

Heb je een tip voor de volgende Op de cover? Tip de redactie!



Op de cover

## Decembermaand. Feestmaand!- door Klaas Lindeboom

Van Sinterklaas tot en met het eindejaarsvuurwerk, december staat bol van de feestelijkheden. In de week van 16 tot en met 20 december worden de kerstdiners georganiseerd. Een mooi moment om met dierbaren samen te zijn en te genieten van de heerlijkheden die onze keukencollega's met zorg hebben voorbereid.

Ook is er weer een jaar voorbij. Het jaar 2024 sluiten we af met een vuurwerkshow op het terras voor het restaurant. Maandag 6 januari luiden we gezamenlijk het nieuwe jaar in met een nieuwjaarskoffiemoment om 09.45 uur.

Ik wens u een heerlijke decembermaand, met veel tijd voor elkaar. Geniet!



Het Hooge Heem,  
waar mensen elkaar ontmoeten

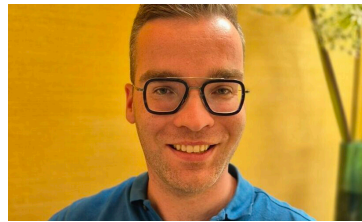
voor bewoners, familie, medewerkers en vrijwilligers

# Wat staat er in?

## inhoudsopgave

### Op de cover

Mevrouw Knevelbaard (West2) had de schoen gezet voor Sinterklaas.



**Onder de pet**  
van de nieuwe Verpleegkundig Specialist Jeffrey Bogema

### Tot Slot

De kerstlichtjes van Wieke Rozema-Boonstra



## bewoners



### Colofon

#### Wie maakt dit Journaal?

HHH Journaal verschijnt aan het begin van elke maand en draagt bij aan de verbinding tussen bewoners, familie, medewerkers en vrijwilligers door korte, goed leesbare en nieuwswaardige artikelen te plaatsen over onderwerpen die ons allen aan het hart gaan.

Eindredactie:

Klaas Lindeboom

Coördinatie en vormgeving:

Myra Eeken-Hermans

Heb je een tip voor de redactie? Stuur een mail aan [communicatie@hethoogeheem.nl](mailto:communicatie@hethoogeheem.nl).

## activiteiten december

Do 5: 10.00 u	Sintermien
Za 7: 14.30-16.30 u	Westerhofmode
Wo 11: 15.00-16.15 u	Soos, inloop 14.30 u
Ma 16 t/m vr 20:	Kerstdiners
LET OP: geen activiteiten 's middags deze week	
Wo 18: 10.00-11.00 u	Verhalen vertellen
Za 21: 15.00-16.15 u	Abeltasmankoor, inloop 14.30 u
Za 21: 15.00-16.15 u	Kerstinn in de Goede herderkerk
Di 24: Chocomelkactie op alle afdelingen	
Ma 30: 10.00 u	Oliebollen eten
Di 31: 18.00 u	Vuurwerkshow voor het Restaurant
Wo 1 januari 10.00 u	Nieuwjaarsrolletjes bij de koffie!



# Het kompas en de thermometer

Op deze plaats kijken we vooruit naar de ontwikkelingen in de wereld van de ouderenzorg (kompas) of steken we de thermometer in de huidige stand van zaken in en om ons Hooge Heem. Deze keer spreken we met Kim van der Heide over duurzaam (maar lekker en gezellig!) eten.

Het afgelopen jaar is de bestuurssamen-De afgelopen jaren hadden we maandelijks een themaweek met activiteiten en maaltijden die pasten bij het thema. Vanaf 2025 zullen de seizoenen lente, zomer, herfst en winter centraal staan en gaan we koken met groenten en fruit die passen bij het seizoen waarin ze horen.

## Hoe werkt dat precies?

Onze koks koken gerechten aan de hand van een menucyclus. Deze cyclus bestaat uit verschillende A- en B-menu's, welke elk om de vijf weken weer terugkomen op het menu. Waar we nu gewend zijn te koken aan de hand van de wintercyclus en zomercyclus gaan we deze cycli uitbreiden met een lentecyclus en herfstcyclus, zodat we nog meer variatie uit het seizoen kunnen aanbieden. Een stuk duurzamer.

## En de aankleding dan?

Van 16 december tot en met 20 december zijn onze jaarlijkse kerstdiners in het

restaurant. Ook onze feestelijke tafelaankleding zal er dit jaar iets anders gaan uitzien dan we gewend zijn. Waar we eerst gebruik maakten van tafelaankleding voor eenmalig gebruik gaan we vanaf nu werken met uitwasbare tafellakens. Deze tafellakens kunnen voor meerdere bijzondere gelegenheden gebruikt worden.

Geniet van het kerstdiner!



## De familiebijeenkomst

van 27 november is helaas vanwege de slechte weersverwachting komen te vervallen. Dat halen we in.

