

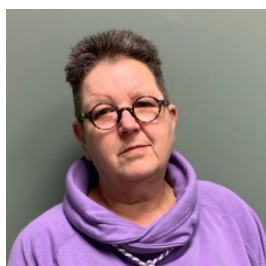


- Gezonde smoothies
- Cliëntenraad
- Wonen in de crisisopvang
- Nederlandse les
- Toedeloë, toedeloë, toedeloë Nita!
- Toen & Nu met Karin, Haico & Joke



3 bananen 🍌🍌
 Bak aardbeien 🍓🍓
 Schijf watermeloen 🍉🍉
 Schijf galia meloen 🍈🍈
 15 sinaasappels 🍊🍊
 Melk 🥛🥛
 Gecrust ijs 🧊🧊

Pers de sinaasappels uit.
 Doe het fruit gesneden in de blender en
 mix samen met de sap tot mooi egaal
 drankje voeg je ijs en melk toe en draai
 nog heel even mee 🎀.



Gezonde ontbijt smoothie

Bereidingstijd: 5 minuten

Benodigdheden: Blender

Ingrediënten voor 2 smoothies:

- 6 aardbeien
- 150 gram ananas blokjes
- 200 ml (amandel/soja) melk
- 75 gram havermout
- 2 el lijnzaad
- 2 tl vanille aroma

Zo maak je de Gezonde ontbijt smoothie:

Snijd de ananas in blokjes, indien nodig. Voeg eerst de amandelmelk, lijnzaad en havermout toe en pureer dit. Voeg daarna het vanille aroma, de aardbeien en ananasblokjes toe en maak er met de blender een gladde smoothie van.

Voedingswaarde p.p.: 260 kcal., 10.5 gram eiwit, 37 gram koolhydraten, 6.5 gram vet, 0.5 gram verzadigd vet, 7 gram vezels

Berichtje van de cliëntenraad!

We zijn als je dit leest druk bezig met de HIER-dag. De feestdag op 12 juni, als we het 15-jarig bestaan vieren. We hebben ontzettend leuke activiteiten georganiseerd en natuurlijk nodigen we iedereen van harte uit om te komen. Doe gezellig mee met een activiteit of kom gewoon lekker een koppie doen.

Zie de socials voor een voorproefje, of vraag je begeleider deze leuke filmpjes door te sturen.

De cliëntenraad hoopt zo veel mogelijk van jullie te zien op deze feestelijke dag!

Oproep!

De cliëntenraad zoekt een nieuwe kandidaat. Lijkt dit jou leuk? Zoek dan een van ons op of mail naar clienraad@hierzorg.nl.



Interview met Els!

Hoe is het wonen op de tijdelijke opvang van HIER Zorg?

Helaas eindigde mijn relatie, ik was in paniek en belde de begeleiding. Donderdagavond heb ik mijn spullen ingepakt en vrijdagochtend kwam Anne van HIER. Ik kreeg begeleiding om rustig mijn woning uit te kunnen gaan en mijn eigen spullen mee te nemen.

Dat is nogal wat! Hoe ervaren je dat ineens op straat kwam te staan?

Ik was in paniek, maar doordat ik hulp vroeg bij HIER kon ik op bij tijdelijke opvang terecht. Ik ben blij dat ik meteen welkom was en dat er een luisterend oor was.

Hoe was dat eerste weekend op de tijdelijke opvang?

Zaterdag kwam Anne langs om te praten, als verrassing nam ze oud-begeleider Franklin mee! Dat heb ik als heel bijzonder ervaren. Hij had niet verwacht dat ik op bij de opvang terecht gekomen was.

En hoe waren de weken erna?

Ik moest me aanpassen aan 4 andere mensen, die ook wonen op de tijdelijke opvang. Je hebt je eigen slaapkamer en je deelt de keuken, badkamer, woonkamer en toilet. Iedereen heeft natuurlijk zijn eigen karakter, maar neemt ook zijn rugzak met verdriet, boosheid en dergelijke met zich mee. Het belangrijkste is dan om elkaar in de waarde te laten.

Hoe zien je dagen er nu uit?

Dagelijks ben ik om 9.00 beneden op de dagbesteding tot 16.00 uur. Op de crisiswoning zijn er regels waar je je aan moet houden. Dat is belangrijk voor de veiligheid, je dagelijkse structuur en ritme.

De regels waar je daarbij aan moet denken zijn: Geen alcohol- of drugs, respect hebben voor elkaar en geen logés. Je moet bijvoorbeeld ook een dagelijks ritme hebben, dus om 09:00 uur ben je beneden en om 16:00 uur kan je weer naar boven.

Uiteraard worden er ook persoonlijke afspraken gemaakt. Zo begin ik zelf dinsdag en donderdag wat later.

En hoe ziet jouw toekomst er nu uit?

Inmiddels kan ik met blijdschap zeggen dat ik een nieuw plekje gevonden heb. Een plek waar er 24 uur zorg verleend wordt. Een eigen appartement met balkon, daar ben ik mega trots op!

