



## Themanummer Bezielende omgeving

Wonen in Het Anker	2
Gezellig lunchen	3
Ontmoeting in de centrale hal	4
Zingen in Het Anker	5
Bezielend schrijven	6
Interview mevrouw Dirkland	6
Hoedjesdag	7
Door ramen kijken	7
Rolstoel-wandelmiddagen	8

## Dames en heren,

Het thema van deze 'Onder ons' is 'Bezielende omgeving', een van de beleidsthema's waar WZH graag werk van maakt. Had u al eerder van dit begrip gehoord? Wat vindt u ervan nu de aannemers, na jarenlange plannenmakerij, in de komende weken eindelijk 'troep' komen maken in Het Anker? Troep en stof die er de komende periode toe moeten leiden dat er in Het Anker voor u allen een betere woon- en leefomgeving ontstaat. Misschien zelfs wel een bezielende omgeving.

Maar hoe zit dat nu met een 'bezielende omgeving'? Waar komt dat begrip vandaan? Kun je daar een plaatje van tekenen? Heeft het te maken met de tafels, de stoelen? Misschien zelfs met de kleuren op de muur of met design? Met zachte muziek uit de speakers van de installatie in de recreatiezaal? Mijn antwoord daarop is: nee, of in ieder geval in beperkte mate. Bij een bezielende omgeving gaat het voor mij ook om andere zaken, diepere dingen. Immers, in het woord 'bezieling' zit het woord 'ziel', een woord dat voor mij gelijk staat aan kern.

Lees verder op de volgende pagina >>

Waar mensen ont-moeten

WoonZorgcentra Haaglanden

De pit van waaruit mensen leven en betrokken zijn. Het vlammetje dat iedereen in zich heeft. Dat vlammetje moet altijd en voor iedereen blijven branden. Anders raakt hij of zij ontzield en is er geen basis meer.

Bezieling ontstaat pas als mensen in hun eigen bestaan, in hun kern worden erkend, gevoed en geraakt. De basis daarvoor vormt voor mij het woord RESPECT. Respect voor de pit, de kern, de ziel van het individu.

Als wij in staat zijn om van daaruit te handelen, dan creëren wij volgens mij een bezielende omgeving.

## Wonen in Het Anker

**Als blijkt dat het leven thuis te moeizaam wordt, kan op een gegeven moment de dag komen dat wordt overwogen of verhuizing naar een zorginstelling tot de mogelijkheden behoort. En dat is wel iets heel anders dan uw eigen, vertrouwde omgeving.**

Uit de gesprekken die wij als Cliëntenraad af en toe met bewoners van Het Anker hebben, komt over het



En dat kan dus ook in een omgeving met 'troep en stof'. Ook daar kunnen we met respect met elkaar omgaan en elkaars vlammetje blijven voeden.

Ik hoop dus van harte dat wij in de komende periode Het Anker bezield kunnen verbouwen en dat wij en de aannemers respectvol kunnen omgaan met de zaken die voor u van belang zijn.

Wij doen er in ieder geval ons best voor.

Peter J.W.M. Hop,  
locatiemanager a.i.

algemeen naar voren dat men zich hier, na een gewenningsperiode, toch op zijn plaats is gaan voelen. Was u thuis nogal eens alleen omdat familie, vrienden en kennissen niet direct in de buurt woonden of niet in de gelegenheid waren u een bezoek te brengen, in Het Anker is dat toch anders. U kunt, als u er voor openstaat, bijvoorbeeld gaan koffiedrinken in de zaal en meedoen aan de verschillende activiteiten die worden aangeboden.

Daarnaast komt de Cliëntenraad op voor de belangen van de bewoners. Wij hebben periodiek overleg –zowel onderling als met de locatiemanager- en worden regelmatig bijgepraat over de veranderingen die in Het Anker gaan plaatsvinden. Zo denken wij onder meer mee over de renovatie van het gebouw en de mogelijkheden om de overlast zo gering mogelijk te laten zijn. Het is in elk geval de bedoeling dat Het Anker er na de opknapbeurt wat aantrekkelijker uit gaat zien en –heel belangrijk- dat u zich daar prettig bij voelt. Wij willen daar graag bij helpen. Suggesties zijn dan ook altijd welkom, maar bedenk wel dat de Cliëntenraad geen klachtenbureau is. Voor eventuele klachten kunt u contact opnemen met de klachtenbemiddelaar van Het Anker. De contactgegevens zijn bij de receptie bekend.

