordt de aanschaf van de hulpmiddelen op deze pagina vergoed. Dat geldt ook voor andere producten in onze winkel die u helpen bij alledaagse verrichtingen. Bekijk alle producten op www.omringwinkel.nl.

VERGOED
DOOR UNIVÉ



Novo Cup Drinkbeker

Met deze beker kunt u liggend drinken zonder morsen.

Vanaf
€ 5,- zonder Omringpas
€ 4,50 met Omringpas



Steunkous aantrekhelp Sim slide

Gemakkelijk uw steunkousen aan- en uittrekken.

Vanaf
€ 25,- zonder Omringpas
€ 22,50 met Omringpas



Pot- en flesopeners Good Grips



Voor het gemakkelijk openen van potten en flessen.

Vanaf
€ 5,- zonder Omringpas
€ 4,50 met Omringpas



Toiletverhoger

Heeft u moeite met opstaan van het toilet? De toiletverhoger biedt uitkomst!

Vanaf
€ 25,- zonder Omringpas
€ 22,50 met Omringpas



Korting met uw Omringpas

Meer informatie of bestellen?
Kom gerust langs in één van onze Omringwinkels of kijk op www.omringwinkel.nl

Kijk voor de actuele openingstijden op
www.omringwinkel.nl

Bovenkarspel • Middenweg 6a • tel. 0229 - 28 50 40
Den Helder • Baljuwstraat 7 • tel. 0223 - 65 01 25
Hoorn • Nieuwe Steen 36 • tel. 0229 - 20 68 85
Schagen • Zuiderweg 21 • tel. 0224 - 21 61 34
Texel (Den Burg) • Schoonoordsingel 44 • tel. 0222 - 31 48 87

Wat geeft u positieve energie?

Zwaaien naar de buren

“In deze tijd krijg ik vooral positieve energie van contact met anderen”, vertelt **Jos Glas** (72). “Van kaarten sturen, iemand bellen of beeldbellen, zwaaien naar de buren en een vriendelijk woordje met mensen. Ook doe ik boodschappen voor mijn moeder van 96 jaar. Als ik de boodschappen breng, kunnen we elkaar even zien en spreken. En natuurlijk bel ik haar elke dag.”



De maaltijdbezorger

“Bijna elke dag bezorg ik maaltijden bij ouderen in Den Helder”, zegt **Gerard Alders** (72). “Uiteraard op gepaste afstand en met de nodige voorzorgsmaatregelen. De mensen zijn altijd blij als ik langskom. En ik ben blij dat ik dit mag doen. Het geeft mij positieve energie. Helemaal in deze moeilijke tijd.”

Zomerplantjes

“Ik wandel graag in de vroege ochtend of tijdens etenstijd, dan is het heerlijk rustig”, aldus **Riet Groot** (79). “Waar ik ook positieve energie van krijg: mijn achtertuin vol zetten met kleine zomerplantjes. Het geeft voldoening als je die kleine plantjes door jouw zorgen ziet groeien.”



Op de motor

“Sinds juli vorig jaar ben ik herstellende van een zwaar motorongeval”, zegt **Rina van Dijk** (54). “Door de corona kwam mijn revalidatie stil te staan, maar zo zit mijn karakter niet in elkaar. Ik ben de dingen gaan doen die ik wél kan, zoals lopen en fietsen. En jawel, vorige week stapte ik weer op mijn motor. Zodra ik gas gaf en de N9 opreed, voelde ik meteen de vrijheid. Ik ben er weer! Ook met dank aan de Omring-medewerkers.”

Op pad met Thea

*Hoe ziet de dag eruit van een verpleegkundige in de wijk?
Thea de Jong-de Wit (47) van het corona thuiszorgteam in
West-Friesland hield een dagboek bij.*

5.45 uur De wekker gaat. Meestal snooze ik nog twee keer, maar ik wil mijn man niet wakker maken. Het is zondag, hij is vandaag vrij. Ik stap uit bed en ga douchen.

