



Silver

Voorjaar 2023



“We zijn oprecht blij dat
we deze tijd nog
met onze moeder beleven”

En ook... Erik Scherder over prikkels | Vrijwilliger Anja kreeg zelf dementie | Casemanager dementie ondersteunt ook de mantelzorger

Nieuwe
strategie
Silverrein

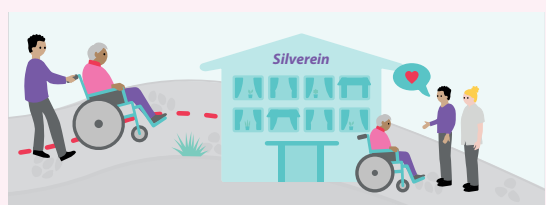
Inhoud

- 3 **Voorwoord:**
Toekomstbestendige ouderenzorg



- 4 **Omgaan met dementie:**
houvast voor familieleden

- 7 **Column:**
Wondertjes



- 8 **Visualisatie strategie**
Ondersteuning en zorg vanuit
het hart

- 10 **Interview Erik Scherder**
“Stimuleer ouderen met
dementie zolang het kan”

- 12 **De slinger**
Vrijwilliger Cees de Kruyff



- 13 **Persoonsgerichte zorg**
stimuleert zelfredzaamheid

- 16 **Van de centrale cliëntenraad**
Cliëntmedezeggenschap in
nieuwe vorm

- 18 **Levensverhaal**
Anja heeft dementie



- 20 **De dag van**
Elma Weel, casemanager
dementie

- 22 **Zorg thuis**
Zo gaat het best

- 23 **Silvernieuws**

Colofon

Silver is het magazine van Silverein en verschijnt twee keer per jaar. Silver bevat interessante informatie en verhalen van en over Silverein voor cliënten, naasten, vrijwilligers en medewerkers.

Bezoekadressen

Op onze website vindt u alle bezoekadressen van onze locaties.

Hoofdadres Silverein

Dalplein 2, 3762 BP Soest
(088) 356 00 00, info@silverein.nl,
www.silverein.nl

Cliëntenraad Silverein

cliëntmedezeggenschap@silverein.nl

U vindt ons ook op



Redactie

Jarieke Kattenberg, Caroline Schalks,
Christl Foekema en Charlotte van Dijk

Creatie & Realisatie

Reclamebureau DropOuts
ServicesInFotografie.nl
Drukkerij Practicum Print Management

Met dank aan alle geïnterviewden en
redacteuren voor hun medewerking.



Toekomstbestendige ouderenzorg

Wie de ontwikkelingen in de verpleging, verzorging en thuiszorg volgt, weet dat wij staan voor een enorme uitdaging. Er is een toenemend aantal ouderen en tegelijk een groeiend personeelstekort. Dit vereist een nieuwe toekomstvisie. Samen met onder andere de cliëntenraad, ondernemingsraad, medewerkers en vrijwilligers zijn gesprekken gevoerd over de vraag: hoe kunnen wij meer zorg verlenen met minder mensen?

“Omwenteling van zorgen voor, naar zorgen dat”

Om dit te realiseren, is het belangrijk te kijken wat iemand nog zelf kan en wat hierin mogelijk is, bijvoorbeeld met behulp van digitale hulpmiddelen. Silverein kijkt dan niet naar iemands ziekte of aandoening maar naar de persoon zelf, en wat voor iemand

waardevol is om te leven zoals hij of zij gewend is.

Wanneer dit niet meer kan, is hulp van familie, naasten en vrijwilligers van belang. Zij kunnen met ondersteuning en zorg bijdragen om zo lang mogelijk de regie over het eigen leven te houden en in de eigen woonomgeving te blijven wonen. Het inzetten van vernieuwingen zoals zorgtechnologie is ook van grote toegevoegde waarde en draagt bij aan de zelfstandigheid van ouderen.

Die combinatie - het vergroten van de zelfredzaamheid, de inzet van technologische hulpmiddelen en de ondersteuning van naasten en vrijwilligers - is onmisbaar. Het biedt ruimte aan zorgmedewerkers om met professionele zorg aan te vullen waar dit noodzakelijk is, zowel met Zorg thuis als in een van onze woonlocaties.

Silverein heeft een meerjarenplan ontwikkeld om deze omwenteling mogelijk te maken en ons zorgaanbod uit te werken. Er zijn plannen om meer en beter gebruik te maken van het sociale netwerk en de inzet van vrijwilligers, zodat we meer ondersteuning kunnen bieden. We ontwikkelen de inzet van technologie om de zelfredzaamheid te bevorderen en zo meer ouderen te kunnen ondersteunen.

Er is een continue ontwikkeling van de organisatie nodig om deze toekomstbestendige beweging waar te maken; de wereld verandert namelijk steeds sneller. Door beter samen te werken en af te stemmen, houden we de zorg van goede kwaliteit en bieden we meer woon- en werkplezier!

Esther en Timon

PS Bekijk de nieuwe strategie op pagina 8 en 9.



Omgaan met dementie

Houvast voor familieleden

Bakken ervaring heeft verpleegkundige Astrid Stalenhoef nu zij al 32 jaar werkt met mensen met dementie. Els Jacobs put als coach en trainer dementie uit minstens zo'n lange ervaring. Voor familie van iemand met dementie is het vaak de eerste keer dat zij in aanraking komt met deze hersenziekte. Familieleden stellen vaak de vraag: 'hoe ga ik ermee om? Els en Astrid delen hun opgedane kennis met familieleden om hen houvast te geven. Vanuit dat perspectief biedt Silverein dit voorjaar ook het webinar 'omgaan met dementie' aan voor familie en naasten van bewoners. Zie pagina 23.

TEKST: JARIEKE KATTENBERG

FOTO'S: SERVICESINFOTOGRAFIE.NL

“Aansluiting zoeken”, noemt Els. “Luisteren”, zegt Astrid. En daarmee bedoelen beiden hetzelfde. Wie het lukt om eigen verwachtingen los te laten en leert aanvoelen waar degene met dementie zit, zal in contact kunnen blijven. Al is dat in een andere vorm dan voorheen. “Woorden komen vaak niet meer over”, weet Els. “Maar de taal van de beleving, die blijft overeind!”

Van ratio naar gevoel

Het is een kunst om af te dalen vanuit de ratio naar ons hart, ons gevoel. Els: “We zijn gewend om verbinding aan te gaan vanuit het hoofd. Juist dát onderdeel raakt verstoord bij iemand met dementie. De zintuiglijke waarneming zoals geur, muziek en aanraking, blijft.” Samen foto’s kijken, buiten wandelen, een handmassage geven; het zijn manieren waarmee je kunt aansluiten bij iemand met dementie. Dat is een kwestie van zoeken en steeds opnieuw proberen. Voor hen die emotioneel betrokkenen zijn, is het een forse opgave je elke keer volledig op de ander te richten. Toch is het volgens Els en Astrid de enige manier om de verbinding te behouden.