## Waar gaat het over?

Proactieve zorgplanning is een waardevol proces waarin je samen met je zorgverleners en naasten tijdig bespreekt welke zorg en behandeling je wenst in de toekomst. Het wordt ook wel vroegtijdige of vooruitkijkende zorgplanning genoemd.

Het draait om het maken van bewuste keuzes voordat het nodig is, zodat je wensen duidelijk zijn als je zelf niet meer in staat bent om deze te nemen. Door vooruit te kijken, behoud je regie over je leven, zelfs in moeilijke situaties. Het geeft rust voor jou en je omgeving, omdat iedereen weet wat voor jou echt belangrijk is.

Proactieve zorgplanning: samen de toekomst vormgeven, stap voor stap.

# Onder de pet

## interview met Jeffrey Bogema



Eind augustus zag ik de vacature voor Verpleegkundig Specialist (VS) voorbij komen op Zorgplein Noord. Deze sprak mij direct aan. Mede door de visie van het Hooge heem: leven toevoegen aan de dagen. Zo kijk ik ook naar de ouderenzorg. Zelfs al heeft iemand (veel) zorg nodig, laten we het leuk, gezellig en dragelijk maken. Hierop heb ik in het weekend direct geschreven en op maandag zat ik al bij Klaas op kantoor voor een leuk eerste kennismakingsgesprek. Na een kennismakingsgesprek volgde nog twee leuke gesprekken en nu is het bijna december en mag ik aan de slag bij het Hooge Heem.

### Wie ben ik?

Ik ben Jeffrey Bogema, 33 jaar en nu 8,5 jaar getrouwd met Sander. Wij wonen in Ten Boer samen met onze lieve viervoeter Ziva. Sander doet een opleiding voor pedagogisch medewerker op dit moment. Wij staan op de wachtlijst voor een pleegkindje, waar we erg naar uitkijken. In mijn vrije tijd doe ik graag leuke dingen met vrienden, wandel ik graag met Ziva en ben ik te vinden in het zwembad of in de sportschool.

Naast mijn werk als VS ben ik actief binnen de V&VN (afdeling Verpleegkundig specialisten werkzaam in het verpleeghuis). Daar heb ik vooral interesse in de samenwerking met de eerste-lijn en het organiseren van scholingen en webinars.

Als VS ben ik graag een verbinder. Iedere observatie, mening of emotie doet er toe. Ik vind het prachtig om dit allemaal te combineren in het medische/verpleegkundige vak waartoe de functie van VS mij toe uitdaagt. Als persoon ben ik bescheiden, maar erg enthousiast in mijn vak. Spreek mij gerust aan bij vragen, opmerkingen of gewoon een kennismaking. Ik hoop dat ik al jullie namen in één keer ga onthouden!

**Met welk team mag ik als eerste een dagje meelopen en een bakkie doen?**

### Paspoort:

*Naam:*

Jeffrey Bogema uit Ten Boer

*Geboren:*

9 maart 1991 te Amsterdam

*Getrouwd met:*

Sander

*Opleidingen:*

master advanced nursing practice aan de Hanze Hogeschool (opleiding tot verpleegkundig specialist)

# Verbinding

## Governance

### Ondernemingsraad

De OR is tijdens de laatste vergadering bijgepraat door Suzanna van het keukenteam. De leden waren benieuwd hoe het gaat in de keuken nu de warme maaltijden 's avonds worden geserveerd en hoe het is nu Arjen weg is. Het warm eten in de avond loopt goed, elke avond een vol restaurant.

Door de ruimte die er nu overdag is kan alles vers worden gesneden en bereid. Er wordt gekeken naar de variatie in de menu's door de week. Helaas lukt het niet altijd iedereen naar de zin te maken.

Vanaf december gaat de OR iedere vergadering in gesprek met een EVV'er van een afdeling om te vernemen hoe het gaat en waar ze tegenaan lopen zodat er meer inzicht komt wat er leeft onder de medewerkers. De werkgroep rondom de roostering is inmiddels aan de slag gegaan.

### Vrienden van HHH

De stichting Vrienden van Het Hooge Heem is in de afgelopen periode druk bezig geweest om een website vorm te geven. En deze website is in de lucht!

Via deze website: [www.vriendenvanhethoogeheem.nl](http://www.vriendenvanhethoogeheem.nl) wordt informatie gegeven over het doel van onze stichting. Ook wordt er informatie gegeven over de verschillende projecten voor bewoners die gedaan zijn met het geld van de donateurs.

Ook kunt u, via deze website, u digitaal aanmelden als Vriend van Het Hooge Heem zodat wij nóg meer kleur kunnen geven aan het leven van de bewoners.

Uiteraard is het nog steeds mogelijk om dit schriftelijk door te geven. Medewerkers van Welzijn kunnen u informatie en een folder geven.