6.50 uur Op ons kantoor in Grootebroek lees ik de informatie van de eerste cliënt. Met het corona thuiszorgteam verlenen we zorg aan mensen met een coronabesmetting of de verdenking van een besmetting. De andere thuiszorgteams komen daardoor niet in contact met coronapatiënten. Dit geeft een veilig gevoel voor de teams en de cliënten.

7.30 uur Ik kom aan in Lutjebroek bij de eerste cliënt, die positief is getest op corona. Voor de deur begint het ritueel van het aantrekken van de beschermende kleding. Daarbij volg ik strikt het protocol op. Ik maak kennis met meneer en vraag wat ik vandaag voor hem kan doen. Als ik wegga ligt hij in een schoon bed, in een schone pyjama. Hij heeft zijn medicijnen gehad, op zijn kastje staat brood, thee en melk en het aanrecht is opgeruimd.

8.20 uur Als ik klaar ben begint het ritueel van het uittrekken van de beschermende kleding, volgens protocol. Ik stop alles in een vuilniszak, die ik goed afsluit. Ook ontsmet ik mijn handen en spullen. Omkleden doe

ik zo'n vier tot acht keer per dienst. Dat is best zwaar. Ook de huid van mijn gezicht vindt het niet fijn om steeds bedekt te zijn. Maar dat nemen we voor lief.

9.00 uur In Hoorn bezoek ik een cliënt die wordt verdacht van corona. Voor het huis lees ik in de auto de overdracht van mijn collega. In de gang trek ik mijn beschermende kleding aan, waarna ik kennismaak met meneer. Ik observeer en meet onder andere zijn temperatuur en zuurstofgehalte in het bloed. Daarna ondersteun ik hem met zijn medicatie. Ook maak ik een lekker ontbijtje klaar.

9.45 uur In de auto rapporteer ik alles van de eerste twee cliënten. Dan lees ik de informatie over de volgende twee cliënten. Intussen eet ik mijn fruit en drink ik wat water.

10.00 uur In de binnenstad van Hoorn bezoek ik een cliënt van 82. Doordat hij corona heeft, kan hij nu niet voor zijn vrouw zorgen. Ze is daarom elders opgenomen. De kans is groot dat ze niet meer terugkomt. Dat is heel ingrijpend voor het echtpaar. Ik praat met meneer en bied hem een luisterend oor. Dit is één van de belangrijkste dingen die je voor iemand kan betekenen. Bij veel cliënten zijn wij de enige die over de vloer komt. Mensen zijn soms



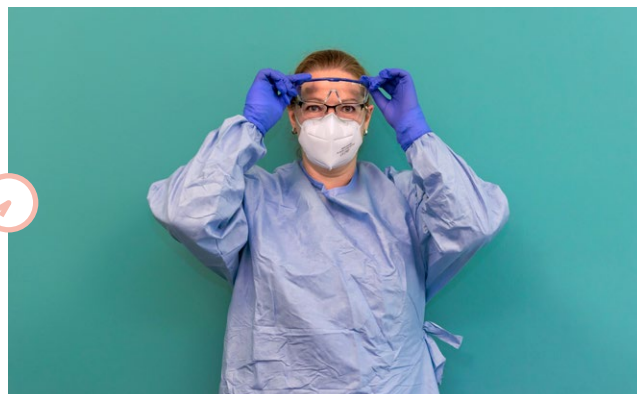
Voor het werk krijgen konijn Ukkie en kat Nozem eten, drinken en een aai.



Met een bakje yoghurt erbij bekijkt Thea haar route voor vandaag.



De achterbak ligt vol desinfecterend en beschermend materiaal.



In beschermende kleding is Thea klaar voor de eerste cliënt.

eenzaam of verdrietig, daarom nemen we de tijd voor een praatje en extra aandacht.

11.00 uur Ik kom aan bij mijn vierde cliënt in Kersenboogerd. Mevrouw kan alles zelf, maar is snel vermoeid en wat angstig. We hebben een schema gemaakt, zodat ze zich binnenkort zelf weer kan redden.

12.00 uur Op naar mijn vijfde cliënt van de dag! Onderweg naar Opperdoes eet ik in de auto een broodje.