“Familie weet door te googelen meer dan tien jaar geleden”

Conflict vermijden

“Een mevrouw op onze etage liep voortdurend heen en weer”, herinnert Astrid zich. “Voor haar was het belangrijk ‘s middags

een uurtje te liggen om tot rust te komen. Maar in haar eentje op bed, voelde ze zich onveilig. ‘Kom maar naast me liggen’, zei mevrouw. ‘Dat lijkt me te krap’, antwoorde ik, maar zij schoof al op. Dus ben ik ernaast gaan liggen. ‘Dit past helemaal niet!’, reageerde mevrouw. ‘Ga jij maar naar je eigen bed, dan slaap ik wel hier.’ Door aan te sluiten bij haar wens en haar zelf te laten ontdekken dat het onmogelijk was, had ze er vrede mee. Wanneer ik aan mijn eigen gelijk had vastgehouden, was er een conflict ontstaan. Wat ik in al die jaren heb geleerd, is dat je nooit moet ingaan tegen iemand met dementie.” Els bevestigt: “Een conflict frustreert beide partijen. Het geeft verwijdering in plaats van toenadering. Maar het vergt wel wat van je om elke keer over jezelf heen te stappen.”

In theorie

Els schetst kort de kenmerken van Alzheimer. Deze meest voorkomende vorm van dementie kent vier fases. In de eerste fase, het bedreigde ik, zijn mensen zich ervan bewust dat het

geheugen hapert. Vaak nog thuiswonend hebben zij baat bij steun, maar willen zij zeker niet aan de hand genomen worden. Dat is in de tweede fase, het verdwaalde ik, al anders: diegenen zijn blij wanneer iemand met hen oploopt, de weg wijst – letterlijk en figuurlijk. Pijnlijk genoeg kunnen juist ‘verdwaalde’ mensen niet meer thuis wonen.

“Voor degenen die emotioneel betrokken zijn, is het een forse opgave”

Ze komen plots in een vreemde omgeving met onbekenden. In de derde fase, het verborgen ik, verliest iemand het idee van een eigen ‘ik’ en het herkennen van de ander. Het accent ligt steeds meer op ervaren. In de vierde fase, het verzonken ik, zijn voor de buitenwereld nauwelijks nog reacties waarneembaar. Toch wijzen onderzoeken uit dat ook als iemand geheel in zichzelf is verdwenen, de zintuiglijke waarneming nog prikkels ontvangt.



Astrid Stalenhoef:

“Aansluiten bij beleving is de sleutel tot contact.”

In praktijk

Astrid merkt dat familie tegenwoordig meer weet van dementie dan tien jaar geleden. "Mensen googelen wat af. Ik leg altijd uit dat de vier fases geen afgebakende periodes zijn. Onlangs kwam ik een bewoner die naar elders was verhuisd, tegen met haar dochter. Mevrouw was al ver in haar proces. Vanuit de theorie zou je zeggen: fase drie. Maar hoe onmogelijk het ook was, zij herkende me. Dochter en ik hadden allebei kippenvel. Wat op papier niet kan, gebeurde in de praktijk."

Moed opbrengen

Elke vorm van dementie is progressief. Het doet zeer wanneer je door

de tijd heen verlies op verlies stapelt. Els: "Eerst hielpen de memo's op de koelkast nog. Daarna moest je je geliefde eraan herinneren dat hij al drie keer heeft ontbeten. Vervolgens is de gang naar het verpleeghuis onontkoombaar. En eenmaal daar, kan het erop

"De taal van de beleving blijft overeind"

uitlopen dat iemand je niet meer kent." Een intens proces van rouw. Wanneer je de moed kunt opbrengen keer op keer te zoeken hoe je de ander kunt bereiken, zullen er goede momenten zijn. Binnen het verdriet kunnen ook dan fijne herinneringen ontstaan. 💕



Els Jacobs: "Kennis over dementie kan enig houvast bieden."



Diagnose dementie

Nu knuffelt ze graag, geniet

ze van lekker eten en van vrolijke muziek. Tien jaar geleden was dit heel anders. Bij

de moeder van Jan werd na een hersenbloeding zowel vasculaire dementie als Alzheimer vastgesteld. Een zware periode volgde.

"Mijn moeder was een autonome en ook wel dominante vrouw. Na de diagnose dementie bleef ze aanvankelijk doorwerken. Van een pannetje soep dat ik bracht, wilde ze niets weten."

De situatie verergerde. Wekelijks kreeg Jan bericht dat zijn moeder verdwaald was. Of ze fietste midden op de provinciale weg. "In die tijd ging ik zeker drie keer per week hardlopen om de spanning kwijt te raken", vertelt Jan. "Ik wist niets van dementie. De ziekte is

een sluipmoordenaar; je signaleert achteruitgang, maar weet niet hoe je ermee om moet gaan. Je wordt in het diepe gegoooid."

Toen zelfstandig wonen gevaarlijk werd, kwam Jans moeder via de rechterlijke macht op locatie Boshuysen van Silverein terecht.

"We zien dat ze veel genietmomenten heeft"

"Het cognitieve deel werd snel minder. Qua communicatie was het zoeken. Thuis waren we weinig affectief, dan stap je niet zomaar over op fysiek contact. Ik bracht mijn gitaar mee; op de muziek reageerde mijn moeder emotioneel. Inmiddels heb ik mijn weg gevonden. Mijn zus en ik zijn allebei oprecht blij dat we deze tijd nog met haar beleven. Onze moeder zit intussen in een andere fase. Wij zien dat ze veel genietmomenten heeft. Het heeft verzachting en verbinding gebracht. Count your blessings."



Jarieke Kattenberg
*Huiskamer-
ondersteuner*

Wondertjes

Voor we op de woning aan een maaltijd beginnen, vraag ik een stiltemomentje voor degenen die willen bidden. Deze generatie bewoners groeide op in een tijd waarin gelovig zijn nog vrij gebruikelijk was. Binnen Boshuysen proberen we dagelijks persoonsgerichte zorg te leveren door gewoontes van bewoners te stimuleren. Daar horen ook dingen bij die we zelf wellicht niet doen.

Eens werkte ik op een woning waar ik de mensen niet zo goed kende. Ik stelde wat vragen: 'Is dit uw stoel?' 'Gebruikt u suiker in de thee?' 'Wilt u misschien bidden voor het eten?' Op die laatste vraag begon een bewoner te stralen, ze werd even helemaal stil en zei toen: "Dat heb ik hier nog nooit gedaan!" Prompt

sloot ze haar ogen en haalde flink de schade in: ze hield haar ogen wel drie minuten dicht!

Een andere mevrouw vroeg ik hetzelfde. Als op commando sloot zij haar ogen en begon: "Onze Vader die in de hemelen zijt, uw naam worde geheiligd, uw koninkrijk kome"... stilte... Een zucht en: "Nu weet ik het niet meer, dom hè?" 'Geef ons heden ons dagelijks brood', hielp ik, tot verbazing van mijn collega's. Daarna wist mevrouw het weer tot het 'amen'.

