

*eigen*zinnige *Viviënne*

Zideris Magazine

februari 2020 1

In dit nummer:

*Milou en Viviënne
op Curaçao*

*Verhuizing naar
de Bantuinweg*

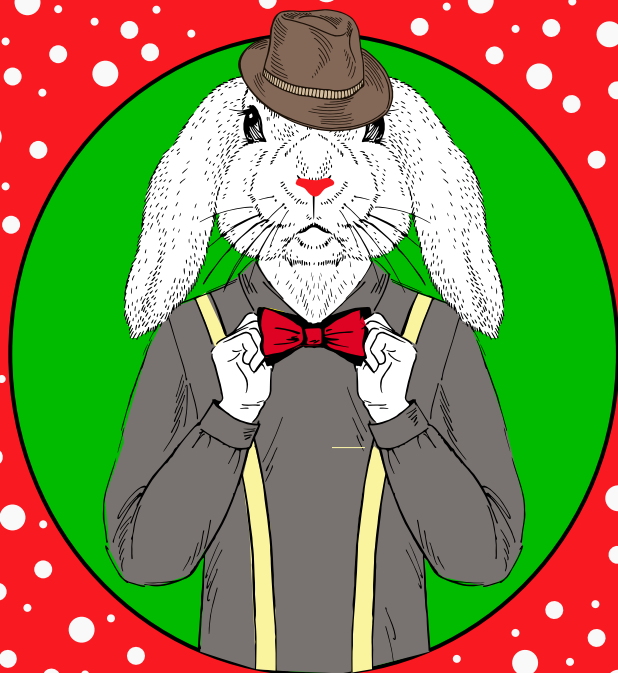
*Terugblikken op
10 jaar Zideris*



★ Zie je de 10 verschillen?



Hallo, ik ben Ed



Hallo, ik ben Bas

Redactie Zideris Magazine
Bureau Organisatieondersteuning
Postbus 30, 3910 AA Rhenen
088 513 2513
communicatie@zideris.nl

Redactie
Ineke Balijon
Dirk-Jan Beumer
Linette Commandeur
Loes Groeneveld
Mark van der Geijs
Chantal van de Scheur

Fotografie
Ineke Balijon
Niek Stam fotografie
Medewerkers Zideris

Basisvormgeving
DplusM. Eindhoven

Opmaak
GAW ontwerp+communicatie,
Wageningen

Druk
Drukkerij Modern bv, Bennekom

Volgend nummer
Kopij voor Zideris Magazine
is van harte welkom!
Stuur jouw verhaal naar,
communicatie@zideris
of naar Zideris
t.a.v. Redactie Zideris Magazine
Postbus 30, 3910 AA Rhenen
De redactie behoudt zich het
recht voor ontvangen kopij
niet te plaatsen, te redigeren
of in te korten.

Zideris eigenzinnige zorg

metinhoud

- 4 *Klantcontact*
Marije en Angelique stellen zich voor
- 6 *Verbinding*
Blog van Bernadette
- 7 *Begeleiding thuis*
Annick
- 8 *Clïënt en begeleider*
Viviënne en Milou op Curaçao
- 10 *Wet Zorg en Dwang*
- 11 *Client en vertegenwoordiger*
Rick en Willem
- 12 *Fotopagina*
Terugblik 10-jarig jubileum Zideris
- 14 *Clïënt aan het werk*
Sonja is zorgzaam
- 16 *Nieuws*
- 17 *Gentle Teaching*
- 18 *Clïënt in Beeld*
Ineke en haar liefde voor muziek
- 20 *Mee met.....*
De verhuizing van Anja naar de Bantuinweg
- 22 *Kunst, gedicht, muziek*
Harry Oostveen

Eigenzinnig blijven we!



Voor je ligt een nieuwe editie van Zideris Magazine. Ook dit keer gevuld met eigenzinnige verhalen.

We kijken terug op 2019 en kijken vooruit. Er zijn altijd zaken die we los laten en waar we mee doorgaan.

Waar we mee doorgaan, is onze eigenzinnigheid. We blijven, ook in 2020, eigenzinnig!