14.00 uur Na de cliënt in Opperdoes ben ik voor de tweede keer vandaag bij de cliënt in Hoorn. Hij voelt zich iets beter dan vanmorgen. Ik begeleid hem met de medicatie en de lunch. In de auto krijg ik wat telefoontjes van collega's. Ook word ik gebeld door de zoon van de cliënt in Lutjebroek. Hij maakt zich zorgen om zijn vader. Ik beloof hem dat ik nog even bij zijn vader ga kijken.

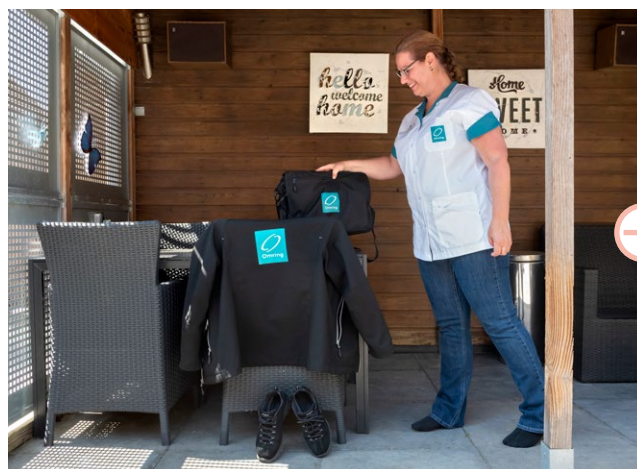
14.45 uur Ik kom aan bij de cliënt in Lutjebroek, die verbaasd is dat ik er weer ben. Ik vertel hem over het bezorgde telefoontje van zijn zoon. Hij moet lachen en zegt: "Nu je er toch bent: ik lust wel een blikje cola en een koekje." Terwijl ik nog wat opruim, hoor ik hem aan de telefoon met zijn zoon. Hij zegt: "Nu komt dat meisje helemaal voor niks, want met mij is alles goed."

15.30 uur Bij ons kantoor in Grootebroek vul ik alle voorraad in de auto weer aan. Ik rapporteer de laatste dingen van de cliënten en beeldbel met mijn collega van de avonddienst. Ik wens haar een goede dienst.

16.45 uur Thuis! Ik stop mijn kleren in de wasmachine en neem een douche. Als ik schoon en fris beneden kom, ruik ik koffie en krijg ik een knuffel van mijn man. Hij is blij dat ik weer thuis ben. •



Vaste prik aan het eind van haar dienst: de auto schoonmaken.



Weer thuis! In de tuin doet Thea haar jas en schoenen uit. Tijd om te ontspannen!

Woordzoeker

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

© www.puzzelpro.nl

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

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

Onderstaande woorden zitten in alle richtingen in de puzzel verborgen. Zoek ze op en streep ze weg. De overblijvende letters vormen de oplossing.

ABATTOIR	KLUIT
ABDIS	KOPJE
ADRESSEREN	KRUISER
AGRARIER	LEKKAGE
ALIAS	MAARN
BAJES	MEIKERS
BALTSEN	NADER
BEKOSTIGEN	NATIE
BRIEFKAART	NAWEE
DETAIL	ORGEL
DOSIS	PARIA
DRAMA	PLANT
DROOGKAP	POTIG
DUNBEVOLKT	POVER
DWERG	REEKS
ENGTE	RESIDU
ERNST	REYKJAVIK
ESCAPADE	ROMEIN
EUROPAS	RUURLO
GEHAAID	SAFARIPARK
GELUIDSARM	SIKJE
GENEGEN	STAKER
GEWOND	TABAK
GINDS	TUNIEK
GROND	VERWAAND
HAARMIDDEL	VLEES
HAAST	WAAGHALS
HANDS	WAKKER
IRONISCH	WODKA
KADET	
KASTEKORT	

Wat kunt u winnen?