Ook is er een gezamenlijke ruimte vlak naast mijn woning. Daar kan ik met andere mensen een maaltijd nuttigen of een spelletje doen. Zo blijf ik onder de mensen en isoleer ik mezelf niet.

Wat wil je iemand meegeven die op straat komt te staan?

Durf om de hulp te vragen. Schaam je er niet voor. Er zijn echt mensen die je zo goed mogelijk proberen te helpen en kijken naar wat haalbaar is. Heb geduld, dat is makkelijk praten want dat is ook zeker niet mijn beste eigenschap haha! Dit leer ik iedere dag een beetje beter.

Geïnterviewd door Nicolien, ervaringsdeskundige





Hoihoi!

Mijn naam is Brigit en er is mij gevraagd om eens een paar stukjes te schrijven over onze taal. Dit omdat ik sinds een paar jaar Nederlandse lessen geef bij HIER Zorg aan vooral buitenlandse mensen. Ik doe dit met veel plezier omdat ik nu eenmaal heel veel van taal en geschiedenis van taal houdt.

Ik ben vooral vaak bezig met de herkomst van woorden en dan vooral leuke woorden die men niet vaak gebruikt. Dit heet met een moeilijk woord: etymologie. En daar ga ik dus de komende maanden iets over vertellen.

Als eerste wil ik jullie vertellen waarom Fries een taal is en Achterhoeks een dialect. Dan moeten we dus 2000 jaar terug in de tijd. Nederlands bestond nog niet. Alles in deze regio was Germaans. Vanuit deze taal van "de barbaren" zoals de Romeinen ze noemden is langzaam het Nederdiets gevormd in onze regio. Achterhoeks en Nederlands zijn daar weer de afstammelingen van. Nederlands werd vooral door deftige mensen gesproken en het platteland hield zich aan hun eigen taal.

Fries heeft echter een andere afkomst. De Friezen waren altijd een apart volk en daarom spraken zij ook een andere taal dan de Germanen. Dat doen zij dus nog steeds. Fries en Engels hebben dezelfde oorsprong: Het Angelsaksisch.

Dit was het voor deze keer, de volgende keer ga ik wat meer in op aparte woorden.



Nita neemt afscheid na 8 hele mooie jaren!

Na 8 jaar is het tijd voor mij om afscheid te nemen van HIER Zorg. Het voelt best gek om weg te gaan, want ik heb hier al die jaren met veel plezier gewerkt. Per 1 juli start ik als consultant binnen de gemeente Winterswijk.

Ik heb mogen werken in een warm bad van fijne mensen en mooie momenten. Daar ben ik heel dankbaar voor. Samen hebben we veel meegemaakt, gelachen en geleerd.

Ik wil iedereen bedanken voor de fijne samenwerking en het vertrouwen. Ik wens jullie allen het beste. Wie weet kruisen onze paden zich ooit weer. Tot ziens!





Leukste herinnering:

Ik heb zoveel leuke herinneringen aan HIER, er valt er niet één specifiek te noemen. Wat ik altijd mooie momenten vind is als er grotere openstellingen zijn, zoals de BBQ, het cliëntenuitje e.d. waarbij onze cliënten én medewerkers samen komen. Ik voel dan weer aan alles hoe trots ik ben op de sfeer en hoe prettig de contacten onderling zijn en hoeveel mooie zinvolle activiteiten er worden georganiseerd met veel energie en enthousiasme.

Mooiste ontwikkeling:

Ik vind alle ontwikkelingen binnen HIER mooi om te zien. Wat ik krachtig vind is dat we meer 'buiten' de muren van HIER projecten draaien die erg zinvol zijn. Het werk op de Zwarte Cross, de samenwerking met Meekes, de vierdaagse waarbij elke cliënt met zijn/haar eigen doelen meedoet.

Alles om iedereen te kunnen blijven bieden wat helpend is voor de toekomst. De warme saamhorigheid is wat mij betreft nog altijd voelbaar, zowel tussen cliënten als tussen medewerkers en in de mix daarvan.

Toen ik 12 jaar geleden bij HIER begon was er een klein team gericht op dagbesteding, de huisbezoeken bij cliënten stond toen nog in de kinderschoenen. Inmiddels hebben we een groot team met sociaal hulpverleners die dagelijks huisbezoeken afleggen in de regio Achterhoek om al onze cliënten te ondersteunen. **Trots op alle enthousiaste medewerkers die onze visie begrijpen en voelen.** Iedereen zet zich met vol enthousiasme en creativiteit in. **Trots op!**

Aankomende 15 jaar:

Er is landelijk en regionaal veel gaande wat betreft zorg en ondersteuning. Er zijn veel mensen die ondersteuning nodig hebben, de wachtlijsten in de GGZ zijn groot, waardoor de problemen vaak groter worden.

Echter zijn er bij de overheid minder financiële middelen waardoor voor alle zorgaanbieders de opdracht ligt te gaan bezuinigen. Wij nemen uiteraard deze opdracht serieus en we zetten zorg in zo lang als moet, zo kort als mogelijk. Alles om de zorg toegankelijk te houden voor de mensen die het nodig hebben.