Met de feestdagen zaten de bewoners aan een mooi gedekte tafel. Spontaan ging iemand vooraf hardop bidden. Diverse anderen vouwden daarop ook hun handen. De bewoner noemde

alle tafelgenoten bij hun naam en dankte voor alles. Ontroerend. Slechts één bewoner keek alsof hij water zag branden.

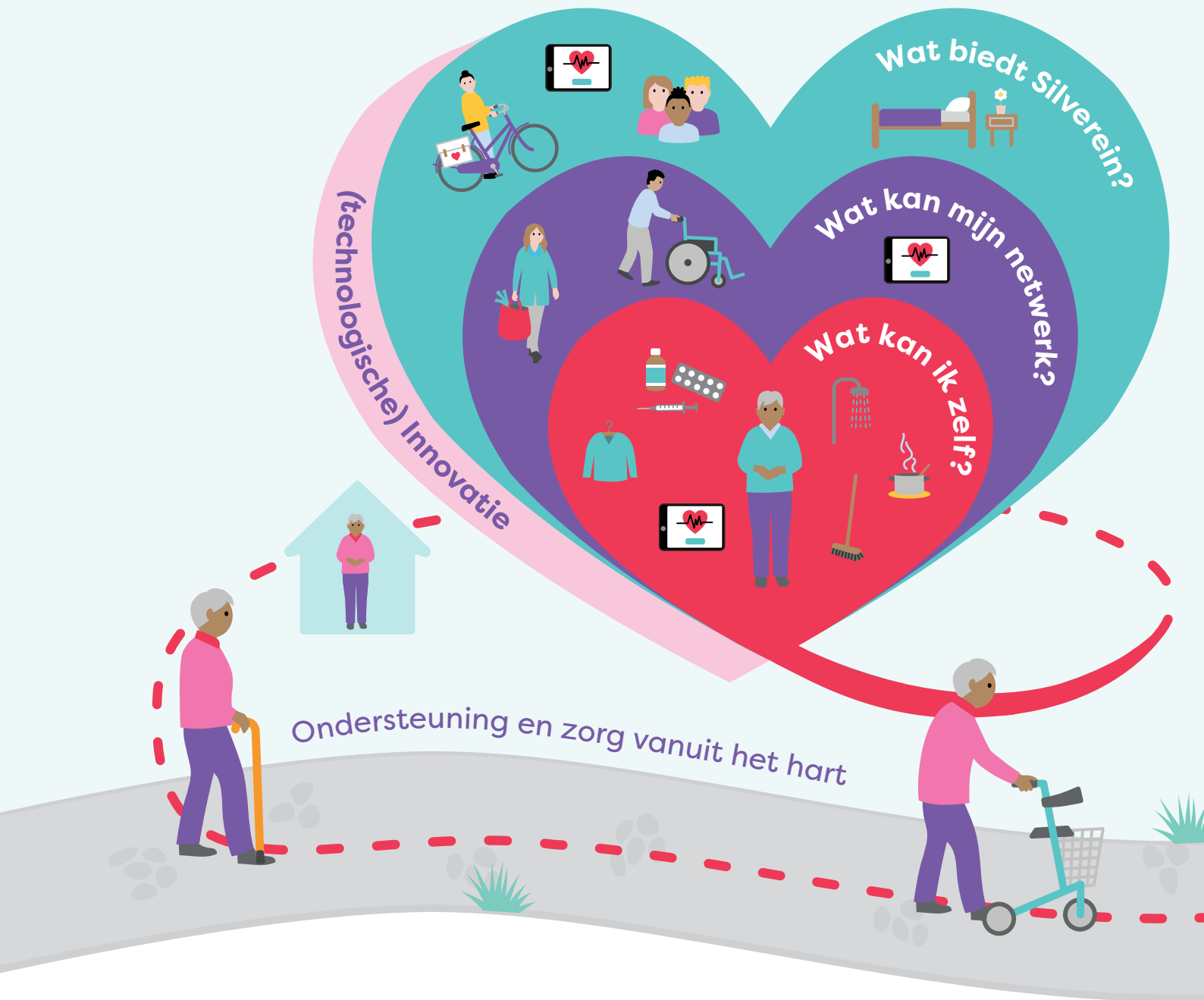
"Iemand vindt ineens het juiste haakje in het geheugen"

Het is mooi wanneer je met een bekend gebruik bij een bewoner kunt aansluiten. Iemand vindt ineens het juiste haakje in het geheugen. Je merkt blijde herkenning en soms zichtbare opluchting. Dan zie je zomaar kleine wondertjes gebeuren waarvoor je in 't geheel niet gelovig hoeft te zijn.

Jarieke

Ondersteuning en zorg

Hoe ziet uw leven eruit, nu en in de toekomst? Bij Silverein denken we met u mee. Wij bieden u, samen met uw naasten en vrijwilligers, ondersteuning en zorg in alle fases van het ouder worden.



Silverein thuis

We helpen u om zo lang mogelijk thuis te blijven wonen. Dit doen we in samenspraak met u, uw naasten en waar mogelijk met vrijwilligers. Aanvullend zorgt Silverein voor ondersteuning en zorg.



vanuit het hart

Missie

Silverein draagt bij aan een waardevol leven van ouderen met een hulpvraag, door persoonlijke ondersteuning en zorg te bieden.

Visie

Vanuit het hart en samen bieden we waardevolle persoonlijke ondersteuning en zorg in een doorlopende ontwikkeling.

Kernwaarden

Iedereen bij Silverein herkent zich in de kernwaarden:

- persoonlijk
- samen
- ontwikkelingsgericht
- vanuit het hart



Silverein tijdelijk

Wanneer het thuis even niet meer lukt, kijken wij samen met u en uw naasten hoe u met tijdelijke ondersteuning en zorg weer terug naar huis kunt. Vrijwilligers kunnen hierbij helpen.

Silverein wonen

Als het thuis niet meer gaat, kunt u komen wonen bij Silverein. Samen met u, uw naasten en vrijwilligers bespreken we de ondersteuning en zorg die daarbij nodig is. We werken met elkaar samen om dit vorm te geven.

“Stimuleer ouderen met dementie zolang het kan”

Hij is bekend van filmpjes op YouTube, minicolleges bij omroep Max en van onder meer de boeken ‘Laat je hersenen niet zitten’ en ‘Oud worden, jong blijven’. Erik Scherder, hoogleraar neuropsychologie, weet ingewikkelde materie over het menselijk brein op een toegankelijke manier over te brengen. Scherder: “Toen ik voor wetenschappelijk onderzoek een afdeling psychogeriatric bezocht, zagen deze mensen er zo verloren uit. Ik werd getriggerd; graag gunde ik hen weer wat leven in de brouwerij.”

Om te weten hoe je mensen met dementie weer wat ‘leven in de brouwerij’ kunt schenken, moet je iets weten van de hersenen en het effect van dementie op het brein.