Bij Zideris mag iedereen eigenzinnig zijn: zijn wie hij/zij is. Clïënten staan bij ons niet centraal, maar aan het roer van hun eigen leven. Dit betekent onder meer dat zij hun dromen volgen en hun eigen weg bewandelen. Wij ondersteunen en begeleiden hierbij. We kennen de beste routes, maar zijn niet bang om indien nodig de gebaande paden te verlaten.

Deze editie bevat onder meer de volgende eigenzinnige artikelen:

- > Sonja: een te drukke omgeving, nu naar de ouderenzorg.
- > Annick: in haar huis ondersteuning krijgen die nodig is.
- > Vivienne: op vakantie naar Curaçao om het graf van haar oma te bezoeken.
- > Rick: zwemmen in het zwembad dat bij hem past.
- > Roy: motiveren om op te staan.

Veel leesplezier gewenst!

Chantal van de Scheur

Even voorstellen *Klantcontact*

Wellicht ben je ze weleens tegengekomen op een woonlocatie van Zideris of op een informatiemarkt: Marije Tanis en Angelique de Graaf van Klantcontact.

Angelique vertelt: “Klantcontact is het eerste aanspreekpunt voor iedereen die op zoek is naar een geschikte woonlocatie en/of dagbestedingsplek voor hun naaste met een verstandelijke beperking. We geven bijvoorbeeld rondleidingen op de Zideris locaties. Wij willen, met onze collega's, ervoor zorgen dat elke cliënt op een woonlocatie en/of dagbestedingsplek terecht komt, waar hij/zij zich thuis voelt en dat alle randzaken geregeld zijn.”

Van Zorgloket naar Klantcontact

“Wist je dat de afdeling Klantcontact eerst bekend stond onder de naam Zorgloket? Er is bewust gekozen voor deze naamsverandering. Het Zorgloket gaf een beeld van een loketfunctie waarbij je open of dicht kan zijn. De naam Klantcontact straalt meer uit wat we zijn: toegankelijk. We zijn er voor onze klanten; (potentiele) nieuwe



cliënten, hun wettelijk vertegenwoordigers, andere zorgaanbieders, scholen enz.” vertelt Marije.

Klantcontact in de praktijk

Instroom nieuwe cliënt

Stefan is op zoek naar een nieuwe woning in de omgeving van Bilthoven. Zijn ouders nemen contact op met Zideris Klantcontact. Hun interesse is gewekt in woonlocatie De Koperwiek. Wij stellen voor om hun een rondleiding te geven op de woning. Na de rondleiding is Stefan erg enthousiast. Zijn ouders vullen later in de week het aanmeldformulier in. Zij sturen zijn dossier op om de officiële aanvraag in gang te zetten

Klantcontact in de praktijk

Doorstroom/ interne verhuizing

Dagmar woont al enige tijd bij Zideris in De Bilt. Haar begeleider en cliënt-vertegenwoordiger geven aan dat ze toe is om meer zelfstandig te gaan wonen. Haar persoonlijk begeleider stuurt een woonprofiel op naar Klantcontact. Klantcontact gaat vervolgens op zoek naar een plek binnen Zideris die past bij de (woon) behoeften van Dagmar. In Veenendaal wordt een passende woonlocatie gevonden. Dagmar wordt op locatie uitgenodigd voor een kennismaking met de gedragskundige en de clustermanager.



Onvoorwaardelijk verbonden...

Wat mij betreft de kernwaarde die mij het meest is bijgebleven tijdens mijn eerste periode bij Zideris en die ik, ook voor komend jaar, erg belangrijk vind.

Verbinding staat namelijk centraal in alles wat we doen. Met elkaar en met de omgeving. Dit kwam onder meer goed naar voren tijdens de viering van het 10-jarig jubileum. Samen hebben we er een feest van gemaakt. Of het nu het circus, het **Knalfeest** voor medewerkers en vrijwilligers of RijnPop betrof, het gezamenlijke plezier en de verbinding met elkaar was overal voelbaar aanwezig.

Maar juist ook in moeilijke tijden hebben we met zijn allen laten zien, dat we er met en voor elkaar zijn. Voor mijzelf is het beste voorbeeld van onvoorwaardelijk verbonden zijn met elkaar de uitbraak van het Noro-virus bij Zideris.