Eerste prijs: Cadeaubon Omringwinkel t.w.v. € 50,-

Tweede prijs: VVV Waardebon t.w.v. € 25,-

Derde prijs: Omringdopper t.w.v. € 12,50

Insturen

Stuur de oplossing **vóór 15 augustus 2020** op naar:

Omring Magazine - Voorpuzzelen

Postbus 142, 1620 AC Hoorn

of ga naar de website om uw oplossing in te sturen:

www.omring.nl/voorpuzzelen

Duim omhoog voor Margreet en Dick

Ramen lappen. De tuin onderhouden. Maaltijden rondbrengen. Het echtpaar Klaij, vrijwilligers bij Omringlocatie De Berkenhof, is van alle markten thuis. Helemaal in deze tijd.



Ze wonen in Berkhout pal tegenover De Berkenhof, waar Margreet Klaij (63) zestien jaar werkte. “Op mijn zestigste ben ik gestopt met werken. Daarna ben ik gebleven als vrijwilliger. Ik help in het restaurant, doe de bingo, lees soms de krant voor, doe boodschappen en neem bewoners mee als er in het dorp toneel of muziek is. Ieder vrij uur ben ik in De Berkenhof te vinden.”

Ook haar man Dick (67) is sinds zijn pensioen vrijwilliger. “Da’s mooi”, lacht Margreet. “Dan kan ik zelf nog wat vaker naar De Berkenhof.” Dick doet normaal gesproken allerlei klusjes in het huis. “Maar toen corona kwam, konden we als vrijwilligers niet meer naar binnen”, vertelt hij.

“Vreselijk!”, vindt zijn vrouw. “Ik ken de bewoners al jaren, ik mis ze

echt. Maar gelukkig kan ik op andere manieren helpen.” Op afstand, maar met net zoveel liefde.

Zakje cashewnoten

Sinds half maart brengt Margreet dagelijks een koffertje eten naar een dorpsgenote. Vanwege de coronamaatregelen kan zij tijdelijk

“De mensen zijn dankbaar, en ik doe het graag”

niet in het restaurant van De Berkenhof eten. “Ik maak dan meteen een praatje, dan is haar dag weer goed. Daarna ga ik langs de andere woningen om door het raam heen een praatje te maken

en de mensen smakelijk eten te wensen. Ik heb ook wat ramen bij de aanleunwoningen gelapt en boodschappen gedaan. En bij een meneer heb ik een zakje cashewnoten in de bus gedaan. Daar is hij dol op. Morgen ga ik bij een mevrouw aan de overkant haar tuin verzorgen. Dan kijkt zij van achter het raam of ik het goed doe.”

Bloeiende planten

Ook Dick is regelmatig in de tuin te vinden. “De Berkenhof heeft een prachtige belevingstuin met paden en afwisselend bloeiende planten. Met een groepje vrijwilligers houden we de tuin bij. Ook zijn we bezig de vijver op te knappen. De bewoners beleven veel plezier aan al het groen. Als ik aan het werk ben, zie ik vaak een bewoner zwaaien vanaf het balkon. Of iemand steekt een duim op.” Ook Margreet krijgt veel dankjes. “De mensen zijn heel dankbaar. En ik doe het graag.” •

In actie!

Wilt u iets betekenen voor de ouderen in uw omgeving?
Bekijk www.omring.nl/vrijwilligers voor meer informatie.

Onafhankelijke cliëntondersteuning

We zijn er voor u, juist in deze tijd!

Heeft u hulp of ondersteuning nodig bij zorgtaken, opvoeding, onderwijs, welzijn, wonen, werk of inkomen? De onafhankelijke cliëntondersteuner kijkt naar uw persoonlijke situatie en denkt met u mee.

Iedereen kan gebruikmaken van deze dienst van Omring. Woont u in één van de zeven West-Friese gemeenten? Dan is de ondersteuning zelfs gratis voor u, aangezien deze wordt betaald via de Wet maatschappelijke ondersteuning (Wmo).

Informatie,
advies en hulp
088 - 206 82 06



Heeft u behoefte aan hulp of ondersteuning?

Vraag naar onze zorgconsulent. Dit kan via 088 - 206 82 06 of zorgconsulent@omring.nl. Wij plannen dan samen met u een gesprek in. Dit kan ook via beeldbellen.

