

# "Rimpelingen"

Cliëntenraad Nieuwsbrief

Februari 2023 - 4e Editie

## IN DEZE EDITIE:

<b>Cliëntenraad zoekt nieuwe leden!</b>	<b>1</b>
<b>De Botenparade</b>	<b>1</b>
<b>Een gedicht over intiem</b>	<b>2</b>
<b>Hulpmiddelen: "De Robokat"</b>	<b>2</b>
<b>Hulpmiddelen: "Tessa"</b>	<b>2</b>
<b>Het dialoog ontbijt over seksualiteit en intimiteit</b>	<b>4</b>
<b>Wat is er onlangs besproken in de cliëntenraad vergadering(en)?</b>	<b>4</b>
<b>Colofon</b>	<b>4</b>

## Cliëntenraad zoekt nieuwe leden!

Onze cliëntenraad bestaat dankzij de inzet van onder andere de cliënten die lid zijn van deze raad.

### ***En daarom zoeken wij jou!***

Het is namelijk heel belangrijk dat cliënten zelf vertellen hoe zij de (thuis)begeleiding ervaren. Soms gaan er namelijk wel eens dingen incidenteel fout en soms zijn er ook bepaalde zaken die structureel verbeterd kunnen worden.

Natuurlijk is het ook erg fijn om complimenten te kunnen geven en om te horen wat er wél goed gaat.

We komen als de cliëntenraad ongeveer 6 keer per jaar bij elkaar (afwisselend in Hoofddorp én Amstelveen) om over bovenstaande punten praten.

Naast dat we bij elkaar komen, maken we ook gezamenlijk deze nieuwsbrief. Uiteraard is er ook een vrijwilligers vergoeding (bijdrage) voor de inzet die je geeft aan deze cliëntenraad.

Denk je bij het lezen van deze tekst: "Nou, daar vind ik ook wel iets van." Laat je dan vooral horen!

Je kan een e-mailtje sturen naar: [clienraadt@amstelring.nl](mailto:clienraadt@amstelring.nl) of je bespreekt dit met je eigen thuisbegeleider.

## De Botenparade

Zaterdag 6 augustus 2022 waren cliënten en medewerkers van de Amstelring aanwezig bij de botenparade van **Pride Amsterdam**.

Last minute kon én werd er gelukkig nog een hoop georganiseerd voor iedereen die zich verbonden voelt met de lgbtqi+ gemeenschap.

Helaas, omdat het last-minute was kon dit niet naar iedereen tijdig

worden gecommuniceerd. Hopelijk kan er volgend jaar wel tijdig een aankondiging worden gedaan.



(Foto: Shosha Melkman)

Shosha Melkman was aanwezig en heeft enkele foto's kunnen maken zodat iedereen die het heeft gemist via deze nieuwsbrief toch nog een beetje kan genieten!



(Foto: Shosha Melkman)

Heb jij ook interesse om deel te nemen aan deze én andere regenboog-activiteiten? Meld je dan aan voor de nieuwsbrief "Oud Roze" van de Amstelring, via [oudroze@amstelring.nl](mailto:oudroze@amstelring.nl)

De naam doet overigens vermoeden dat er voornamelijk ouderen deelnemen, maar dat is helemaal niet het geval! Jong én Oud is namelijk van harte welkom bij Oud Roze!



(Foto: Shosha Melkman)

## Een gedicht over intiem

Wat is intiem?  
Is het houden van?  
En van jezelf?  
Vriendschap....  
Je gevoel durven voelen  
Durven delen met die ander

Die muur om je heen  
Stukje voor stukje durven afbreken  
Soms moeizaam soms bijna  
vanzelf  
Of een bres slaan....keihard!!  
Hoe dan??