Ik ben er trots op als ik zie hoe we met zijn allen zijn omgegaan met deze situatie. Trots ben ik op alle collega's, zowel in directe zorgfuncties als ondersteunende functies, die extra inspanningen hebben verricht om de beste zorg te blijven verlenen aan onze cliënten. En die daarmee ook een verdere uitbraak van het virus hebben weten te voorkomen.

Daarnaast was er de moeilijke beslissing om de Kersttocht dit jaar niet door te laten gaan. Wat een begripvolle reacties hebben we ontvangen voor het nemen van dit besluit. Wederom een mooi voorbeeld van verbinding.

Het is mijn wens dat we als organisatie ook in 2020 de verbinding met elkaar blijven zoeken. Door naar elkaar te luisteren en samen te werken de kwaliteit van zorg kunnen blijven bieden die onze cliënten nodig hebben!

Bernadette Ottenschot

🌸 Begeleiding thuis

Annick “Even de bevestiging nodig...”



Annick woont sinds drie jaar op zichzelf in een appartement aan de Groenekanseweg 80A in De Bilt. Ze wordt begeleid door een ambulante begeleider van Zideris. Zij helpen haar. Annick en haar moeder Ingrid Verlaan delen hun ervaringen.

“Ik vind het fijn dat ik de begeleiding kan bereiken als ik dat nodig heb. Dat ik ze een bericht kan sturen met een vraag of dat ik ze kan vragen om langs te komen.” vertelt Annick. Haar moeder Ingrid vult aan: “De begeleiding van Annick bestaat uit een aantal vaste bezoekenmomenten en begeleiding op

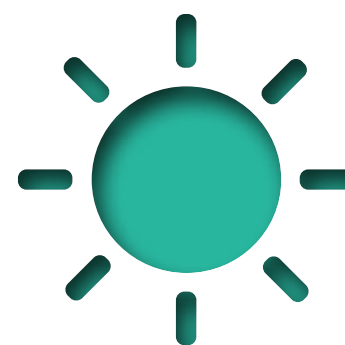
verzoek. Tijdens de vaststaande bezoeken kan Annick vertellen wat er speelt, waar er problemen zijn. Er wordt samen gezocht naar oplossingen, bijvoorbeeld hoe om te gaan met gevoelens van angst en onzekerheid. Zijn er geen problemen dan is er ook ruimte om gezellig de dag door te spreken.”

Wanneer er zich onverwachts iets voordoet in het leven van Annick kan zij bij haar begeleider aangeven dat er wat is. Dit wordt begeleiding op verzoek genoemd. Dit contact is waardevol. Vaak heeft Annick zelf al een oplossing bedacht, maar heeft ze even bevestiging nodig. De begeleiding bij onverwachte gebeurtenissen is voor mij als ouder belangrijk. Ik kan er van op aan dat Annick geholpen wordt wanneer dat nodig is. Hierdoor kan ik op een goede manier ‘gewoon moeder’ zijn voor Annick. Het geeft mij rust dat ik kan overleggen met de begeleiding en dat we dezelfde oplossingen toepassen. Hier en bij haar thuis.”

Meer weten over begeleiding thuis door Zideris? Kijk dan op www.zideris.nl/begeleidingthuis

Een bijzondere reis

→ *Viviënne Monte heeft een bijzondere reis gemaakt.
Samen met haar begeleidster Milou Hoogveld
vertrok ze voor negen dagen naar Curaçao.*



“Mijn oorsprong ligt op Curaçao. Ik heb er nog veel familie wonen. Toen bleek dat Milou met mij mee wilde was ik erg blij! Het was een lange reis waarbij we 9 uur moesten vliegen. We verbleven in een appartement. Van daar uit hebben we familie bezocht en excursies gedaan. Ik wilde heel graag zwemmen met dolfijnen en dat is gelukt! Ook hebben we quad gereden en een eilandtoer gedaan. Tijdens de eilandtour vertelde de gids veel over de geschiedenis van Curaçao. We kwamen langs een huis waar vroeger slaven werkzaam waren. Dat maakte veel indruk op mij.”

“Het is mij helaas niet meer gelukt om mijn oma nog een keer te zien. Door omstandigheden kon ik niet eerder naar Curaçao afreizen. We zijn wel naar het huis waar oma woonde gegaan. Daar wonen nu een oom en nicht. Ook hebben we nog het graf van oma bezocht. Dat was heel bijzonder en heel emotioneel.”