Wij wensen u allen een goed en fijn najaar toe.

De Cliëntenraad

## Gezellig lunchen in de huiskamer



**Als vrijwilliger binnen WZH Het Anker help ik bij enkele activiteiten. Ik richt mij met name op het bezoeken van bewoners. Nu ben ik voor een keer gevraagd om met de bewoners van de vijfde etage mee te lunchen. Zij lunchen gezamenlijk in de huiskamer.**

Het is bijna lunchtijd. Als ik binnenkom wordt de tafel al gedekt.

Eén van de dames is reeds aanwezig en maakt de aardbeien schoon. De aardbeien heeft Ellen Looor vandaag als extraatje meegebracht. Verder is er altijd bruin- en witbrood. Soms ook weleens een krentenbol. Als beleg staan er meestal kaas, jam en chocoladepasta op tafel. Soms zijn er worstjes of een kroketje of, zoals vandaag, fruit.

Enkele bewoners moeten gehaald worden. Zij kunnen niet meer zelf komen, maar vinden het iedere dag

weer een 'uitje' om samen te lunchen. Even van de kamer af en ... zien eten, doet eten, nietwaar?

"Wilt u de aardbeien straks op het brood of op een beschuit?" vraagt Ellen. Iedereen is het er over eens: beschuit met aardbeien, dat is lekker!

Ellen snelt weg om beschuit te halen. Zo, nu kan er gegeten worden. Opeens begint een van de dames te lachen. Ze houdt haar hand voor de mond. "Wat is er?" vraag ik. "Ik ben mijn gebit vergeten!" roept de dame uit. Veel gelach, het werkt aanstekelijk. "Nu, u bent zonder gebit net zo knap als mèt hoor," zegt Ellen en snelt weer weg om het gebit op te halen. De stemming zit er echt in. Er wordt gesmuld van de beschuiten met aardbeien. Als iedereen verzadigd is, is het tijd voor koffie.

Daarna is het tijd om op te ruimen en de afwas te doen. Twee dames krijgen een theedoek toegestopt. "U wilt wel even helpen, toch?", vraagt Ellen. "Nou, dit is wel hard werken hoor!" vindt een van hen.

Twee van de dames gaan die middag mee met een uitje naar Naaldwijk. De andere dames willen wel met Ellen mee naar beneden, naar de muziekmiddag. Het is vandaag geen weer om buiten te zitten. Al met al was het een gezellig samenzijn!

Ingezonden door Ger Woelderink



# Ontmoeting in de centrale hal



Mevrouw De Kluyver (links)  
en mevrouw Pilon (rechts)

**Bijna elke avond ontmoeten mevrouw De Kluyver en mevrouw Pilon elkaar in de centrale hal. Het zitje dat daar staat hebben zij omgedoopt tot 'huiskamer'. Samen met nog twee andere bewoners drinken zij daar 's avonds wat en bespreken ze de dag.**

Mevrouw Pilon woont sinds mei in Het Anker. Zij verblijft op de afdeling Kortdurende Opname (KDO). Mevrouw de Kluyver woont hier al iets langer. Sinds een jaar woont zij op de zevende etage. Beide dames hebben elkaar ontmoet in het zitje. Nu, een aantal weken na hun eerste ontmoeting, spreken zij elke avond af. Tijd voor een gesprek.

## Hoe vindt u het wonen in Het Anker?

Mevrouw Pilon: "Ik heb het de afgelopen weken erg naar mijn zin gehad hier. Ik verblijf op de afdeling Kortdurende Opname. Over een tijd zal ik weer terug mogen naar mijn eigen huis. Maar ik vermaak mij hier prima. Ik werk zelf als vrijwilliger in een woonzorgcentrum. Laatst heb ik Françoise geholpen met de activiteit sjoelen. Zij vroeg of ik wilde blijven helpen wanneer ik straks weer thuis woon. Dat is leuk om te horen natuurlijk!"