**“Muziek, zang!
Je hoort het, je
wilt bewegen. Het
brein reageert”**

“Bij een gezond persoon wegen de hersenen ongeveer 1375 gram. Bij iemand met dementie laten de hersenen verschrompeling zien en wegen ze in ernstige gevallen wel 400 gram minder. Dit is deels toe te schrijven aan celdood, maar ook aan kleiner wordende zenuwcellen.

In deze kleinere zenuwcellen zit nog wel een zekere stofwisseling. Die zenuwcellen kun je proberen zo actief mogelijk te houden.”

Afname structuur

“Wanneer de structuur in het brein verdwijnt, verdwijnt ook de structuur uit iemands leven”, stelt Scherder. “De frontale lob, deels gelegen in het voorhoofd, is bij ieder type dementie aangedaan. Dit deel van de hersenen is onder meer betrokken bij planning, concentratie en de beheersing van emoties. Zaken waarvan we allemaal herkennen dat dit bij iemand met dementie minder goed gaat”, schetst Scherder. “Bij dementie, waaronder Alzheimer, zijn meer delen van de hersenen betrokken. Zo speelt de binnenzijde van de slaapkwab een belangrijke rol bij geheugen en emoties.”

Raak aan!

Scherder vervolgt: “Een gebied dat relatief lang intact blijft, ligt

tegen de frontale lob aan en verwerkt onder meer tastprikkel. Zorgpersoneel strijkt vaak even over iemands rug of door het haar. Dan vertel ik graag dat die prikkels nog in de hersenen aankomen ook! De belangrijkste boodschap is wat mij betreft dat we gebieden die nog actief zijn, moeten prikkelen om achteruitgang te vertragen. Over het algemeen worden ouderen vrij weinig lichamelijk aangeraakt. Maar hoe mooi is het om te weten dat juist het effect van fysiek contact heel het leven intact blijft, ook bij dementie.”

Direct daarachteraan noemt Scherder: “Zo ook muziek en zang!” Je hoort het, je wilt bewegen. Het brein reageert; de motorische gebieden worden actief. Mensen herinneren zich vaak liedjes van vroeger. Daardoor kan men nog fijne momenten beleven.”

Beweeg!

‘Laat je hersenen niet zitten’ koos Scherder als titel van een van zijn boeken. Bij bewegen gaat het om de inspanning die wordt verricht. Dat kan voor oudere mensen al het lopen zijn van A naar B. “Het hart moet sneller pompen”, licht Scherder toe. “Een betere doorbloeding – ook die van de hersenen – is het gevolg,



Een toevallige ontmoeting in de trein met Erik Scherder was de aanleiding voor dit interview.

en daar zit het effect. Uiteraard genees je daarmee dementie niet, maar je kunt wel iets doen aan de gevolgen, zoals nachtelijke onrust of stemmingswisselingen.”

“Het effect van fysiek contact blijft heel het leven intact”

Een half uur buiten wandelen is volgens Scherder goud waard. Ook voor hen die in een rolstoel zitten; zij ervaren zon, wind, desnoods regen. “Tegen mensen die zeggen ‘moeder reageert niet meer’, zeg ik: “ga naar buiten! Zo komt ze toch in een verrijkte omgeving.”

Goed kauwen

Ook kauwen geldt als een vorm van bewegen die de doorbloeding stimuleert. Dus degelijke mond-zorg, een gezond gebit en vast voedsel bij mensen zonder slikproblemen: het helpt indirect om achteruitgang van het brein tegen te gaan.

Is muziek luisteren of wandelen heilzamer dan dagelijks scheren of douchen? “De vraag ‘doen we het juiste?’ is altijd goed om te stellen”, vindt Scherder. “Natuurlijk moet de basiszorg op orde zijn. Maar je kunt inderdaad afwegen of je een douchebeurt kunt inruilen voor een wandeling.”

Zelfredzaamheid

Bij hersenen die getroffen worden door dementie kan het aanpassingsvermogen sterk achteruitgaan. Leeftijd is risicofactor nummer één om de ziekte van Alzheimer te krijgen. Scherder: “Wie zich dat realiseert, moet durven vragen wat verhuizen naar een verpleeghuis betekent voor mensen in een vergevorderd stadium van dementie. Hebben zij nog een kans zich aan te passen in een volstrekt nieuwe omgeving? Ik betwijfel dat zeer.

Zelfredzaamheid blijft het langst intact binnen een bekende omgeving met een eigen structuur. Vroeger hielp de tussenstap van het bejaardenhuis mensen langer zelfstandig te blijven. De vraag van vandaag zou dus moeten zijn: ‘hoe regelen we het passend wonen voor de doelgroep ouderen?’ Bij het zoeken naar een antwoord is kennis over de werking van het menselijke brein onmisbaar.” 

TEKST: JARIEKE KATTENBERG

BEELD: DAAN BRAND



De slinger

“Altijd **rustig** zijn, helpt de bewoners”

Alle honderd bewoners van Beukenstein kent hij. Twee keer per week start vrijwilliger Cees de Kruyff (77) de dag al om half zeven op deze locatie in Driebergen. Vroege vogels onder de bewoners krijgen van hem hun ontbijt. Hiermee ontlast hij de zorg en bewijst bewoners een dienst.

Hoe werd je vrijwilliger?

“Wil jij onze bewoners misschien naar de kapsalon brengen?” vroeg mijn vrouw op een dag. Zij werkte op kantoor, van de toenmalige locatie Nassau Odijckhof. Ze merkte dat zorgmedewerkers de kapper beloofden dat een bewoner er zo aankwam, maar dit in alle drukte vergaten. Twintig jaar geleden ben ik dus begonnen om de bewoners naar de kapper te brengen.”

Wat doe je zoal?

“Zodra om 8 uur de huiskamer-ondersteuner arriveert, haal ik in de veertien huisjes overgebleven oud brood van bewoners op. Onderweg naar huis geef ik dit af op een boerderij voor de herten en paarden. Ook breng ik vuilniszakken van de woningen naar de container, zodat zorgmedewerkers daar niet mee hoeven te sjouwen. De kapper begint om half tien. Behalve het halen en brengen van de bewoners assisteer ik in de kapsalon. Ik help de bewoners in de kappersstoel, ondersteun iemands kin terwijl de kapper de haren wast. Of ik haal naderhand de krulspelden uit het haar. Aan knippen zelf waag ik me niet, hoor!”

Wat brengt het jou?

“Rust! Als voormalig planner bij een vervoersbedrijf was het vaak stressen en vloog er wel eens een lelijk woord uit. Hier is het juist de kunst om altijd rustig te blijven. Bewoners die naar huis verlangen, reageren soms agressief of zeer verdrietig. Door zelf kalm te blijven, help ik de bewoner te kalmeren. Iemand die hier net

“De kapper bezoeken, is een uitstapje”

woonde, vroeg heel slim hoe ik naar Beukenstein was gekomen. Als ik zou zeggen ‘met de auto’, zou hij een lift naar huis willen.

In De slinger vertellen vrijwilligers hoe zij zich inzetten voor bewoners, door een feestje te maken van de dag.

Dus ik heb geantwoord dat ik met de fiets was. Soms garandeert een klein leugentje ook die rust.”