“Ik heb een prachtige reis gemaakt. Het was heel fijn dat Milou erbij was, want ik kon goed met haar praten. Milou regelde de uitstapjes en zorgde voor de financiën. Ik zou graag nog eens terug willen!”



Bekijk nu de vlog
‘Mee met Milou – Curaçao JA ZEKER’
op het YouTube-kanaal van Zideris.

Wet zorg en dwang

Per 1 januari 2020 is de Wet Bopz vervangen door de Wet Zorg en Dwang (afgekort tot Wzd). De Wet Zorg en Dwang regelt de rechten van mensen met een verstandelijke beperking of een psychogeriatrische aandoening (zoals dementie) die onvrijwillige zorg krijgen.

Uitgangspunt van de Wzd: vrijwillige zorg

De kern van de Wzd is dat vrijheidsbeperking of onvrijwillige zorg in principe niet mag worden toegepast, tenzij het echt niet anders kan. Eerst moeten alle mogelijkheden voor vrijwillige zorg worden onderzocht. Is dan toch onvrijwillige zorg nodig, dan wordt gekozen voor de minst ingrijpende vorm, en dat zo kort mogelijk.



Voor onze cliënten betekent de nieuwe wet dat we nóg zorgvuldiger omgaan met onvrijwillige zorg. En dat daarmee hun rechten beter beschermd zijn. De eerste kennismaking met de Wzd zal zijn bij de evaluatie van het persoonlijk plan. In deze evaluatie worden de veranderingen binnen de Wzd besproken.

Overgangsjaar

Het jaar 2020 geldt als een overgangsjaar waarbij organisaties een jaar lang de tijd krijgen om aan de nieuwe wet te voldoen. De nieuwe wet brengt bijvoorbeeld een andere manier van werken met zich mee. Zo wordt er gewerkt met een stappenplan, moet er op een andere manier worden geregistreerd en zijn er vaker multidisciplinaire evaluaties van de onvrijwillige zorg. Achter de schermen wordt momenteel hard gewerkt om goede informatie en scholing voor onze medewerkers beschikbaar te maken.

Voor meer informatie over de wet: ga naar www.dwangindezorg.nl



Clïent en vertegenwoordiger



Rick en Willem

Rick Onderstal woont sinds 2012 bij Sluis 4 op het terrein van Zideris in Rhenen. Samen met (stief)vader Willem en medebewoners Wendy, Roy, Robert en Damian gaat Rick elke maandag naar het zwembad. Eén keer in de twee weken gaat Berry van Sluis 3 mee. “We gaan altijd met veel plezier naar het zwembad aan de Grebbeberg. Een fantastische locatie! Ik ga al sinds het begin als begeleider mee”, vertelt Willem.

Rust en Ontspanning

“Eerder zwommen we bij zwembad De Waag in Wageningen. Daar was het te druk voor Rick.

In het zwembad in Rhenen vermaken we ons volop. Wendy trekt baantjes, soms wel honderd. Anderen gooien een bal naar elkaar over, terwijl Rick lekker ligt te dobberen op zijn ‘surfplank’. En Roy gooit mij telkens in het zwembad”, zegt Willem met een knipoog.

Zwemvierdaagse

“We sluiten het zwemseizoen af met de zwemvierdaagse. Deze vierdaagse is in de zomer, vlak voor de Zideris vakantieweken. Tijdens de vierdaagse is het de bedoeling om zoveel mogelijk baantjes te zwemmen. Willem vraagt aan Rick wat hij dan krijgt aan het einde van de zwemvierdaagse:

“Een diploma en een medaille. Die krijg ik van zwemjuf Francis”, antwoordt Rick trots. “Maar het leukste vindt Rick het optreden van zanger Rien Salet tijdens het feest”, vertelt Willem.

Ga ook zwemmen in het Rhenens zwembad

“We beleven zoveel plezier aan het zwembad. Ik raad begeleiders en vrijwilligers daarom ook aan met hun cliënten te gaan zwemmen. Het zwembad moet blijven bestaan!”