Neemt u ook een kijkje op onze website?

### Clëntenraad

Half november is een gezamenlijk overleg geweest van de CR met de OR, OT en RvT. Twee maal per jaar wordt samen gesproken over thema's die actueel zijn in HHH.

Deze keer nam de spreker Gerard Duursma ons allen mee in de kansen van AI en chatGPT. Hij zette ons goed aan het denken over hoe meer techniek ons juist nog menselijker kan maken. Voor eenvoudiger handelingen kan de techniek en de robotisering een oplossing zijn, zodat voor de menselijke interactie veel meer tijd overblijft.

Een interessant onderwerp dat zeker nog regelmatig zal terugkeren op de agenda.



## Babynieuws

Christien Hoving heeft een dochter gekregen, Lisanne.

# Personeel veranderingen

Vertrouwenspersoon  
Greet Nieuwland is  
bereikbaar via [g.nieuwland@zonnehuis-groepnoord.nl](mailto:g.nieuwland@zonnehuis-groepnoord.nl) of via  
telefoonnr.: 06-31770844.

## Mutaties collega's

### Uit dienst:

Irma Snip

Stephie van 't Schip per 1 februari

### In dienst:

Stan Visser, Rene Ykema en Hinke van der Kamp

### Geslaagd:

Janeska rondde de opleiding arbeidsrecht van Hanze advocaten succesvol af



### HoHoHo: Kerstmarkten

11 december: Kerstpakkettenmarkt voor vrijwilligers en medewerkers bij Drint

12 december: met de Personeelsvereniging naar Duitsland voor het ultieme kerstgevoel.

## Winter vol ontmoetingen .... en de uitdagingen die voor ons liggen

Na onze 'zomergesprekken' willen we deze doorzetten in de komende winter periode. We hebben uit de zomergesprekken een mooie opbrengst aan briljante ideeën gehad die we hebben omgezet in acties.

- Inzet flexpoule > in opbouw
- inzet basisrooster > werkgroepje gaat hiermee aan de slag
- Meer aandacht voor opleiding dementie (2025)
- Familieavonden organiseren (2025)

Graag gaan we in kleine groepjes met elkaar in gesprek over de uitdagingen.

### Hoe?

Je plant jezelf in via een inschrijffijl. Deze lijst ligt in Het Kleine Heem. Het gesprek zal plaatsvinden samen met 2 collega's vanuit het ondersteunende team en ongeveer een uur duren. De gesprekken zijn in groepsvorm (max 6 pers).

## Activiteiten van Zorgplein Noord

Zorgplein Noord organiseert allerlei (gratis) leuke activiteiten. Kijk op de website of er iets voor je bij is. <https://www.zorgpleinnoord.nl/activiteiten>

## Jubileum

1 december is Diana Heidstra 12,5 jaar in dienst



## Wat te doen bij ziekte?

### Protocol ziek- en betermelden

Als je ziek wordt:

1. Bel je je afdeling ('s nachts bel je de nachtdienst).

Degene die de ziekmelding aanneemt, zorgt ervoor dat de ziekmelding in de groeps/teamapp komt te staan.

2. Bel of app je de planning ('s nachts niet).

Vergeet niet: Als je weer beter bent:

1. Bel of app je de planning

2. Bel of app je Janeska (06-57530946)

### Opmerking:

Voor de eerste 24 uur is het team zelf verantwoordelijk voor het oplossen van de dienst. Daarna in overleg met de planning.

## Infectiepreventie in beeld

December: Het griepseizoen is aangebroken, het Noro-virus ligt op de loer





# Varia

## Stokje doorgeven

Wie ben je, wat doe je in HHH en waar word je blij van:

Mijn naam is Lia IJtsma – Snip ik ben 55 jaar en ben 36 jaar werkzaam in Het Hooge Heem. Ooit begonnen als stagiaire, diploma gehaald en vervolgens een volledige baan gehad van 40 uur in de week, nu inmiddels al weer een mooi aantal jaren 26 uur per week. Zo is de balans tussen werk en vrije tijd mooi verdeeld.

Ik werk als verzorgende IG/GVP op de afdeling West 1 met veel plezier. Ik ben op deze afdeling ook de begeleider van de stagiaires die bij ons op de afdeling lopen.

Ik heb leuke collega's waar ik serieus mee kan zijn maar ook een lolletje kan hebben, en daar geniet ik van.

Ik ben getrouwd met Wilko en wij hebben een dochter en een zoon, Renate en Wessel. Wij wonen in Grootegast: dus heb ik mijn werk dichtbij. Ik kom dan ook altijd op de

fiets.