Altijd maar dat hoofd  
Dat alles weg wil redeneren  
Verdriet angst pijn  
Maar ook die enge liefde  
Veel te dichtbij

Kruip maar lekker in jezelf  
Ver weg van iedereen en alles  
Leef als een kluizenaar  
Je hebt niemand nodig....  
Of toch? Een klein beetje af en toe

Ach wat doet het er ook toe  
Het gaat toch weer mis  
Net als altijd  
Je weet niet beter  
Kruip in je schulp  
En blijf daar maar lekker  
Lekker veilig....Toch?

Wat wil je nou echt  
Wil je er nog wel zijn?  
Twee keuzes...ja of nee  
Als ja...dan helemaal alleen??  
Of toch liever....

Geen idee kijk maar per dag  
Geniet van iets kleins  
Even de controle los  
Kan dat wel?

Ja dat kan..  
Al is het maar één minuut  
Speel muziek en dans  
Beweeg...intiem met jezelf  
Schuif dat gordijn op een kiertje  
Laat de zon even toe en geniet

Laat een ander even toe en  
geniet...  
Het is doodeng maar doe het  
Het begin is er weer.....

Goed zo!! Wees trots op jezelf

*Geschreven door: Heleen Slikker*

## Hulpmiddelen: “De Robokat”



(Foto: dementie-winkel.nl)

Via de cliëntenraad mocht ik een robocat lenen om te kijken hoe dat iets toe kan voegen voor mensen die zich eenzaam voelen, en met name voor mensen met dementie.

Ik schat zo in dat mensen die nog helder kunnen denken er niet heel blij van worden. De kat voelt vrij hard aan, met een dun vachtje erover.

Als je in zijn nek aait gaat hij miauwen en spinnen, dat is wel grappig. Ik had verwacht dat hij ook zou kunnen lopen en kopjes geven en misschien zogenaamd eten. Heel af en toe tilt hij een pootje op om zich te wassen.

Ik raad de makers van deze kat aan om hem wat echter te laten lijken. Zelfs de echte poes was niet onder de indruk, haha.

*Geschreven door: Heleen Slikker*

## Hulpmiddelen: “Tessa”

Toen ik voor de eerste keer hoorde over de “Tessa” bloempot robot moest ik hard lachen. De eerste gedachte was, “wat kan een bloempot nou voor mij doen?”



(Foto: Tinybots.nl)

Een serieuze test week was dé weg om te onderzoeken of dit hulpmiddel ook echt kon doen wat het pretendeerde te kunnen doen.

De Tessa zou zelfregie ondersteunen, het zelfstandig kunnen blijven wonen bevorderen én zelfs een stuk zorg kunnen overnemen en bieden.

Helaas is uit het eigen uitgebreide (technische) onderzoek gebleken dat de Tessa robot NIET de uitgelezen kandidaat is om bijv. zorgtaken echt uit handen te geven. De Tessa functioneert bijvoorbeeld ook niet bij uitval en/of storing van stroom en/of internet.

Dit is potentieel gevaarlijker dan in eerste instantie gedacht. De “Tessa” kan namelijk veel opdrachten uitvoeren zoals vragen of iemand al heeft gegeten, iets heeft gedronken of bijvoorbeeld zijn/haar medicatie al heeft ingenomen. Dit is uiteraard handig en kan schelen in het bieden van zorg. Maar... Tessa slaat echter alleen een “Ja” of een “Nee” op en niet wat een cliënt nog meer zegt.

Zegt de cliënt bijvoorbeeld: “Ja, die heb ik gister ingenomen.” Dan slaat Tessa de Ja op, maar niet dat dat gister was!

De Tessa kan dus niet controleren of een cliënt ook écht heeft gedronken, de medicijnen heeft ingenomen of iets anders wel of niet gedaan.

Ondanks dat de “Tessa” robot een hele mooie ontwikkeling is en zeker innovatief is binnen de zorg techniek, is de ontwikkeling nog lang niet ver genoeg om écht zorgtaken uit handen te kunnen geven en zal een dubbele controle uitgevoerd moeten worden op de “zorgtaken en opdrachten”.