Wat is het mooiste compliment?

“Eén dame stelde voor om na haar knipbeurt samen een glas sherry te gaan drinken. Elke week weer. Een mooi compliment, toch?! De kapper bezoeken vormt een uitstapje. Het is de dankbaarheid die bewoners daarna uiten, in woorden, door heel hard te zwaaien of in een blik van herkenning, wat mij voldoening schenkt.” 

TEKST: JARIEKE KATTENBERG

FOTO'S: SERVICESINFOTOGRAFIE.NL



Op dinsdag en donderdag start Cees de Kruyff al om half 7 's morgens als vrijwilliger op Beukenstein.

Persoonsgerichte zorg stimuleert zelfredzaamheid

De kern van persoonsgerichte zorg is dat, naast de zorgvraag, vooral de mens met zijn eigen kwaliteiten en vaardigheden centraal staat. Bewoners worden gestimuleerd zoveel mogelijk te leven zoals zij gewend zijn. Locaties van Silverein spelen hierop in door aandacht te besteden aan activiteiten en een huiselijke sfeer.

TEKST: JARIEKE KATTENBERG

FOTO'S: SERVICESINFOTOGRAFIE.NL



Buiten bewegen

"In elk seizoen gaan we met bewoners naar buiten", vertelt Clarissa de Jong, verpleegkundige op locatie Elisabeth Park. "Bewegen houdt de spieren van armen en benen soepel. En mensen die in een rolstoel zitten, zie je genieten van de natuur of van de kippen die hier in een ren rondscharrelen. Ook komen we buiten

bewoners van andere huisjes tegen. Dan ontstaan er soms leuke ontmoetingen." Collega Mieke vult aan: "Bewoners van kleinschalig wonen gaan ongeveer twee keer per week met een woonmedewerker, vrijwilliger of naaste op pad. Het moet vriezen of erg hard regenen, wil het niet doorgaan!"

Vertrouwde voordeur

Op verschillende etages van locatie Molenschot zijn voordeurstickers op de kamerdeuren van bewoners aangebracht. Een sticker zo groot als de deur zelf. Wanneer je over de gang loopt, lijkt het zo net een beetje alsof je door een gewone straat wandelt. Teamleider Esther Vogel: "Dit staat huiselijk en kleedt de afdeling aan." Een persoonlijke voordeur kan mensen met dementie soms ook helpen hun eigen kamer te vinden. Zo'n deur in eigen stijl voelt vertrouwd.





Herkenbaar huiselijk

Reukzin, smaakzin en sfeerbeleving: al deze zintuiglijke waarnemingen worden geprikkeld wanneer bij kleinschalig wonen voor mensen met dementie de warme maaltijd wordt bereid. Vaak helpen bewoners bij het koken en

nemen ze op die manier actief deel aan de huiselijke sfeer in de keuken. Ralph Vermolen, huiskamerondersteuner op locatie Noorderhof in Baarn: “De een schilt aardappels, een ander roert in de pannen en weer een ander zit er gewoon bij voor

de gezelligheid.” Ralph heeft veel plezier in het koken. “Of een gerecht in de smaak valt, hangt af van de stemming van de bewoner op die dag. Maar over het algemeen zijn de reacties positief en zijn de mensen dankbaar.” ❤️

Van de centrale cliëntenraad



Wim Kooiman &
Annelies Bunnik

Cliëntmedezeggenschap in nieuwe vorm

Binnen de nieuwe koers van Silverein, zie pagina 8 en 9, is een grote rol weggelegd voor familie en naasten van de cliënt. Het is belangrijk dat zij meedenken, meepraten en ervaringen delen over de dienst- en zorgverlening van Silverein. Een gesprek met Wim Kooiman, voorzitter centrale cliëntenraad, en Annelies Bunnik, beleidsadviseur bij Silverein, over de herinrichting van cliëntmedezeggenschap en het belang van inspraak voor de kwaliteit van ouderenzorg.

Hoe zien jullie deze omwenteling in de zorg?

Wim: "Ik ben blij dat de nieuwe toekomstvisie er is, al vergt het verlenen van zorg mede door familie en naasten een grote omslag. Het is belangrijk dat wij als cliëntenraad betrokken blijven, want het kan moeilijk zijn om dit consequent uit te voeren. We zullen het op locatieniveau verder moeten uitwerken en toespitsen op individueel niveau."

Annelies: "Het urgentiebesef om samen te werken, is door het

groeidend aantal ouderen groter aan het worden in de maatschappij. We moeten hiermee aan de slag. Ik zie veel potentie door altijd te werken vanuit de samenhang met naasten en vrijwilligers. Niet alleen in de thuissituatie, maar ook als iemand naar een van onze woonlocaties verhuist of komt revalideren."

Jullie werken aan het opnieuw inrichten van de cliëntmedezeggenschap. Hoe ziet dit eruit?

Wim: "Op ieder niveau waar beslissingen worden genomen, willen we vanuit de cliëntenraad

meekijken. Zowel lokaal, regionaal als centraal. Elke centrale beslissing heeft namelijk ook impact op lokaal niveau. We zoeken naar een vorm waarin iedereen kan meedenken vanuit zijn eigen plek. Zo willen wij op elke locatie familieavonden organiseren en horen wat er naar voren komt. Vanaf de eerste ontwikkelingen willen we al betrokken zijn bij beslissingen."

Annelies: "We werken toe naar lokale en regionale cliëntenraden en een overkoepelende centrale cliëntenraad. De lokale raad is er voor zaken die het dagelijkse leven van de cliënten betreffen. De regionale raden, bestaande uit vertegenwoordigers van de lokale raden, zijn er voor onderwerpen die alle locaties in een regio aangaan. Afgevaardigden van elke regionale cliëntenraad vormen samen de

centrale cliëntenraad. Die houdt zich bezig met het algemeen beleid van Silverein en de toekomstplannen van alle locaties samen."

Om de medezeggenschap goed in te vullen, zijn op verschillende plekken mensen nodig die zich hiervoor willen inzetten.

Wat zoeken jullie?

Wim: "We zijn nog in ontwikkeling en zoeken mensen die willen bouwen en improviseren. Lopen we ergens tegenaan? Dan moeten we bijsturen. Ook al zijn er soms verschillende belangen tussen de organisatie en cliënten, er moeten goede discussies gevoerd kunnen worden. We zoeken een samenwerkingsvorm die werkbaar is."

Annelies: "We zijn goede stappen aan het zetten en verwachten rond de zomer meer te vertellen over cliëntmedezeggenschap en de werkzaamheden van de cliëntenraden. Wilt u, als cliënt of naaste, de mouwen opstropen? Kom aan boord! Er is volop ruimte voor ideeën."

Wim: "We zoeken mensen die hun talenten, kennis en kunde willen inzetten. Zo hebben we als cliëntenraad al veel gedaan; er is een naastenwerkgroep ontwikkeld en er zijn levensboeken geïntroduceerd waarin het levensverhaal van de cliënt in beeld wordt gebracht."