Sonja is **zorg**zaam

“Een beetje gek doen samen”

Sonja woont sinds 2018 bij De Eger, de woonlocatie van Zideris in Uithoorn. Ze werkt vanaf september 2018 bij ontmoetingsgroep Bilderdijkhof van Participe. Participe is een welzijnsorganisatie die dagopvang biedt aan mensen met dementie.

Voordat ze naar de Eger verhuisde, woonde en werkte Sonja jarenlang in Mijdrecht. Ze vertelt over haar eerdere werk op een school: “Ik vond het een leuke tijd. Het was alleen te druk voor me. Ik wilde daarom wat anders. Werken met ouderen heeft me altijd al aangesproken.”



Al bij de eerste ontmoeting was er een klik tussen Sonja en Caroline, de coördinator van Participe. “We zijn goede vrienden”, zegt Sonja. “We kunnen een beetje gek doen samen. Ik ben er elke maandag en vrijdag. En dek de tafel voor de ouderen, eet samen met de vrijwilligers en ruim de afwasmachine in. Ook help ik met schoonmaken.” Vier keer per jaar worden er spelletjesdagen georganiseerd voor alle deelnemers, mantelzorgers en vrijwilligers. Ook Sonja

helpt dan mee. Caroline vertelt: “Het is gezellig. Sonja heeft veel geleerd de afgelopen periode.” Ze richt zich tot haar: “Je hebt veel taken en je bent oplettend. Daar ben je ook in gegroeid.” Sonja straalt.

Trots vertelt Sonja dat ze ook anderen iets heeft geleerd: “Ik heb iemand Nederlandse woorden geleerd.” “Ja, je bent een gewaardeerde collega”, zegt Caroline.



Het Kaarsenatelier produceert duurzamer en milieuvriendelijker

Vanaf 1 januari 2020 maakt dagbesteding het Kaarsenatelier in Wageningen gebruik van koolzaadwas in plaats van parafine voor de productie van kaarsen. Het toepassen van koolzaadwas in het productieproces levert diverse voordelen op voor mens en milieu.

Koolzaadwas is plantaardig natuurlijk, biologisch afbreekbaar en bovendien uitwasbaar. Bovendien bevat koolzaadwas geen giftige gemanipuleerde stoffen, wordt het niet getest op dieren en als gebruiker heb je minder last van roet aan ramen of gordijnen. Duurzamer en milieuvriendelijker produceren dus!

Benieuwd naar deze kaarsen? Loop eens binnen bij het Kaarsenatelier aan de Crocusstraat 51c in Wageningen.



Druk bezochte informatieavond bouwproject 'De Hazelaar'

Begin januari heeft Zideris omwonenden van de Rembrandtlaan geïnformeerd over het bouwproject 'de Hazelaar' tijdens een inloopavond. Het bouwproject heeft betrekking op de modernisering en uitbreiding van de Zideris locatie.

Tijdens deze avond lieten de bezoekers zich informeren over de volgende onderwerpen: 'Zideris en haar bewoners', 'Gebouwen en Landschap' en 'Planning & Procedures'. De aanwezigen maakten van de gelegenheid gebruik om vragen te stellen en ideeën aan te dragen over de hiervoor genoemde onderwerpen. Ook hebben de omwonenden kennisgemaakt met enkele bewoners en ouders die op deze avond aanwezig waren. De bewoners zorgden voor een lekkere kop snert en een drankje.

Nieuwsbrief cliëntvertegenwoordigers

In 2019 zijn wij gestart met het versturen van een digitale nieuwsbrief naar vertegenwoordigers van onze bewoners en cliënten.

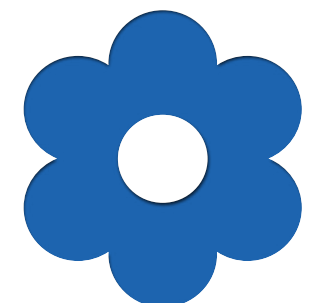
Wij informeren hun over actuele ontwikkelingen binnen Zideris. De nieuwsbrief verschijnt vier keer per jaar. Zideris is volop in beweging en wij willen u daar ook graag bij betrekken. Wilt u de nieuwsbrief ontvangen? Dat kan! Stuur een e-mail naar communicatie@zideris.nl en blijf op de hoogte.