Daarnaast hoop ik dat wij nog steeds een fijne organisatie zijn waar medewerkers en cliënten de warme en open sfeer voelen, waar je je zelf mag en kan zijn en we nog steeds dagelijkse onze ondersteuning in kunnen zetten daar waar nodig!





TOEN & NU!

Joke

Wat is je leukste HIER-herinnering?

Teveel leuke en mooie herinneringen! Ik hou er van om resultaat te zien zoals bij het schoonmaken of opruimen van een huis van een cliënt. Dat geeft mij een goed gevoel en de client kan weer vooruit. Een opgeruimd huis is een opgeruimd hoofd.

Verder vind ik het mooi wanneer een client een hobby heeft en deze kan delen met anderen buiten HIER Zorg. Dat geeft enorm veel zelfvertrouwen en verbreed het netwerk.

Bij rondleidingen krijg ik geregeld te horen dat het **zo warm en open** voelt om HIER binnen te komen. HIER voelt voor velen als familie, wat moeten wij zonder HIER?

Wat vind je het mooiste ontwikkeling van HIER, de afgelopen 15 jaar?

Hier Vier Je Samen, Barchemse vierdaagse en wandelen in de Eifel.

Daarnaast het werken op locatie zoals bij fa. Meekes en Zwarte Cross, deelnemer zijn in de werkende wereld en dat je niet anders bent dan een ander. Mooi als mensen waardering hebben voor elkaar.

Hoe hoop je dat HIER zich de komende 15 jaar ontwikkelt?

Dat HIER blijft werken zoals wij nu werken, net iets buiten de lijntjes indien nodig. Maatwerk blijven leveren aan onze cliënten. **Niets is te gek.**





TOEN & NU!

Haico

Wat is je leukste HIER-herinnering?

In 2021, na de corona begon ik met bemoeizorg. Toen heb ik mijn vriendin Isabelle leren kennen, zij werkt ook bij HIER. We hebben ons lieve zoontje Lukas gekregen, die inmiddels alweer bijna 1 jaar is.

In de 13,5 jaar die ik nu HIER werk, heel veel mooie herinneringen weten te verzamelen. Het ontmoeten van Isabelle, de mini HIER-vakanties naar de Eifel. En uiteraard de mogelijkheid die ik kreeg, om herinneringen te maken in Amerika en Canada, tijdens mijn vakantie.



Wat vind je de mooiste ontwikkeling in de afgelopen 15 jaar HIER?

Het mooiste is het mee bewegen bij een zorgvraag van een cliënt, om zo toch samen het doel te behalen.

Binnen de reguliere zorg, toch buiten de kaders te denken.

Wat voor ontwikkeling hoop je op, in de komende 15 jaar?

Ik hoop op minder groei en dat bedoel ik positief! Minder zorgvragen, in de 8 gemeentes waar we werken. Het is fijn als je al je collega's kent.





Leukste HIER herinnering?

Mijn leukste herinnering is mijn oud begeleidster Zinzy!

De mooiste ontwikkeling?

Hoe klein wij zijn begonnen en de enorme groei en ontwikkeling die we hebben doorgemaakt. De samenhang, de gelijkheid onderling en dat we elkaar allemaal respecteren.

Welke ontwikkeling hoop je dat HIER de komende 15 jaar gaat doormaken?

Ik denk dat we altijd blijven ontwikkelen, groeien en veranderen. Ook kijkend naar de regels. Er is geen stilstand.

Wat is je leukste HIER herinnering?

Mijn mooiste herinneringen heb ik aan de vele mensen die ik heb leren kennen. Ik zit zelf inmiddels ook al 15 jaar bij HIER.

Ik vind alle uitjes erg leuk. We zijn ooit naar Oberhausen geweest. Ook heb ik meegedaan aan de Barchemse 4 Daagse. Ik vond dat heftig, omdat ik mezelf gigantisch tegenkwam op geestelijk vlak. Dat maakte het juist ook weer enorm leerzaam!

En de mooiste ontwikkeling?

Toen ik binnen kwam bij HIER, waren er 5 personeelsleden en een stagiaire. HIER is positief verbeterd en heeft door kunnen gaan door hun mooie groei.

Niet alleen de organisatie zelf, maar ook het gebouw is in de afgelopen 10 jaar veel verbouwd. Zoals de sportzaal, kantoor, receptie, werkplaats en de nieuwe spreekkamers.

In het begin waren er veel oudere cliënten, ik merk de laatste jaren ook steeds meer jongeren. Een leuke verdeling!

Met humor organiseren ze activiteiten en het personeel doet echt zijn best om er voor ons te zijn.

En de toekomst van HIER?

Ik denk dat de zorg de komende jaren te maken zal hebben met bezuinigingen. Dat zal zorgen voor meer zorgverbindingen.

Ik hoop dat er ooit een ander pand komt, zonder teveel te groeien, waar meer cursussen en therapie gegeven worden.

