UIT BLINK ERS

VAKBLAD OVER
ETEN, DRINKEN EN
GASTVRIJHEID
IN DE ZORG

NR. 18 – JUN 2021

UITBLINKERS IS
EEN UITGAVE VAN

wij
gastvrij

UITBLINKERS
IN GASTVRIJHEID



Zorg boekt terreinwinst op corona

Michel Overwijk bloeit op na motorcrash



Voorkom hittestress bij ouderen

metos
kitchen intelligence

WE CARE

HET À-LA-CARTE
UITGIFTESYSTEEM VOOR DE ZORG

We Care, de voordelen

- Constante hoge kwaliteit maaltijden
- Flexibiliteit in het tijdstip van maaltijdverstrekking
- Verhogen efficiency
- Reductie voedselverspilling
- Kostenbesparing op personeel
- Toepasbaar in elke zorglocatie
- Begeleiding van medewerkers



Bewoners dagelijks gezond en heerlijk laten eten in combinatie met minimale voedselverspelling.

www.metos.nl - tel (+31) 88 - 0242 322 - Birnieweg 2 - 7418 HH Deventer

FEESTELIJKE BEGRAFENIS

Voor dit nummer hadden we het verhaal 'Hoera, we kunnen weer' gepland. Een bloemlezing over al die mooie dingen die we weer oppakken. En over het afscheid van corona, onze gemeenschappelijke vijand, die we eindelijk na een dik jaar feestelijk maar oneervol zouden begraven, diep weggestopt.

Maar corona leeft nog en slaat nog steeds geniepig toe. Maar minder vaak, en ja, er kan ook weer meer. Dat was ook al die tijd de uitdaging van de zorg. Hoe kunnen we het nog een beetje leuk maken voor onze cliënten zonder dat ze in de coronagevarenzone belanden?

Bij de DrieGasthuizenGroep in Arnhem is dat aardig gelukt. Hun aanpak kenmerkt zich door creativiteit, hard werken, snel besluiten. Zogenoemde beltenten bouwen om bezoek dichtbij te laten komen, een hoogwerker inschakelen zodat een vrouw in quarantaine haar familie toch van nabij even live kan spreken op haar verjaardag. Dat deden ze. Zie de reportage vanaf pagina 4.

Verder gaan we het hebben over koken als cabaret, oplossingen voor de koffiecrisis in de zorg, voedingsassistenten die gerechten bedenken en een special over hydrateren en koelen. Vergeet ook het interview met WijGastvrij-voorzitter Michel Overwijk niet. Na een motorcrash zwaar in de kreukels, maar inmiddels op de weg terug. Straks, zodra hij weer gas kan geven, koopt hij een nieuwe motor. En gaat dan weer gas geven.

Jaap de Graaf,
Redactie Uitblinkers

wij gastvrij
UITBLINKERS
IN GASTVRIJHEID



SLUIT JE AAN!
WWW.WIJGASTVRIJ.NL/LEDEN

INHOUD

4 Hoera, er kan steeds meer
7 Column Lisette Bossert
9 Twietjes
10 Koken als cabaret
17 Bedrijfsleden
18 Oplossingen voor koffiecrisis
22 Colofon
24 Kookschool in ziekenhuis
25 Keuken Humanitas overgenomen
26 Handschoen verwarmt patiënt
27 Productinformatie
30 Interview Michel Overwijk
36 WijGastvrij
37 Tips van Wenda
39 Festival WijGastvrij
42 Eiwitrijk verleiden
46 Trainen voor operatie
47 Special hydrateren
48 Voorkom uitdroging
51 Eten verspreid aanbieden
52 Koelsjaals bestrijden hitte
54 Column Geert Hilferink



André Harinck en Michèle Fränzel: "Het vaccineren heeft grote voordelen met zich meegebracht."

DrieGasthuizenGroep over corona en kwaliteit van leven

KIJKEN WAT ER WÉL KAN

Het merendeel van de bewoners en de personeelsleden binnen de ouderenzorg is gevaccineerd tegen corona. Hoera, ze mogen weer meer! Maar het blijft een kwestie van mogelijkheden onderzoeken, de balans vinden tussen kwaliteit van leven en veiligheid bieden. Bij DrieGasthuizenGroep in Arnhem weten ze hoe dat in zijn werk gaat.

Mogelijkheden opzoeken. Kijken wat er wél kan. Na ruim een jaar corona weten we meer en kunnen we meer. Zeker in de ouderenzorg, waar het merendeel van de bewoners en de medewerkers is gevaccineerd.

Welke stappen kunnen er gezet worden? Maar ook: wat hebben we geleerd sinds corona maart vorig jaar echt toesloeg? Die vragen leggen we voor aan André Harinck, woonzorgmanager van twee locaties van DrieGasthuizenGroep in Arnhem en Michèle Fränzel, hospitalitymanager van de genoemde organisatie (vijf intramurale zorglocaties met 350 cliënten, zes zorgvriendelijke appartementencomplexen en thuiszorg).