## U ontmoet elkaar elke avond beneden?

Mevrouw De Kluyver: "Ja, dat proberen we wel. Ik vind het niks om 's avonds alleen op mijn kamer te zitten. Ik zoek dan graag beneden de mensen op. We zitten elke avond met vier bewoners. We drinken een glaasje en praten over van alles en nog wat. Nee, spelletjes doen we niet. We houden niet zo van spelletjes. Maar, het mag van mij wel wat gezelliger. Ik mis de activiteit 's avonds in het huis."

Mevrouw Pilon: "Ja, maar weinig mensen komen naar beneden 's avonds. Dan snap ik wel dat er geen activiteiten georganiseerd worden. Mensen blijven toch liever op hun kamer."

"Heel af en toe is er een activiteit 's avonds", aldus mevrouw De Kluyver. "Een tijd geleden kwam er een zanger optreden. Ik vond het erg leuk dat hij ook Engelse liedjes zong."

## Mist u nog iets in de 'huiskamer'?

"Nou, het zitje zelf zou wel wat gezelliger mogen. Ik hou erg van gezelligheid. Nu is het zo kaal en open. En muziek zou ook leuk zijn!", zegt mevrouw De Kluyver. Mevrouw Pilon: "Verder is het prima en is het erg leuk om elkaar daar te ontmoeten. En als ik weer in mijn eigen huis woon, zal ik mevrouw De Kluyver zeker bezoeken. Dan kom ik op een avond gewoon een keer terug naar het zitje in de hal."

## Samen zingen in Het Anker

**Nederlanders zijn een zanglustig volk en dat merk je ook in Het Anker. Hier in huis wordt heel wat afgezongen en geneuried.**

Eén keer per kwartaal klinken er christelijke liederen vanuit de Ontmoeting onder begeleiding van – hoe kan het ook anders – orgelspel. De opzet van zo'n zangmiddag met christelijke liederen is altijd dezelfde. Vóór de pauze zingen we liederen die zijn gekozen rond een bepaald thema, zoals bidden, vertrouwen of danken. De keuze aan liederen is heel groot en heel divers: van oude protestantse psalmen en gezangen, liederen uit de rk-bundel tot liederen uit deze tijd. De liederen moeten wel een vertrouwde melodie hebben, want iedereen moet lekker kunnen meezingen. Na de pauze mogen bewoners een lied opgeven dat zij mooi vinden of waar zij een speciale herinnering aan hebben. En na afloop verzucht menigeen: "Wat was dit een fijne middag". En een ander voelt zich weer helemaal opgeknapt.

Het geheim van zingen is het gezamenlijk doen, de verbinding met elkaar. En na afloop smaakt het kopje

thee dubbel zo lekker. Wat met christelijke liederen ook een rol kan spelen is het raken van de diepere laag in jezelf. Het hart kan opeens opengaan en men kan zich (weer) verbonden voelen met God. Maar het lied kan ook herinneringen oproepen. "Dat lied zong moeder altijd" en je proeft weer de vertrouwde en veilige sfeer van vroeger thuis. Of het roept herinneringen op aan de zondagsschool waar je als kind naar toe ging of aan de kerk die je dierbaar is en waar je nog graag naartoe gaat.

Kortom: zingen doet goed. Soms ben je helemaal niet zo in de stemming om te zingen maar even later hoor je jezelf uit volle borst een loflied meezingen: Tel uw zegeningen, één voor één, tel ze alle en vergeet er geen. En je ziet Gods liefde dan door alles heen. (Johannes de Heer, lied 256).

Binnenkort is er weer een zangmiddag. Zingt u mee?!

Ada Jacobi,  
geestelijk verzorger,  
aanwezig op dinsdagmorgen en op vrijdag.



## Bezielend schrijven

U kent haar vast: Wil Matthijssen, medewerker receptie van Het Anker. Wil heeft een boek geschreven! Een thriller wel te verstaan. Met de titel 'Onvoorwaardelijke liefde'. "Ik liep al geruime tijd met het idee om eens een boek te schrijven. Eerst wilde ik een autobiografie schrijven, maar dat vond ik toch wat te persoonlijk. Daarom is het toch een fictief verhaal geworden. Natuurlijk ben ik er hartstikke trots op", aldus Wil. Het boek komt naar alle waarschijnlijkheid in november uit. Bent u benieuwd naar de schrijfkunsten van Wil? Dan kunt u altijd even bij haar langslopen voor meer informatie.