Annelies: "Er wordt hard gewerkt met elkaar, in positieve zin. Het is een klus waarin je echt iets kunt betekenen voor de kwaliteit van zorg." ❤️

TEKST EN BEELD: CHARLOTTE VAN DIJK



Uw mening telt!



Elke cliënt bij Silverein heeft recht op inspraak over zaken die van invloed zijn op het dagelijks leven. Door mee te denken, mee te praten en ervaringen te delen kunnen cliënten invloed houden op hun dagelijks leven en keuzes maken die aansluiten bij de eigen wensen en behoeften. Daarnaast heeft iedere cliënt recht op informatie, een zorgplan en op de mogelijkheid om klachten in te dienen. De cliëntenraad bewaakt het naleven van deze rechten en behartigt de belangen van de cliënten. De raad denkt mee over de dagelijkse gang van zaken en geeft de organisatie gevraagd en ongevraagd advies. Hierbij kunt u denken aan onderwerpen als:

- welzijn, sfeer, recreatie en ontspanningsmogelijkheden;
- voeding, veiligheid en gezondheid;
- ingrijpende beleidswijzigingen zoals verhuizing of verbouwing van locaties, inkrimpen of uitbreiden van werkzaamheden;
- uitvoering van wetten rond privacy, zorg & dwang, klachtenbehandeling.

Waarom lid worden?

Als lid van de cliëntenraad geeft u cliënten van Silverein een stem. Uw inzet voor de cliëntenraad:

- is zinvol en nuttig. U kunt zaken helpen veranderen en daarmee van betekenis zijn voor cliënten;
- is boeiend en inspirerend. De zorg én de medezeggenschap zijn continu in ontwikkeling;
- is van meerwaarde. U zet uw eigen kwaliteiten in voor cliënten, u komt op voor de gemeenschappelijke belangen;
- betekent invloed uitoefenen op het beleid en de besluiten van Silverein en draagt bij aan het bevorderen van de kwaliteit van welzijn en zorgverlening;
- draagt bij aan uw eigen ontwikkeling. Zo leert u nieuwe mensen kennen, kunt u uw kennis vergroten en vaardigheden ontwikkelen.

Meer informatie

Heeft u vragen? Of heeft u belangstelling om u in te zetten voor de cliëntenraad? Neem dan contact op met Wim Kooiman, voorzitter centrale cliëntenraad via clientmedezeggenschap@silverein.nl

Van zorg geven naar Anja heeft dementie

“Ja joh, ik heb dementie gekregen”, zegt Anja. “Nu woon ik hier - helaas, dat zeg ik maar eerlijk.” Nog niet zo lang geleden werkte Anja zelf als vrijwilliger bij de dagbesteding van verpleeghuis Molenschot. Nu heeft zij er een kamer en maakt ze deel uit van de groep mensen die ze voorheen ondersteuning bood. Een grote verandering die ze ferm draagt en waarin zij zich tegelijk ook eenzaam kan voelen. Samen met haar vriendin Linda geeft ze woorden aan haar verhaal.

Anja's kamer op locatie Molenschot is niet te missen. Bij haar deur prijkt een sandwichbord van het silhouet van Anja afgebeeld in een aristocratisch kostuum.

's Avonds vermaakt zij zich wel, op haar

eigen stek. Dan kijkt ze televisie met een glaasje wijn erbij. Maar overdag, vooral tussen de middag als veel medebewoners gaan rusten, vindt ze het slaapverwekkend: stil, saai en ook eenzaam.

Vriendschap

Anja is nog geen zeventig en is sinds kort aan-

gewezen op 24 uren zorg. Ze heeft veel contacten verloren met mensen die niet goed met haar situatie kunnen omgaan. Gelukkig is Linda er: in alles haar steun en toeverlaat. Anja, trots: “Linda is mijn vriendin, al heel lang!”

Het begin van het ziekteproces weet Anja niet meer precies. Juist omdat er nu en dan gaten vallen in haar geheugen en zij soms van slag raakt als ze de antwoorden niet weet, is Linda erbij om het verhaal aan te vullen. “Het viel me destijds op dat Anja steeds moeilijker op woorden kon komen”, vertelt Linda. “Ik ging met haar naar de huisarts en daarvandaan naar de geriater. Het balletje rolde verder en bezoek aan een casemanager en bewindvoerder volgden.”

Levendig verleden

“Voor ze hier kwam wonen, leidde Anja een zelfstandig en actief leven”, weet Linda. In haar werkzame leven werkte ze bij de NCRV. “Heel lang!” vult Anja haar vriendin aan. Ze weet niet precies meer wat ze bij de NCRV deed. Als Linda vertelt dat ze er reizen begeleidde, pakt Anja



Anja (links) : “Linda is mijn vriendin, al heel lang!”

zorg ontvangen



dit op: "Ja, door het hele land, ik heb overal gezeten". Volgens Linda maakte ze heel wat kilometers. "Hou op, schei uit", lacht Anja. Zichtbaar begint dit onderdeel van het verleden weer tot leven te komen. En Anja leeft zienderogen op als erover wordt gepraat.

Eropuit

Reisbegeleiding is niet het enige mooie gedeelte van vroeger. "Anja was ook vrijwilligster in het verzorgingshuis en later bij de dagbesteding", vervolgt Linda. Anja veert op bij de herinneringen: "Oh, we hielden altijd zo'n mooie vakantie, weet je nog?" Haar stem schiet de lucht in als ze erover vertelt. Ze houdt duidelijk van reuring en gezelligheid. Ook nu ze

in Molenschot woont, gaat ze als het kan er nog graag op uit.

Bezigheden en betekenis

Anja vertelt hoe ze onlangs, min of meer toevallig, zelfstandig de weg naar het graf van haar ouders vond. "Dat was zo fijn", zegt ze geëmotioneerd. Het is voor haar een dierbare herinnering en de weg

**Anja leeft
zienderogen op
als het verleden
tot leven komt**

ernaartoe kent ze als rasechte Soestenaar op haar duimpje. Ze neemt zich voor om dit na de winterperiode weer op te pakken.

Anja bezoekt graag het restaurant beneden in Molenschot. Daar ontmoet ze soms mensen van vroeger. En er zijn veel lieve betrokken medewerkers waarmee ze contact maakt. Ook heeft Anja de creacub ontdekt. Ze kleurt graag en dat terwijl ze vroeger niets van knutselen moest hebben. Een nieuwe uitdaging in een veranderde wereld. Maar het zijn toch vooral de oude vertrouwde dingen die haar houvast en betekenis geven: dan is ze weer even de Anja-van-vroeger. 

TEKST: ELISABETH VAN WINDT
FOTO'S: SERVICESINFOTOGRAFIE.NL



Zorgen dat het **netwerk werkt**, dat geeft **energie**

“Mijn werkdag is geslaagd als het lukt om iedereen goed te laten samenwerken in de zorg voor mensen met dementie. Of het nu gaat om de mantelzorgers, de zorgmedewerkers, gemeentelijke diensten of instanties: ik word blij als iedereen doet wat nodig is en op de hoogte is van de situatie rondom een cliënt. Het geeft mij energie als het daardoor lukt om iemand langer thuis te laten wonen, in zijn of haar vertrouwde omgeving.” Dat zegt Elma Weel, een van de casemanagers dementie bij Silverein. Vandaag kijken we met haar mee.