Gentle Teaching

Ontmoeten en verbinden

Roy houdt niet zo van opstaan

's Ochtends vroeg opstaan is niet Roy's favoriete moment van de dag. "Hij ligt vaak nog heerlijk te slapen. Hij moet vaak een keer of drie geroepen worden voordat hij uiteindelijk opstaat. Vandaag lag Roy ook nog heerlijk warm in zijn bed. Hij had weinig zin om op te staan", vertelt begeleidster Marianne. "De derde keer dat ik kwam werd Roy een beetje mopperig; "Kom je nou alweer?" Hij had echt nog geen zin om op te staan, maar de tijd tikte door. Roy heeft die tijd nodig om op tijd bij de bus te zijn die hem naar zijn dagbesteding brengt. Dus ik vroeg aan hem of hij het fijn zou vinden als collega Jarno hem kwam roepen. Allebei zijn ze Ajax fan, dus dat zag Roy wel zitten. Jarno ging even naar hem toe. Ze praatten even over Ajax en hierna kwam Roy snel zijn bed uit. Een leuke en simpele oplossing die vanmorgen even nodig was. Daarna pakte Roy vrolijk zijn ochtendtaken goed op en ging hij met een lach naar de bus toe."



Van dreigen naar samen eten

Floris, begeleider bij mensen thuis, deelt zijn ervaring met Gentle Teaching: "Wanneer ik bij Jaap langskwam stond hij in de deuropening te schreeuwen en te dreigen, naar mij en zijn ouders. Dat gedrag heb ik toen bewust genegeerd. Ik ging sowieso voor hem aan de slag. Want bij Gentle Teaching draait het om een vertrouwensrelatie opbouwen met de cliënt. Pas toen hij mij begon te vertrouwen, sprak ik hem stevig aan op zijn gedrag. Inmiddels staat Jaap nu al anderhalf jaar op eigen benen. Dat is fijn. Onlangs werd ik als dank uitgenodigd voor het avondeten. Een mooie blijk van waardering."

Ineke en haar liefde voor muziek



Ineke Jooren is sinds 4,5 jaar woonachtig op de Koperwiek in Bilthoven. Met haar leeftijd van 75 jaar is ze de oudste inwoner op de gang.

In haar gezellige appartement staan diverse muziekinstrumenten. Zo hangt er een gitaar aan de muur die ze ooit bij haar favoriete kringloopwinkel Emmaus heeft gekocht.

Een en al liefde voor muziek

“Ik luister graag muziek. Ik houd met name van Hollandse muziek. Ook heb ik veel lp's en cd's en een platenspeler, maar die moet nog gemaakt worden.” Trots laat ze horen welke melodieën ze kan spelen op de melodica (mondharmonica). “Ik heb zelf geleerd om het Wilhelmus te spelen.” Het klinkt prachtig.

Dagbesteding

Ineke is nog heel actief. “Ik werk drie dagen per week bij dagbesteding Kozi. Ik doe daar onder meer haarelastiekjes om kartonnetjes heen voor de plaatselijke drogist.”

Genoeg hobby's

Vol trots laat ze haar zwemdiploma's A en B zien. “Op mijn 38e heb ik leren zwemmen. Tegenwoordig zwem ik nog maar af en toe. Dit doe ik samen met een vrijwilliger waar ik ook andere leuke uitstapjes mee maak. Ik vind het fijn om actief te blijven. Mijn leuke hobby's en fijne dagbesteding helpen daarbij.”



De verhuizing van *Anja* naar de Bantuinweg



Anja Mater is één van de 32 bewoners van de Bantuinweg. Half januari is zij verhuisd naar haar nieuwe studio. Wij maakten het proces van de verhuizing van dichtbij mee....

Zaterdag 19 oktober 2019

Anja is aanwezig bij het kennismakingsmoment in het Forum, aan de Cuneraweg in Rhenen. Het is er gezellig druk. Anja leert haar toekomstige huisgenoten kennen. Begeleiders en cliënten drinken samen een kopje koffie of thee met wat lekkers.



Vrijdag 1 november 2019



Iedereen is benieuwd naar hun nieuwe woonlocatie. Daarom heeft Zideris een kijkmiddag georganiseerd. Vol enthousiasme neemt Anja een kijkje.