#### **Wat kan Tessa wél?**

Nou, de “Tessa” robot kán potentieel handig zijn wanneer bijvoorbeeld bij een ouder persoon, met beginnende dementie, een handicap of het ontbreken van een dagpatroon, door de dag heen iets zegt. Ook is het belangrijk dat familie en bekenden van deze “cliënt” technisch onderlegd zijn en goed met ict toepassingen en apps overweg kunnen.

Ik, Dana, heb zelf een IT-engineer achtergrond en stond er best van te kijken hoe lastig het kan zijn om Tessa functioneel te krijgen.

Verplaatsend in het kunnen en functioneren van bijvoorbeeld de “cliënt” is dit nagenoeg onmogelijk om zelf te kunnen doen. Ook verbaasde ik mezelf over hoe onverstaanbaar Tessa soms kan zijn met haar uitspraken.

Ook heb ik gekeken of de Tessa eventueel waterbestendig zou zijn, het is tenslotte het ontwerp van een bloempot. Dit heb ik niet letterlijk getest want het was al direct duidelijk dat de Tessa “het water geven van de plantjes” niet zou overleven.

#### **Conclusie**

“Tessa” is innovatief en kan in zeer specifieke situaties zeker een uitkomst bieden.

Voor mij persoonlijk werkt Tessa niet met haar opdrachten, daar heb ik zelf meer voor nodig (een echt persoon of een geavanceerdere robot).

Wat mij wél opviel was haar uiterlijk. Het feit dat er 2 oogjes vanaf de bloempot mij de hele dag aankeken, soms een beetje half open waren alsof ze in slaap viel, deden mij een gevoel geven alsof ik niet alleen was.

De combinatie van de ogen van Tessa en de Google Assistent in mijn eigen woning is voor mij persoonlijk een betere combinatie en wellicht voor de ontwikkelaars van de Tessa zorgrobot een optie om te bekijken.

Net als een “lokale” opslag van bijvoorbeeld haar taken zodat de Tessa blijft werken met internet uitval en/of stroomuitval.

*(Door Dana Poldervaart)*

---

## **Het Regenboog Café**



*(Foto: Duyker.nl)*

Het Roze Regenboog Café is dé ontmoetingsplaats voor de LHBTQI+ (ouderen) waar wordt gelachen, gesproken, gegeten en gedronken en waar elke maand weer een leuk, interessant programma te beleven is.

Denk dan bijvoorbeeld aan een pubquiz, Djembé sessie en meer gezellige activiteiten.

Het is elke 2e woensdag van de maand van 17:00 tot 20:00.

De entree is gratis, wel wordt er een kleine bijdrage gevraagd voor een simpele maaltijd (€ 2,50).

**Locatie:** *Duyckercafé,  
Raadhuisplein 5, 2132TZ  
Hoofddorp.*

---

## **Onze lieve Paul...**



*(Foto: Pixabay)*

Paul Osborne, in memoriam

Op 2 augustus van 2022 hebben we helaas opnieuw een lid van de cliëntenraad verloren. Paul Osborne is heel plotseling overleden. De uitvaart was in besloten kring, dus hebben wij als cliëntenraad ons eigen herinneringsmoment gecreëerd in de Lutulistraat.

Met koffie en cake, kaarsjes aan en mooie verhalen over Paul. Paul was een bijzondere man met heel veel humor, maar ook af en toe een venijnig staartje. Hij werd door ons zeer gewaardeerd om zijn inbreng, vooral de nieuwsbrief was zijn kindje.

Paul was nog de enige man in ons team. We gaan hem missen en wensen hem een mooi plaatsje in de hemel toe.

Dankjewel voor alles lieve Paul,

Namens de cliëntenraad,

Heleen Slikker

## Het dialoog ontbijt over seksualiteit en intimiteit

Er is een groot aantal personen die om wat voor reden dan ook geen kans hebben om intimiteit te kunnen ervaren.



(Foto: Pixabay)

Soms is alleen al een knuffel zo belangrijk.