## Interview met mevrouw Grietje Dirkland, vrijwilliger

**Mevrouw Grietje Dirkland is 80 jaar en al 25 jaar vrijwilliger in Het Anker. We ontmoeten mevrouw Dirkland in de huiskamer op de vijfde etage.**

### **Wat doet u als vrijwilliger in Het Anker?**

"Elke maandagmorgen schenk ik koffie op de eerste, vijfde, zesde en zevende etage. Dit doe ik niet alleen, maar samen met een andere vrijwilliger. Ik vind het koffie schenken ontzettend leuk. Mensen leren je kennen op den duur, en ik hen. Ik ben altijd in voor een praatje of een leukigheidje. Ik merk dat bewoners echt uitkijken naar mijn komst, maar ook naar de koffie natuurlijk."



"De laatste jaren krijgen we het steeds drukker. Ik merk dat meer bewoners vaker op hun kamer blijven. Het wordt voor veel bewoners steeds moeilijker om naar beneden te komen. Vroeger hadden we alleen maar koffie. Tegenwoordig hebben we een kar en bewoners kunnen kiezen of ze gewone koffie of bijvoorbeeld cappuccino willen."

"Ik brei ook geregeld met bewoners. Niet alle bewoners kunnen nog veel breien. Daarom breien we voornamelijk lapjes. Die worden dan bij mij afgegeven en daar maak ik dekens van. Ik stuur ze veel naar Roemenië of ik geef ze aan bewoners. Verder help ik ook mee in de kerk. Dan haal ik bewoners op om ze naar de kerk te begeleiden."

### **Waarom bent u vrijwilliger?**

"Ik ben vrijwilliger omdat ik veel kan betekenen voor bewoners. Bewoners vinden het fijn om af en toe eens een praatje te maken. Dat vind ik ook heel gezellig. Maar ik doe het ook voor mezelf. Ik ben sinds een paar jaar alleen. Als vrijwilliger heb je echt nog een doel in je leven. Niet dat ik niet genoeg te doen heb thuis, maar het geeft wel structuur."

"Ik ben wel al 80 jaar, maar zolang ik me goed voel en zolang ik kan lopen kom ik naar Het Anker, hoor."

# Hoedjesdag

**15 september was het Prinsjesdag. En dat hebben we gemerkt in Het Anker! We hadden die dag een feestelijk programma voor onze bewoners.**

Geen Prinsjesdag zonder hoedjes! Daarom creëren we een hoekje in de zaal met een markante stoel, een kapstok vol met hoedjes, een "gouden" kaarsenstandaard, wat pluche en oude foto's van Den Haag. Dit als entourage voor de "fotoshoot", die later de die dag zal volgen....

Uiteraard willen we de rijtoer met de gouden koets live op het grote scherm zien; dus de zaal wordt aangepast. Alle stoelen worden zo neergezet dat iedereen hier tijdens de lunch van kan genieten.

Ons middagprogramma is een gezellige en uitgebreide high tea met een presentatie betreffende het gekozen goede doel. Elk jaar koppelen we een goed doel aan deze feestelijke dag. De regering maakt zijn plannen bekend en wij doen alvast wat aan ontwikkelingshulp! Een traditie in het Jaar van de Traditie! Dit jaar is het goede doel het Girl Care project van Stichting Manasu. We zamelen geld in om een meisje in India te kunnen onderhouden. Dieka vertelt ons precies wat het project inhoudt. We zien wat foto's uit India, hoezo soberheid hier? We bedenken dat er al een WZH Het Anker

vissersbootje vaart in India en we hebben meegeholpen bij het opzetten van dit Girl Care project. Nu leveren we dus een bijdrage aan het onderhouden van de meisjes.

De theetafel ziet er heerlijk uit! Er wordt gesmuld (dank aan Frank) en we worden al wat zenuwachtig voor de "fotoshoot". De bijdrage aan het Girl Care project groeit gestaag! De hoedencollectie is zeer gevarieerd. Van pet (sober jaar), vogelnestjes, folklore, oranje, veren baret, kleine en grote randen tot zelfs een bruidshoed aan toe, alles is kleurrijk vertegenwoordigd. En dan een foto in een "ridderzaal" entourage. We zien de ruggen rechten en zelfs ontwaren we af en toe een "Beatrix look", wat een hoed niet kan doen! Zelfs onze trouwe vrijwilligers grijpen de kans om met hoed op de foto te gaan.