Oudste zorgaanbieder

DrieGasthuizenGroep bestaat 775 jaar. Het is de oudste zorgaanbieder van Nederland. De Tweede Wereldoorlog buiten beschouwing gelaten, waren weinig periodes zo hectisch als het afgelopen jaar. Hoe begon het allemaal? André Harinck: "We werden met een kapot geweer de oorlog in gestuurd."

Met die beeldspraak maakt hij duidelijk dat niemand vorig jaar maart wist wat er gebeurde. De middelen waren schaars, de kennis beperkt. "We wisten dat we mensen extra in de gaten moesten houden als ze niesten of koorts hadden. Meer wisten we niet. We hebben tijdens die eerste lockdown redelijk braaf gevolg gegeven aan de instructies van het kabinet: deuren dicht, geen bezoek, eten op de appartementen, restaurants sluiten."

Versoepelingen

Maar er zijn wel versoepelingen doorgevoerd waar dat verantwoord was. Voor delen van gebouwen die vrij van besmettingen waren, golden al snel soepelere regels. "We hebben altijd de mogelijkheden opgezocht", zegt Harinck, voorzitter van het Corona Crisisteam van de DrieGasthuizenGroep. "We wisten heel goed dat we beperkingen moesten opleggen, maar de kwaliteit van leven hebben we altijd erg belangrijk gevonden."

Daarbij was en is het iedere keer de vraag: hoe ver mag je gaan? De RIVM-richtlijnen gelden als maatstaf.

"CORONA MAAKT VEEL LOS BIJ DE MENSEN. HOE LANGER HET DUURDE, DES TE HEFTIGER DE REACTIES"

Vrijheid

Bewoners kregen al snel na het afkondigen van de lockdown de mogelijkheid om boodschappen te doen in de servicewinkel en te eten in het restaurant. In groepen. Michèle Fränzel: "Schema's gaven aan wie er wanneer gebruik konden maken van de binnentuin, de winkel en het restaurant."

In de media verschijnen verhalen over ouderen die maandenlang op hun kamer verblijven. Eenzaam. Harinck: "Ik wil dat niet bagatelliseren, maar media hebben de neiging om zaken uit te vergroten. En veel van de cliënten in de ouderenzorg komen normaal ook niet regelmatig buiten. Maar als het dan niet mag, wordt dit als vrijheidsbeperkend ervaren. Begrijpelijk, want je wordt beperkt in je regie en je vrijheid. Wij keken juist naar wat er wél kon."

Bezoek in hoogwerker

Doen wat er mogelijk is, is het motto van DrieGasthuizenGroep. Dat heeft geleid tot opmerkelijke acties. Een muzikaal optreden in de binnentuin voor twee bewoners die 65 jaar waren getrouwd. Een hoogwerker toepassen ten behoeve van een cliënt in quarantaine die 100 werd. Haar geliefden konden haar dankzij die hoogwerker van dichtbij zonder gevaar voor besmetting feliciteren. Zij in de bak van de hoogwerker, de jarige op haar balkon. Dit speelde tijdens de eerste lockdown.

Lees verder ››

Armenhospitaal uit 1246
De oorsprong van DrieGasthuizenGroep ligt in 1246. In dat jaar werd het eerste armenhospitaal van Arnhem geopend, genoemd Sint Catharinae Gasthuis. Daarbij werd een kapel gebouwd en een kerkhof aangelegd. Wetenswaardigheden over de lange geschiedenis van de Arnhemse organisatie vind je op https://775jaar.nl.

“MEDIA HEBBEN DE NEIGING OM ZAKEN UIT TE VERGROTEN”

Beeldbeltenten
Om bewoners toch in contact te brengen met familie en geliefden bouwde de DrieGasthuizenGroep april vorig jaar zogenoemde beeldbeltenten. Daarin konden bewoners bellen met bezoekers die op enkele centimeters afstand van hen zaten achter plexiglas. Veilig dus.

Harinck: “Dat idee werd op een maandag in het crisisteam besproken, terwijl Michèle er dezelfde dag al mee aan de slag ging. De dag erna stonden die tenten er.”

Bij de bewoners en het merendeel van de bezoekers oogstte dat lof. Maar er werd ook gemopperd. Over het feit dat mensen niet zo gemakkelijk bij de tenten konden komen of dat deze niet mooi genoeg waren ingericht.

Op locatie Heijendaal werd de brandmelder in de avonduren herhaaldelijk ingedrukt, omdat bezoekers ongeduldig werden toen ze niet onmiddellijk naar binnen konden. Fränzel: “Corona maakt veel los bij de mensen. Hoe langer het duurde, des te heftiger de reacties.”