Helaas lukt dit niet altijd door bijvoorbeeld eenzaamheid, een fysieke of psychische aandoening en/of armoede.

Onlangs hebben wij een wens ontvangen via de wensen loterij van de Thuisbegeleiding. Een cliënt gaf namelijk, na het overlijden van de partner, aan intimiteit heel erg te missen. Helaas rust er nog een groot taboe op dit onderwerp, ook binnen de zorg.

Hierover willen wij graag met elkaar in gesprek tijdens het dialoog ontbijt op vrijdag 24 maart 2023 van 09:30 uur - 11:30 uur. Het wordt gehouden in het "La Plaza" in verpleeghuis Groenelaan, Helpende Hand 9 in Amstelveen.

De kosten hiervan bedragen € 35,00 per persoon. Dit is inclusief een (vegetarisch) ontbijt, mooi programma en een donatie voor de wensen loterij van de Thuisbegeleiding.

Een deel van het mooie programma bestaat uit een sessie waar u met een vreemde in gesprek gaat over dit onderwerp op een respectvolle manier.

Mocht u dit toch een beetje spannend vinden, dan kan u ook met een familielid, vriend(in) of zelfs met uw thuisbegeleid(st)er deelnemen.

U kunt uzelf opgeven vóór vrijdag 17 maart 2023 via: [raadvanbestuur@amstelring.nl](mailto:raadvanbestuur@amstelring.nl)

Zet in de email het volgende neer:

- Naam, e-mailadres & tel. nummer
- Graag aangeven of u met een onbekende in gesprek wilt of dat u iemand meeneemt.

Wij wensen u een mooie, leerzame en nuttige bijeenkomst toe.

## Wat is er onlangs besproken in de cliëntenraad vergadering(en)?

Eigenlijk best veel. Daarom nu alleen een korte samenvatting over de besproken onderwerpen.

Om toch even een idee te geven van enkele onderwerpen die zijn besproken in de cliëntenraad vergaderingen vind je hieronder enkele onderwerpen.

Besproken onderwerpen:

- Zorgtechniek en de Amstelring (2 items uit de technotheek zijn in deze nieuwsbrief besproken)
- Wachtlijsten voor cliënten bij Thuisbegeleiding.
- Kwaliteit van de huishoudelijke hulp
- Moreel beraad
- Thuisbegeleiding Wensen Loterij
- Driehoekskunde

## Colofon



(foto: Pixabay)

### RIMPELINGEN : Cliënten communiceren voor cliënten

Nieuwsbrief van de Cliëntenraad van de Thuisbegeleiding van Amstelring

### Samenstelling:

- Leden van de Cliëntenraad
- Kay Bajetto
  - Maya Iskandar
  - Dana Poldervaart
  - Heleen Slikker
  - Els Homan
- **Word jij ook lid? Mail ons dan!**

### Ontmoet de leden:

<https://www.amstelring.nl/clientenraadthuisbegeleiding-amstelring>

### Uitgifte:

Afdeling Thuisbegeleiding  
Amstelring  
Bel: 088 - 97 20 222  
[thuisbegeleiding@amstelring.nl](mailto:thuisbegeleiding@amstelring.nl)  
Redactie:  
[clienraadt@amstelring.nl](mailto:clienraadt@amstelring.nl)  
(Subject: Redactie)  
<https://www.amstelring.nl/thuisbegeleiding>

### Verspreiding:

*Papier en digitaal door de afdeling (post, email PDF), thuisbegeleiders*

### Werkgebied TB Amstelring:

*Aalsmeer, Amstelveen, Beverwijk\*, Bloemendaal\*, De Kwakel, Kudelstaart, Haarlem\*, Haarlemmermeer, Heemskerk\*, Heemstede\*, Ouder-Amstel, Uithoorn, Velsen\*, Zandvoort\* (\* = "in deze gemeente alleen begeleiding via de Jeugdwet")*