Personenalarmering

Thuis dankzij die ene knop

“Personenalarmering, dat heb ik toch niet nodig?”, wordt vaak gedacht. Maar mevrouw Beintema is erg blij met haar alarmknop. “Anders zou ik niet meer thuis kunnen wonen.”

Op 76-jarige leeftijd kreeg mevrouw Beintema een beroerte. Haar rechterkant raakte verlamd en een intensief revalidatietraject volgde.

Eenmaal thuis ging het goed, maar ze was nog wel wat instabiel. “Mijn kinderen wonen verder weg. Als ik val, zijn zij niet in de buurt om mij te helpen. Daarom stelden ze voor dat ik personenalarmering zou nemen.”

De personenalarmering van Omring is een zender met een knop, die u om de hals of als armband kunt dragen. Zodra u op de knop drukt, maakt de zender verbinding met de alarmcentrale. Deze helpt u verder of zorgt ervoor dat iemand u komt helpen. Bijvoorbeeld een familielid of bekende.

U kunt, net als mevrouw Beintema, ook kiezen voor Omring Opvolging. In dat geval is er 24 uur per dag, 7 dagen per week een professionele hulpverlener beschikbaar. “In één jaar heb ik drie keer op de alarmknop gedrukt. Telkens stond er meteen iemand klaar. Dat vond ik zó fijn! Personenalarmering neemt bij mij veel zorg en onrust weg. Bij mijn kinderen trouwens ook. En waarom zou je het niet doen? Dat zendertje ziet niemand en je voelt niet dat je het draagt.”



Veilig thuis

Wilt u meer weten over personenalarmering? Neem contact op met onze klantenservice via 088 - 206 89 10 of service@omring.nl.

Genieten van de kleine dingen

Ruanne Jong (36) heeft MS. Eens per week gaat ze naar de fysiotherapeut bij Omringlocatie Nicolaas. “Daar krijg ik ondersteuning om zoveel mogelijk uit het leven te halen.”

Tien jaar geleden had Ruanne ineens een tintelend gevoel in haar voet. “Ik dacht: ik heb vast verkeerde schoenen aan. Van die goedkope, die ik toen als student kocht.” Maar de tintelingen werden erger en breidden zich uit. “Van mijn tenen tot mijn stuitje. Ik ging ook scheel kijken. Uiteindelijk bleek ik MS te hebben. Ik kan alleen heel kleine stukjes lopen, maar dat is enorm belastend. Daarom zit ik nu in een rolstoel. Als je hoofd het doet en je kunt genieten, dan is het leven in een rolstoel goed te doen.” Waar Ruanne vooral van geniet? “Zoals het liedje dat mijn moeder zong: het zijn de kleine dingen die het doen. Mijn hondje, mijn vrouw, lekker genieten in de natuur of in de tuin.”

Kleine tips

Om beter van het leven te kunnen genieten, zocht Ruanne ondersteuning. “Ik was op zoek naar een gespecialiseerde fysiotherapeut voor zenuwaandoeningen. Iemand raadde Nicolaas in Lutjebroek aan. Eerst dacht ik: Nicolaas, dat is toch voor oudjes? Mijn opa heeft hier nog gewoond. Ik wist niet dat je er ook terecht kunt voor fysiotherapie. Oók als je jonger bent en bijvoorbeeld een chronische ziekte of lichamelijke beperking hebt. Tijdens de behandeling merk ik echt dat ze veel weten over de behandeling van MS. De fysio's weten hoe het ziekteverloop is en wat het voor mij betekent. Als ik loop, moet ik veel nadenken en heel bewust de ene voet voor de andere zetten. Daarbij kan ik niet te veel prikkels aan. Daarom mag ik komen als er niemand in de oefenruimte is. Dat begrip is heel fijn. Ik



krijg ook vaak kleine tips. Toen ik pijn in mijn knie had, zei de fysio: doe 's nachts een kussen tussen je benen. De pijn was meteen over.”

Fijn leven

Nicolaas heeft niet alleen de kennis en speciale behandeling die Ruanne zoekt. “Ze hebben ook veel aangepaste middelen. Bijvoorbeeld een fiets die je aan de voorkant kunt beklimmen. Of de C-Mill, dat is een hightech loopband.