Al wandelend doet Elma haar verhaal. “Stel, je hebt een buurvrouw over wie je je zorgen maakt. Het boodschappen doen lukt haar niet meer, de koelkast is leeg. Het geheugen hapert en haar gedrag verandert. Dat voelt als ‘niet pluis’. Het kan een begin van dementie zijn. Wat moet je daar nou mee? Dan kun je ons bellen om te

overleggen. Er is van alles mogelijk. Er zijn welzijnsinstellingen, het Alzheimer café, het Mantelzorgcafé, de gemeente, ontmoetingsgroepen, vrijwilligersorganisaties, de wijk-verpleegkundige en natuurlijk de huisarts. Wij kunnen de weg wijzen binnen dit netwerk.”

“Als je het op papier regelt, geeft dat rust”

Goed voorbereid

In de jaren '80 en '90 klonk de slogan: een slimme meid is op haar toekomst voorbereid. Wat Elma betreft, maken we daarvan: een verstandige oudere is op zijn toekomst voorbereid. “Als een arts heeft vastgesteld: u heeft

dementie, kan je wereld instorten. Angst voor het onbekende en huiver voor het verpleeghuis, dat is begrijpelijk. Maar het beleid van de overheid is erop gericht dat mensen zo lang mogelijk thuis kunnen blijven wonen, met hulp en ondersteuning. Dus dat verpleeghuis is nog ver weg. Zelfredzaamheid is het motto van deze tijd. Ik geef vaak als advies: je kunt je altijd op de wachtlijst laten zetten. Hier vervolgens rustig over nadenken en een paar verpleeglocaties bezoeken. Dat geldt ook voor het opstellen van een levenstestament. Als je het op papier regelt, geeft dat rust. Het is net als met een brandverzekering. Je hoopt dat je ‘m nooit nodig hebt, maar mocht het zo zijn, dan ben je goed af.”

Steuntje in de rug

Mantelzorgers spelen een steeds belangrijkere rol in de zorg voor mensen met dementie. Elma en haar collega's kunnen hen helpen met advies en tips. “We willen mantelzorgers goed ondersteunen. Zij hebben heel direct te maken met de gevolgen van dementie. Dat brengt soms heftige emoties





*Elma
Weel,
casemanager
dementie*

teweeg. Vaak omdat de persoon zelf niet beseft dat er sprake is van dementie. Bij 90% van de mensen met dementie is er geen ziekte-inzicht."

Wegwijzers

Overbelasting van mantelzorgers komt vaak voor. Daarom is er elke week een telefonisch spreekuur. Ook is er een cursus 'hoe om te gaan met dementie'. De casemanagers geven vaak als tip om eens na te gaan bij de zorgverzekeraar of die nog iets kan bieden. "Mantelzorgers zijn blij met de ondersteuning die we geven. Er komt in korte tijd zoveel op ze af, zowel praktisch als emotioneel. Dan vinden ze het fijn als iemand de weg wijst bij regelzaken."

Geen doorsnee dagen

Elma vindt haar werk boeiend omdat

elke dag anders is. Een doorsnee dag is er niet bij. Vandaag is het veel bellen en overleggen over

"Er komt veel op mantelzorgers af, zowel praktisch als emotioneel"

vier verschillende cliënten, elk met hun eigen contactpersonen en zorgverleners. Een dochter belt: zij wil weten welk verpleeghuis het beste is voor haar moeder. "Die keuze is vrij. Ga zelf kijken en de sfeer proeven, is dan mijn tip. Het gaat om een persoonlijke keuze, die kan en wil ik niet uit handen nemen."

Eigen normen loslaten

Het gesprek komt op normen en waarden.

Die kunnen bij mantelzorgers soms in de weg zitten, merkt Elma. De mantelzorger verwacht dat vader dagelijks doucht. Maar voor vader is dit een flinke inspanning en hij vindt één keer per week voldoende, net als vroeger. Of moeder heeft wat vlekken op haar kleding, wat ze zelf niet ziet. Daarover kan een mantelzorger, vanuit z'n eigen waarden een discussie aangaan. De verandering in gedrag brengt voor mantelzorgers onmacht en verdriet met zich mee. Hoe ga je daarmee om?" 

TEKST: CHRISTL FOEKEMA

BEELD: SERVICESINFOTOGRAFIE.NL

Spreekuur ketenzorg dementie:

donderdag van 11.00 tot 12.00 uur

Inwoners Baarn: 06 514 72 318

Inwoners Soest: 06 514 70 871

E-mail: casemanagers@silverein.nl



Zorg thuis

Krantje, sudoku en pianospelen: *Zo gaat het best*

Hoe kun je zo prettig mogelijk thuis wonen als je dementie hebt? Met begeleiding van Zorg thuis lukt het best. Dat blijkt uit het verhaal van Jan Stegeman (86). Marina Coolsma, individueel begeleider bij Zorg thuis van Silverein, zoekt hem drie keer per week op en helpt structuur te geven aan de dag.

In de woonkamer staat een grote vleugel waar meneer Stegeman regelmatig op speelt. Met een plank vol bladmuziek is er keus genoeg. Vandaag wordt het 'Für Elise'. Ruim vijftig jaar woonde hij met zijn vrouw in dit huis. Een half jaar geleden werd zijn vrouw Henna opgenomen in verpleeghuis Beukenstein van Silverein. Onlangs is zij overleden.

Dat kan ik nog wél

Marina: "Zorg thuis is gekomen toen Jan en Henna niet meer aan de lunch toekwamen. Hij was te druk met de zorg voor haar.

Zorg thuis kwam langs om een boterham te maken. Na de verhuizing van Henna is dat nog even doorgegaan, maar dat bleek niet nodig. Jan kon zelf zijn brood maken." Jan is blij met de komst van Marina. "Ik vind het leuk en zinvol dat er iemand komt, want tja, een keer vallen kan toch."

Samen aan de slag

Jan heeft de diagnose vasculaire dementie gekregen. Marina ondersteunt hem om structuur te geven aan de dag, zichzelf te redden, activiteiten te doen en de dagelijkse maaltijd te verzorgen. Op de dagen dat Marina er is maken ze samen een boodschappenlijst. De boodschappen bestellen ze bij een buurtsuper, die alles de volgende dag bezorgt.

In zijn werkzame leven was Jan wiskundige. Het rekenen zit er nog steeds in. Met humor: "Om de andere dag worden twee maaltijden thuis geleverd. De maaltijdbezorger heeft uitgerekend dat een week een oneven aantal dagen heeft. Met een ingewikkelde rekensom heeft hij berekend dat er op zaterdag één maaltijd wordt gebracht voor de zondag en dat het dan precies klopt."