In het jaar van de traditie zijn we trouw aan onze WZH Het Anker traditie: hoedjesdag. We houden hem erin! De donaties voor het Girl Care project van Stichting Manasu hebben meer dan 130 euro opgebracht!!! Hierdoor kan een meisje in India 6 weken onderhouden worden. Drie hoeraatjes voor u: Hoera! Hoera! Hoera!

Met vriendelijke groeten,  
De activiteitenbegeleiding



## Door ramen kijken

Elk is zijn huis en heeft zichzelf tot woning,  
soms kleiner dan een muis, soms groter dan een koning.  
Elk heeft zijn eigen raam en venster op daarbuiten  
en schrijft zijn eigen naam op de beslagen ruiten.  
Elk meet met eigen maat en weegt de medemensen  
daarbuiten op de straat steeds af aan eigen wensen.  
Maar wie het wonder ziet van Goddelijk meedogen,  
die oordeelt mensen niet, maar kijkt met nieuwe ogen,  
de vensters uit door schoongewiste ramen  
en zegt op Gods besluit van harte "ja en amen".  
Dat ieder menskind tot dicht bij God mag groeien ...  
Wie 't hart keert naar de zon, God laat hem zeker bloeien.

Ingezonden door een bewoner



# Rolstoel-wandelmiddagen



**Het is alweer even geleden. In de week van 3 tot 7 augustus organiseerde de activiteitenbegeleiding de beroemde rolstoel-wandelmiddagen. De wandelmiddagen zijn een afgeleide van de wandelvierdaagse in Nijmegen. Ook dit jaar waren ze weer een groot succes.**

Per dag liepen 25 bewoners en duwers mee. Onder heuse politie-escorte trok de grote stoet door Voorburg. Elke dag was er een andere route uitgezet. Inclusief puzzeltocht. Want het is ook leuk om iets te doen onderweg. Gelukkig was er ook tijd om van de omgeving te genieten. Veel gehoorde kreten zijn: "Hier heb ik vroeger gewoond", "Oh, en hier zat ik op school", "Hier gingen we vroeger vaak zwemmen" of "Daar speelde ik altijd met mijn broertjes en zusjes".

De wandelmiddagen begonnen op dinsdagmiddag 4 augustus met een wandeling door de volkstuintjes. Onderweg werden de deelnemers getraceerd op een softijsje. Woensdagmiddag mochten we op de koffie bij Stichting Woej. Op vrijdagmiddag was het verzamelpunt niet in Het Anker, maar bij bloemenzaak Belle Fleur. Daar stond de deelnemers een heel leuke verrassing te wachten. Iedereen ontving daar een corsage, geschonken door de bloemenzaak. Zo waren de deelnemers goed herkenbaar voor de inwoners van Voorburg.

Volgend jaar weer?!



## Colofon

Onder ons  
Eerste jaargang, nummer 5  
Oktober 2009

### **Uitgever en redactieadres**

WZH Het Anker  
Pr Margrietlaan 24  
2273 AG Voorburg  
Tel 070 4526500  
www.wzh.nl  
www.wzh/hetanker.nl

### **Redactie**

Peter Hop  
Nikki Vader

### **Eindredactie**

Charles de Vré  
Nikki Vader

### **Fotografie**

Ellen Loor  
Nikki Vader

### **Ontwerp, vormgeving en drukwerk**

Adepth Advertising bv

'Onder ons' verschijnt 6 keer per jaar.

Aan de totstandkoming van deze uitgave is veel zorg besteed. Voor informatie die ondanks dat onvolledig of onjuist is opgenomen, aanvaarden auteurs en redactie geen aansprakelijkheid. Voor eventuele verbeteringen houden wij ons gaarne aanbevolen.

WZH Het Anker maakt onderdeel uit van WoonZorgcentra Haaglanden (WZH). WZH is één van de grotere organisaties op het gebied van ouderenzorg in de regio Haaglanden. Meer dan 2.500 cliënten ontvangen dagelijks zorg op maat in een veilige en geborgen woonomgeving van meer dan 2.000 medewerkers en 1.000 vrijwilligers.

### **© WZH Het Anker 2009**

Aan deze uitgave kunnen geen rechten worden ontleend. Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of enige wijze zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van WZH Het Anker.