Een fantastisch apparaat! Als ik daar tien minuten per week op train, merk ik al verbetering in mijn lopen. De fysiotherapie bij Nicolaas

helpt mij beter bewegen, dat maakt het leven makkelijker. Het is fijn om zelf een vaas te kunnen pakken voor een mooie bos bloemen. Of om een boor te kunnen pakken en wielen onder de wasmand te maken, zodat ik zelf de was kan doen. Zo draagt Omring voor mij bij aan een fijn en zo zelfstandig mogelijk leven.” •

Wist u dat...

De fysiotherapeuten van Omring ook veel jonge mensen begeleiden? Bijvoorbeeld cliënten met MS, reuma en andere chronische ziekten. Een verwijzing is niet nodig! Meer weten? Neem contact op via behandelcentrum@omring.nl of bel 088 - 206 80 90.

Gezond eten met gemak

Om langer fit te blijven is gezonde en gevarieerde voeding enorm belangrijk. Maar misschien heeft u niet elke avond de tijd om een verse maaltijd te bereiden. Of wellicht gaat koken u niet meer zo makkelijk af. Dan is het soms lastig om elke dag weer een gezonde maaltijd te maken. Graag helpen we u en geven we u twee mogelijkheden om gezond en heerlijk eten makkelijker te maken, eet smakelijk.

1. Verse maaltijden van DEEN

DEEN Supermarkten biedt u verschillende verse maaltijden. Probeer dit eens, met de bijgesloten coupon krijgt u 25% korting op één van de verse maaltijden van DEEN.



Verse maaltijden uit eigen keuken

Smaakt als zelfgemaakt

Voordelig

Vers bereid

Snel op te warmen

Zonder kunstmatige smaakversterkers

DEEN kookt in haar eigen keuken net zo gezond als u het zelf zou doen. Onze maaltijden zijn lekker, makkelijk en vers bereid!

Dat is lekker thuiskomen.



*Deze actie is geldig van 6 juli t/m 17 augustus 2020 op één verse maaltijd van DEEN.

2. Omring Maaltijdbezorging

Wanneer u zelf niet meer makkelijk naar de supermarkt kunt gaan of het koken u niet meer zo goed af gaat, kunt u gebruik maken van de Omring Maaltijdbezorging. Deze maaltijden worden bij uw thuis bezorgd door Food Connect.

Hoe werkt maaltijdbezorging?

De koks van Food Connect koken vers én gevarieerd. Elke zes weken wisselt het aanbod van de gerechten. Zo eet u steeds de groenten van het seizoen en heeft u veel keuze. Vindt u het handig om de thuisbezorgde maaltijd wat langer te kunnen bewaren? Dan zijn de vriesverse maaltijden iets voor u.