In mijn vrije tijd lees ik graag. En waar ik ook erg van geniet is samen met Wilko, er even op uit met onze kleine camper en dan naar een camping zodat we vanuit de camping kunnen fietsen. Zo zijn we in corona tijd, door Nederland getrokken. In elke provincie een nacht slapen, een dag fietsen en dan weer verder naar de volgende provincie.

De vraag van Henk aan mij was: Wat vind je het leukste aan het opleiden van leerlingen en stagiaires?

Ik vind dat het opleiden van stagiaires 2 kanten op werkt, wij leiden de stagiaires op, maar ook wij leren van de stagiaires weer nieuwe ontwikkelingen en inzichten.

Het is leuk om jonge mensen om je heen te hebben en enthousiast te maken voor de ouderenzorg.

Ik geef het stokje door aan Paulina Mosselaar en mijn vraag is: Wat trekt jou in de ouderenzorg aan?



## Zin in HHH

Iedere maand licht ik in deze rubriek een uitspraak, plaatje of korte tekst uit. Iets om bij stil te staan, ter inspiratie of vermaak. Deze keer een haiku geschreven door onze eigen collega Myra. Een haiku is een gedicht met slechts 17 lettergrepen. Deze haiku past bij wat mij betreft bij deze feestelijke editie van het jaarnaal, omdat het licht en donker verbindt.

*Flonkering*

*In de omarming  
van het donkerste donker  
troost die ene ster*

Ik wens u een dag met goede zin.  
Tanja Schoep



Schilderij:  
Trija Fleer-  
Niks

Geestelijk begeleider | [tanjaschoep@hethoogeheem.nl](mailto:tanjaschoep@hethoogeheem.nl) | maandag en donderdag aanwezig

# Tot slot actualiteit



**Voor deze feestelijke editie van het HHH Journaal gingen we op zoek naar de beleving van kerst. We kwamen terecht bij collega Wieke Rozema-Boonstra en vroegen haar wat kerst voor haar betekent.**

“Lichtjes! Heel veel lichtjes! Niet alleen rond 25 en 26 december, maar de laatste twee maanden van elk jaar.”

Sinds Wieke haar man Eite kent, zo’n vier jaar nu, staan de laatste maanden van elk jaar helemaal in het teken van kerst. “We bezoeken tuincentra die al vroeg in kerstsfeer worden ingericht. In Duiven is één van de grootste in Nederland, daar zijn we vorige week nog geweest. Elk jaar gaan we de eerste week van december naar Valkenburg en bezoeken daar de kerstgrotten en de kerstmarkten in Aken en Maastricht. We genieten van de kraampjes, de lampjes en de sfeer. We gaan zitten op terrasjes met een

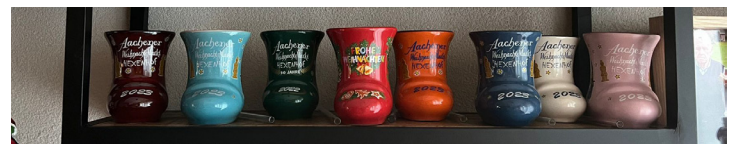
drankje, soms geserveerd in speciale kerstlaarsjes die we dan meenemen voor onze verzameling.

Vroeger kochten we veel kerstdecoratie, maar we zijn inmiddels aardig voorzien. We genieten nu vooral nog van de sfeer. Half december ga ik nog met de personeelsvereniging mee naar de kerstmarkt in Münster. Heerlijk!”

Vanaf 1 november wordt het wandrek in de kamer gevuld in de kerstsfeer. In het wandrek staan de verzamelde kerstlaarsjes uit Aken, kerstauto’s, een kerstvliegtuig en nog veel meer kerstdecoraties. Ook een kerstlantaarn en een kerstboom met heel veel lichtjes worden dan al neergezet. “Dit jaar was het even spannend om te zien of onze kat Joekje de kerstboom met rust zou laten. Gelukkig was dat het geval!”

“We zetten nog niet meteen alles voor de ramen neer, daarmee wachten we tot na 11 november, Sint Maarten. En de buitenversiering brengen we pas aan wanneer we terug zijn uit Valkenburg. Zo houden we ook nog een beetje rekening met andere, voor anderen belangrijke momenten, zoals bijvoorbeeld het sinterklaasfeest. Maar met de lichtjes buiten gaan we dan helemaal los: een prachtige fairybell van 8 meter in de voortuin, een verlicht rendier op het hek, op het dak nog een kerstfiguur met lampjes en langs de dakgoot en de regenpijp allerhande lichtjes.”

Wieke heeft niets te veel gezegd: Haar kerstgevoel is pas compleet wanneer er lichtjes zijn. Heel veel lichtjes.



## Tips!

Heb je tips voor de redactie? Ken je (iemand met) een leuk verhaal of inspirerende nieuwtjes? Mail [communicatie@hethoogeheem.nl](mailto:communicatie@hethoogeheem.nl)