Regie bij de overheid
Tijdens de eerste lockdown had de ouderenzorg te maken met de centrale regie van de overheid. Na de eerste golf kregen organisaties meer vrijheden. Harinck: “We hebben een afbouwscenario van de maatregelen ingevoerd waarbij we altijd in control zijn gebleven. We hebben de continuïteit van de zorg kunnen handhaven.”

Ook waren er al die tijd voldoende medewerkers op de been. Het ziekteverzuim viel mee binnen de context van corona, zegt Fränzel. “En op de eerste weken na waren er geen tekorten aan persoonlijke beschermingsmiddelen. Daar hebben we ook veel aan gedaan. Bellen en regelen. Erachteraan zitten. Samenwerking zoeken in de regio.”

Heftige dingen
De medewerkers van DrieGasthuizenGroep maakten heftige dingen mee. Dat cliënten overlijden, is onderdeel van het vak, zegt Harinck. “Maar dat er op een afdeling ineens zes bewoners en een paar collega’s ziek worden als gevolg van corona is zwaar. Zeker als je je daar ook nog verantwoordelijk voor voelt. Ondertussen moet je nadenken over de vraag wanneer je de familie bij een zieke bewoner toelaat, terwijl je dat je normaal gesproken onmiddellijk zou doen.”

Medewerkers kregen geregeld kleine attenties en blijken van waardering, zoals vier kaarten voor een dagje Burgers Zoo. Geestelijk verzorgers en psychologen namen contact met ze op om te vragen of ze behoefte hadden aan begeleiding.



Hoerastemming
Nu steeds meer mensen gevaccineerd zijn, gloort er licht aan het einde van de tunnel, stellen we op 3 mei ten tijde van het interview vast. Heerst er nu een hoerastemming? Fränzel: “Wij zijn altijd bezig geweest met de dingen die wél kunnen. Ook nu. Het organiseren van buitenactiviteiten bijvoorbeeld, rondritten in de bus met een beperkt aantal personen, picknickmand mee, genieten.”

Harinck: “Zoveel mogelijk de randjes opzoeken maar ook een nuchtere blik werpen op de wereld om ons heen. Risico’s omzetten in gecalculeerde risico’s. Als een bewoner vraagt of hij in De Burcht, ons restaurant, zijn verjaardag mag vieren met zestig personen, zouden we zeggen: dat gaat niet, maar kan het ook met twintig? En hoeveel mensen van die twintig zijn gevaccineerd en is het mogelijk om ze een zelftest te laten doen? Zo proberen we altijd na te gaan wat er mogelijk is.”

Verdere stappen
Het crisisteam dat aanvankelijk dagelijks bijeenkwam, vergadert nu één keer week, maximaal een uur. Wat zijn de volgende stappen?, vragen we op 3 mei. Fränzel laat weten dat de maximale groepsgrootte van collega’s die elkaar treffen, mogelijk wordt uitgebreid. “We onderzoeken hoe we dat kunnen gaan doen.”

Verder wordt nagegaan hoe er binnen weer meer activiteiten kunnen plaatsvinden. Optredens van artiesten bijvoorbeeld. Intussen staat vast dat het vaccineren geleid heeft tot een teruglopend aantal besmettingen. Harinck: “Het vaccineren heeft grote voordelen met zich meegebracht. We kunnen vaststellen dat het echt de goede kant op gaat.”

“WE WERDEN MET EEN KAPOT GEWEER DE OORLOG IN GESTUURD”



José Bliekendaal schreef ‘Achter gesloten deuren.’

‘Achter gesloten deuren’
Op 19 maart 2020, de dag dat de verpleeghuizen als gevolg van corona werden afgesloten voor bezoekers, deed José Bliekendaal (74) haar intrede in woonzorgcentrum Drie Gasthuizen in Arnhem. Ze was mantelzorger van haar moeder (toen 107 jaar, inmiddels overleden) en voorzitter van de cliëntenraad van Drie Gasthuizen en de centrale cliëntenraad van deze organisatie. Ze liet zich insluiten – er was een logeerkamer vrij – om in de nabijheid van haar moeder te kunnen blijven en vrijwilligerswerk te blijven doen.

Ze schreef over die periode het boek ‘Achter gesloten deuren’. In het boek beschrijft ze van dag tot dag – van donderdag 19 maart tot en met zondag 19 juli – haar belevenissen. Ze besluit het boek met een reusachtig compliment aan het adres van de zorgmedewerkers. ‘Ik heb met eigen ogen gezien en ervaren welke prestatie zij dag in dag uit moesten leveren. Mijn motto is dan ook: Zorg goed voor de Zorg!’



Met haar bedrijf Bossert Kookwerken verzorgt en ontwikkelt Lisette Bossert trainingstrajecten.