Woensdag 11 december 2019

Hoewel de definitieve verhuizing nog even duurt, mag Anja haar nieuwe studio wel inrichten. De verhuishwagen komt langs om alvast wat spullen mee te nemen.



Zaterdag 4 januari 2020

Het is feest! Anja en haar (toekomstige) medebewoners zijn aanwezig op de nieuwjaarsbijeenkomst aan de Bantuinweg. Samen met hun vertegenwoordigers en begeleiders is het een gezellig samenzijn. Er is gezorgd voor een drankje en een stampottenbuffet. Smullen maar!



Harry Oostveen is schilder en tekenaar en altijd op zoek naar het goede plaatje, het juiste beeld. Hij tekent gedetailleerd volgens een eigen stijl. Zo maakt hij verbinding met de wereld om hem heen. Daarmee laat hij zien waar zijn voorkeur naar uitgaat, waar hij van houdt en wat hem raakt.



Kunst van Harrie Oostveen

Hij vertelt enthousiast: "Ik teken en schilder landschappen, gebouwen, vogels, maar vooral vrouwen. Vaak twee vrouwen samen. Eerst waren mijn schilderijen kleurrijk. De laatste jaren schilder en teken ik met name in het zwart/wit."

"Ik woon op de Hollandia in Veenendaal. In mijn appartement en op de gangen hangen veel van mijn schilderijen. Ik werk bij dagbesteding De Kaarsenmakerij in

Wageningen. En één ochtend in de week schilder ik in het Atelier van Zideris."

Twee werken van Harry zijn onlangs gekocht door een extern bedrijf. Hij vertelt met trots: "Volgens medewerkers van het bedrijf hangen ze er schitterend bij." Harry glundert. Tot slot zegt hij: "Ik vind alles mooi wat ik maak. Maar het naschilderen van Rembrandt, dat vind ik echt geweldig!"

Samenwerking Stichting Downsyndroom - Zideris

Hoe om te gaan met ouder worden?

In 2019 zijn Zideris en Stichting Downsyndroom een samenwerking aangegaan. Het doel van deze samenwerking is bij te dragen aan een positieve beeldvorming over en het versterken van de positie van mensen met het Syndroom van Down. In deze editie van Zideris Magazine lees je meer over hoe je als cliënt (en begeleider) kunt omgaan met 'ouder' worden. Deze informatie is zinvol voor ouder wordende cliënten met en zonder Downsyndroom.

Door Regina Lamberts
Directeur Stichting Downsyndroom

Ben je 40 jaar of ouder? Denk je na over ouder worden? Wat is oud worden? Wat gebeurt er dan? Ga je er anders uit zien? Ga je andere dingen leuk vinden?

Er is een boek dat cliënten kan helpen om na te denken over het ouder worden. Het boek heet: 'Help, wat gebeurt er met me!' Het boek kan je zelf in elkaar zetten en bevat zowel pagina's voor mannen als vrouwen. Ook is er een pagina over slechter gaan lopen, bijvoorbeeld met een rollator. Als je nog goed kan lopen, heb je deze informatie niet nodig. Samen met jouw begeleider kan je naar de pagina's kijken die voor jou belangrijk zijn. We denken dat de plaatjes je helpen over ouder worden na te denken. En vooral ook om erover te praten. Want als je ergens over nadenkt, is praten slim. Dan snappen anderen waarover je nadenkt. Jouw begeleider kan je dan beter helpen.

Er zit ook een apart boek bij voor begeleiders. Dat boek legt alles over de ouder wordende cliënt uit aan de begeleider. Het boek en de handleiding is te vinden op <https://www.downsyndroom.nl/home/levensloop/volwassene/> onder het menu kopje "Informatie voor volwassenen met Downsyndroom zelf".



*daad*zinnig

Dit is Zideris

Zideris is een kleinschalige zorgorganisatie met een eigen gezicht, eigen visie en eigen karakter. Wij bieden persoonlijke begeleiding en mensgerichte ondersteuning aan jongeren en volwassenen met een verstandelijke beperking.

Je mag zijn wie je bent.

Je groeit naar vermogen.

Je vindt persoonlijk geluk.