Zelfstandig met steun

Jan kan zich met wat ondersteuning goed redden. "Ik probeer het huis netjes te houden. Eén ochtend per week komt de hulp. Bij het ontbijt kom ik weleens in de verleiding om de krant te pakken en de sudoku op te lossen. Dan verknoei ik mijn tijd voor schoonmaken weer. Maar zolang ik het nog voor elkaar krijg met hulp en steun, gaat het best." ✍



Jan heeft een plank vol bladmuziek.



TEKST: CAROLINE SCHALKS

FOTO'S: SERVICESINFOTOGRAFIE.NL

Webinar 'Omgaan met dementie'

Uw naaste, uw geliefde heeft dementie. Steeds opnieuw wordt u met de vraag geconfronteerd: wat kan ik nu het beste doen, zeggen of juist laten?

Trainer & coach dementie Els Jacobs geeft webinars (online presentatie) 'Omgaan met dementie'. Zij heeft jarenlange ervaring in de zorg voor mensen met dementie, in haar werk en haar persoonlijke omgeving. Daardoor weet zij van binnenuit hoe verschillend deze belevingen kunnen zijn. Lees ook het interview op pagina 4. Graag deelt Silverein de kennis die zij in huis heeft met familie en naasten. Zo kunt u een beter beeld krijgen van de ziekte en krijgt

u houvast in hoe u kunt omgaan met uw geliefde die dementie heeft. In het webinar komt aan bod:

- Hoe werkt het brein van mensen met dementie?
- Hoe ga je om met gedrag dat je niet begrijpt?
- Hoe sluit je zo goed mogelijk aan bij iemand met dementie?

Wanneer?

Dinsdagavond 4 april
van 19.00 – 20.00 uur
Dinsdagmiddag 18 april
van 14.00 – 15.00 uur

Meedoen:

U kunt het webinar 'Omgaan met dementie' bijwonen via onze



online leeromgeving PitStop. Ga naar internet via Google Chrome en type in: opbouw.capp12.nl/open-courses U komt dan in de leeromgeving, waar u een account aanmaakt. Hier kiest u voor het webinar dat u wilt volgen. U vindt er een Zoom-link om mee te doen. Tijdens het webinar is er een host aanwezig aan wie u per chat vragen kunt stellen. 💖

Op weg met verduurzamen

In 2021 heeft Silverein de landelijke Green Deal Zorg 2.0 'Duurzame Zorg voor een gezonde toekomst' ondertekend. Een van de speerpunten uit de Green Deal is CO2 reductie. En daar zijn we volop mee bezig. In de afgelopen jaren zijn er veel energiebesparende maatregelen genomen op onze locaties. Denk aan ledverlichting, extra isolatie en waar mogelijk aanwezigheidssensoren zodat ventilatie en licht niet blijven aanstaan in lege ruimtes. Dat heeft bij Silverein in de periode van 2018 tot en met 2021 geleid tot een afname van 27% CO2-uitstoot.

Natuurlijk gaan we op een slimme manier door met verduurzamen. Naast verdere CO2-reductie zijn we bezig met circulair werken. Ook een gezonde woon- en leefomgeving en het voorkomen van medicijnresten in het milieu zijn belangrijke onderwerpen. Stap voor stap verduurzamen we steeds verder! 💖



Prijswinnaars

De puzzel uit de vorige Silver had als oplossing: LEVENSVERRHAAL. De redactie ontving weer veel kaarten met het goede antwoord. Uit de inzendingen zijn drie winnaars getrokken: mevrouw F. Witteman uit Soest, mevrouw Van Roest uit Driebergen en mevrouw Bolleman uit Bilthoven (foto). Gefeliciteerd met de prijs, een VVV-cadeaubon ter waarde van € 25,00. 💖



Uw levensverhaal is de rode draad voor onze ondersteuning en zorg

U bent van harte welkom bij Silverein. Wij bieden de ruimte om uzelf te zijn. U weet wat u waardevol en belangrijk vindt en wat u nodig heeft om u prettig en vertrouwd te voelen.

Missie

Een waardevol leven

Ieder mens heeft het recht om het eigen leven te leiden en eigen keuzes te maken. Ieder mens heeft andere behoeften en wensen. Silverein biedt ondersteuning en zorg aan ouderen met een hulpvraag. Dit doen wij samen met de cliënt, familie en naasten, mantelzorgers, vrijwilligers en samenwerkingspartners in de zorg. Wij zijn specialist in zorg, welzijn en behandeling voor ouderen in de regio's Eemland, Utrechtse Heuvelrug en De Bilt. Onze kernexpertise ligt op het gebied van thuiszorg, verpleeghuiszorg, geriatrische revalidatie met aandacht voor levensvragen en zingeving.



Silverein

Visie

Samen en vanuit het hart

De persoonlijke benadering van zowel cliënten als onze (vrijwillige) medewerkers is de basis voor onze ondersteuning en zorg. Wij kijken samen naar wat u zelf kunt en waar uw naasten of vrijwilligers u kunnen ondersteunen. Dit kan zo nodig worden aangevuld met technologische innovaties, ter bevordering van uw zelfredzaamheid. Zorgmedewerkers vullen aan met professionele zorg waar dit nodig is; bij u thuis of op een van onze locaties. Wij spelen in op veranderingen en willen ons blijven aanpassen aan nieuwe omstandigheden door altijd te kijken hoe het anders, beter of slimmer kan.

Onze diensten

Silverein biedt

Zorg thuis

- Verpleging en verzorging
- Individuele begeleiding
- Dementie zorg
- Palliatieve zorg
- Personenalarmering
- Dagbesteding

Bij ons wonen

- Verpleging en verzorging
- Behandeling en advies

Tijdelijk wonen

- Revalidatie en herstel
- Logeren en respijtzorg
- Welzijn

Welzijn

- Ontmoetingscentra
- Buurthuis

📍 **Zorg thuis** Teams in Amersfoort, Baarn, Bilthoven, De Bilt, Driebergen, Maartensdijk, Soest, Soesterberg

📍 **Regio Driebergen** Beukenstein, Sparrenheide, Rehoboth en Het Woonoord, ontmoetingscentrum De Vijver, Buurthuis De Brug

📍 **Regio Bilthoven** De Biltse Hof, De Bremhorst, De Koperwiek, Weltevreden en Rinnebeek, ontmoetingscentrum Bij de Tijd

📍 **Regio Soest** Molenschot, Molenhof, Daelhoven, Wiekslag Boerenstreek,

Wiekslag Smitsveen en De Heybergh, ontmoetingscentrum Molenschot

📍 **Regio Amersfoort/Baarn** Kastanje, Populier, De Vier Linden, Leilinde, Hazelaar (Birkhoven Park), Villa de Eik, Quercus, De Plataan, Puntenburg en Huis Nederland, Santvoorde, Krabbelaan, Noorderhof en Merelhof, Vinkenhof, Lijsterhof (Elisabeth Park), ontmoetingscentrum Baarn, ontmoetingscentrum De Plataan, ontmoetingscentrum Birkhoven Park



Silverein