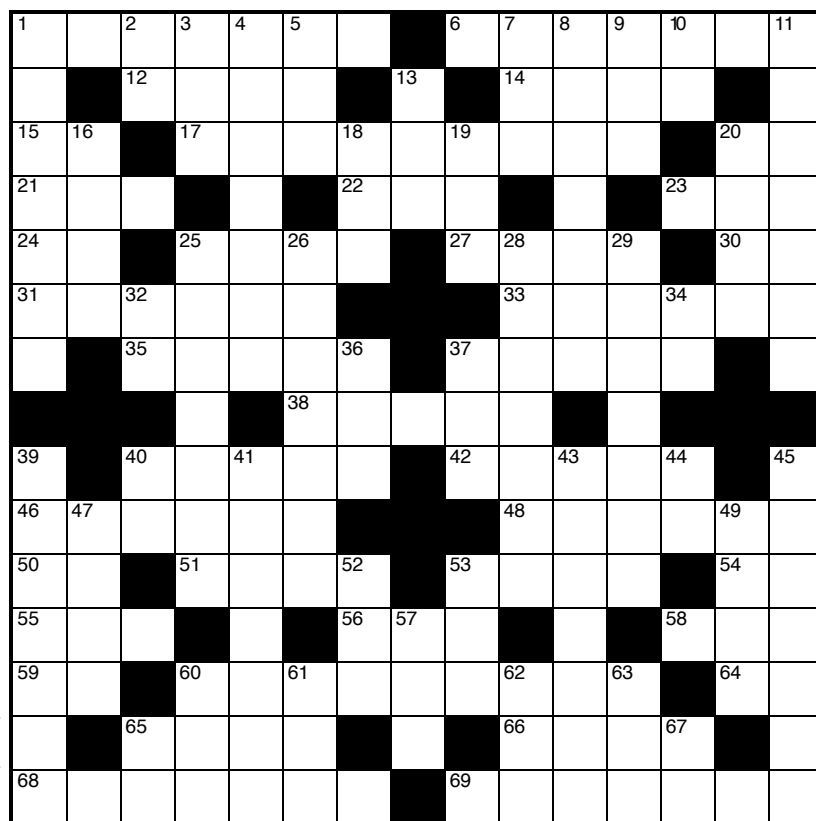
Voordeel met uw Omringpas

U heeft al een heerlijke thuisbezorgde maaltijd vanaf € 5,29. Wilt u het een keer proberen? Bestel eenvoudig een proefpakket. U betaalt dan slechts € 15,- voor 3 maaltijden of € 20,- voor 5 maaltijden. Met uw Omringpas betaalt u voor het bezorgen van uw maaltijden geen bezorgkosten. Meer weten?

→ www.omring.uwmaaltijd.nl/proefpakket



Kruiswoordpuzzel



© www.puzzelpro.nl

68	6	37	66	31	45	25	58	4	48	23	47
----	---	----	----	----	----	----	----	---	----	----	----

Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met hetzelfde nummer.

Wat kunt u winnen?

Eerste prijs: Cadeaubon Omringwinkel t.w.v. € 50,-

Tweede prijs: VVV Waardebon t.w.v. € 25,-

Derde prijs: Omringdopper t.w.v. € 12,50

Insturen

Stuur de oplossing **vóór 15 augustus 2020** op naar:
Omring Magazine - Voorpuzzelen
Postbus 142, 1620 AC Hoorn
of ga naar de website om uw oplossing in te sturen:
www.omring.nl/voorpuzzelen

Horizontaal: **1** moskeetoren
6 deel v.e. geweer **12** eruitzien
14 plaats in Noord-Holland
15 stoomschip **17** middel tegen bevriezing **20** reeds
21 insect **22** milieuvriendelijk (voorvoegsel) **23** grote papegaai **24** gereed **25** schop
27 koningin-regentes
30 meterton **31** imiteren
33 pijnlijk ongemak **35** soepel leer **37** soort appel **38** wild rund
40 kolossaal **42** lus **46** pooldier
48 schavuit **50** heilige **51** in mindering gebracht **53** reinigingszout **54** compagnon
55 drinkbakje **56** moment
58 in hoge mate **59** bijwoord
60 naaigerei **64** bolgewas
65 Engelse kostschool
66 karakter **68** generen
69 rookgerei.

Verticaal: **1** wild paard
2 numero **3** Turks bevelhebber
4 terugkeer **5** boomscheut
7 koordans **8** persoon van adel **9** broeibak
10 kilometer **11** betrekking
13 harde kunststof
16 canapé **18** loofboom
19 gard **20** behoeftig mens
25 rondreis **26** dwergstaaf
28 gevierd musicus
29 werelddeel **32** dominee
34 bruto **36** water in Utrecht
37 viervoeter **39** betweter
40 laagtij **41** lieddom
43 gymnastiekoefening
44 kosten koper **45** winkelier
47 weinig buigzaam
49 gebroken wit **52** file transfer protocol **53** bladgroente
57 krap **60** bevel **61** Engels telwoord **62** streling
63 binnenkort **65** Eerwaarde Heer **67** doctor.

Partners, ondernemers, iedereen die ons een warm hart heeft toegedragen: jullie steun is goud waard! Bedankt namens al onze collega's, vrijwilligers en cliënten.

Schouten Tulips, Café De Ark, Kruijer Bloembollen, Ecomare, DEEN Supermarkten, Octant Mondzorg, Medisch pedicurepraktijk Hoorn, VD Holland paprikakwekerij, EAB (Enkhuizer Aannemersbedrijf), Renolit Nederland BV, Veekro Bedrijfswagens, Incotec Europe BV, Huisartsenpraktijk Lutjebroek, doneereenmondkapje.nl, Wildkamp, Pour Vous en Etos Française (Winkelcentrum Streekhof), Microsoft, Pon Business Mobility, Het Driespan Flosbeugel, Aannemingsbedrijf Wit Wognum, European Expat Services, Slagerij Blokdijk, Woningstichting Den Helder, Bouwbedrijf C.L. Hof, Zuiderzeemuseum, Etos, Zorgkoepel WF, Firma Korton, Ger van Haren (3D printer), omwonenden Nicolaas, Rabobank, Univé, Tony Chocolonely, New Skool Media, Keurslager Dick Kok, Boekenwinkel De Duizendpoot, Saartje Kringloop, Bijenkorf, Bakkerij Dunselman, Douwe Egberts, De Winkel van Sinkel, Eetcafé 70, Dent-Med Materials, Tuincentrum De Boet, Vriend Aardbeien, Gemeente Koggenland, Monice Olive, Etos Medemblik, Bakkerijmuseum Medemblik, Stichting Vrienden Van, We look ahead, Bloembollenbedrijf Tj. Arendse VOF, Firma Pop Vriend Seeds, Nederlandse Spellenfabriek, Bruijns Koffie, 't Andijker Oranje Comité, De Kuyperschool, Mariska Corner (de Snackbar), Cliëntenraden Omring, Germaco, Tulpenbedrijf Kaagman, Jong Bloembollen, Schoonheidssalon Ariëna, Huisartsenpraktijk Binnen de Vest, Ali B, ouderenbond ANBO, de sierteelbranche, boer Tom, Gerard Joling, Karel Bloembollen, Foodtruck Bonnes Frites, Bakker Botman, Sint-Nicolaaskerk Lutjebroek, Organisatie Ziekentriduum Zwaag, BP Bovenkarspel, Orgel Braak Winkel, Boekhandel Stumpel, ENRA verzekeringen, Sunshine Orchids, 't Bakkershuys, De Hortensia, Vacu Stone Lift Hem, Gemeente Stede Broec, Trend Tapijt, Karel Bolbloemen, Bakkerij Schoutsen, Uitzendbureau TMI, Volendammer Vishandel Obdam, Anton Groep, Borst Bloembollen BV, Etos Spanbroek, Oranje Comité Spanbroek, Florex BV, Vrijwilligerspunt en Westfriese Uitdaging, Ster Neon, Ouderentour Den Helder, Rotary Den Helder, Gemeente Den Helder, Visboeren Den Helder, Belevenistafel uit Oude Tonge, Witkamp, Marine, Texelse Courant, Nauta Boekhandel, Texels Onderdak, Gemeente Texel, Zegel Modes, Texel Catering, Plus Hooijschuur, Hotel Greenside, Stayokay, Anneke's Kitchen, Lions Club Texel, Rotary Texel, SPAR Kalverboer, Rotaract Texel, EP Voordeelland, 53 Graden Noord, Exposite, Tatenhove, RAB, VEM, Zuid Eind Bloembollen, SemWerkt, Sunshine Orchids, Schuberg Philis, Tijdschriftenpakket.nl, Toekomst Groep, Haakman Flowerbulbs, Gemeente Medemblik, Oranjevereniging Máxima, Ondernemers in Wervershoof, Personal Training Mark Volkert, RE/MAX Nederland, Plantenkwekerij Gitzels B.V., Hey Hypotheekbureau, KC Beheer BV, KMS Advisering, Monkey-Flower Gerbera's, De Zonnebloem, SimPC, Peter Lenior, Firma Hoek ACM, en iedereen die ons heeft verblijd met optredens, kaartjes, knutselwerken en meer liefs

We hebben ons best gedaan om alle namen te vermelden. Mocht uw naam onverhoopt ontbreken? Dan zeggen we hierbij, speciaal tegen u: dank voor uw steun!