COLUMN

Vier het leven!

Na regen komt zonneschijn, na de winter en de lente komt de zomer en na corona komt gelukkig weer een periode van meer ontspanning.

Na deze moeilijke periode voor zowel bewoners als personeel van zorginstellingen is het tijd om de opnieuw verkregen vrijheid te gaan vieren. En bij vieren hoort samen genieten van lekker eten!

Vanmorgen kocht ik bij de groenteboer in het dorp een pond heerlijke Hollandse aardbeien en ik bracht een bezoekje aan mijn 80-jarige moeder. We smeerden roomboter op een paar beschuiten, sneden de zomerkoninkjes in tweeën en belegden de beschuiten ermee, mespuntje rietsuiker erover en genieten maar.

Spontaan vertelde mijn moeder over een van haar oudste aardbeienherinneringen; als kind bezocht ze wekelijks haar opa en oma. Opa had een grote moestuin met flink wat bedden met aardbeienplanten. Die zomermiddag plukte ze samen met haar opa het rood-witte emaillen vergiet vol met geurige, zoete en door de zon verwarmde zomerkoninkjes. Ze aten de aardbeien, samen met oma en haar ouders, met een flinke lepel vers geklopte zoete slagroom uit mooie glazen schaaltjes op een voetje. Het zijn mooie herinneringen die mijn moeders jeugd tot leven roepen en de aardbeien zelf nu nog lekkerder laten smaken.

Dus lieve medewerkers uit de ouderen- en gehandicaptenzorg, geniet ten volle van deze zomer, koop van dat heerlijke zomerfruit en schuif de tafels weer aan elkaar.

Vier het leven!

BEKIJK ONZE NIEUWE BROCHURE!



Zorgboodschap is dé totaalleverancier voor de zorg. Kom meer te weten over ons assortiment, concepten, webshop en onze oplossingen op maat.

Je vindt de brochure als bijlage bij deze uitgave van **Uitblinkers** of bestel 'm online op **zorgboodschap.nl**

ZORGBOODSCHAP
Onderdeel van Boon Food Group

@LubKramer

"Ik krijg naar m'n hoofd geslingerd dat ik maar niet meer van de zorg gebruik kan maken als ik me niet laat vaccineren. Oké das goed maar dan ook de mensen die roken, drinken of ongezond eten niet!"

@foodwatch_nl

"In plaats van de focus op besparing in de zorg, moet de besparing gezocht worden in gezondere voeding stimuleren. Want ons voedsel maakt ons massaal ziek."

@M1ckey_Green

"Pauzes overslaan is doodnormaal in de zorg. Geen koffiepauze kunnen houden al helemaal. Daarnaast nog vele uren investeren naast werk aan bijscholing, overleggen, etc. Allemaal om ook te kunnen herregistreren. Ik overweeg soms echt om te zorg uit te stappen."

@C_offee_holic

"Sowieso eerst koffie! En daarna nog 1. En dan nog 1 en nog 1 en naja veel koffie. Stukje geluk in een kopje."

Gastvrijheid in Bedrijf

"Merk jij ook dat mensen steeds meer een kort lontje hebben? Dat klanten/ gasten soms over je grens gaan? Dat kan een rem zijn op jouw gastvrijheid. Helaas loopt de stress bij veel mensen op: bij gasten en medewerkers."

Martijn van Gemst

"Smaaksturing kan het verschil maken. Lekker, gezond en veilig eten. Voor iedere smaakhandicap is dit anders, maar o zo belangrijk."

Ron Groothuis

"Ik word hier zo verdrietig van: 'de uitstroom van personeel en het ziekteverzuim blijven onverminderd hoog en verpleeghuizen hebben vaak onvoldoende gekwalificeerd personeel op de vloer.' En dat allemaal ondanks de enorme investeringen."



Monique Stam-Hooft: "We stemmen het aanbod af op de personen."

Laat medewerkers mee-eten

Susanne (Verzorgende-IG) is een van de medewerkers die we treffen voor en tijdens de maaltijd. Samen met een collega eet ze mee en verleent ze tijdens het eten hand- en spandiensten aan de bewoners. Voordat ze februari jongstleden bij De Eemhorst in dienst trad, werkte ze tien jaar in de reguliere zorg. Over het mee-eten van medewerkers met ouderen met dementie zegt ze: "Goed dat dat gebeurt. Bewoners gaan zelf eerder eten als ze zien dat jij mee-eet. Daarnaast is het voor de zorgmedewerker belangrijk dat hij of zij gezond eet. Dat kan hier. Zou je niet mee-eten, dan ben je geneigd een pizza of een andere snack te bestellen met als gevolg dat je kilo's aankomt en ook eerder ziek wordt omdat je niet gezond eet."

De Eemhorst biedt ouderenzorg op het boerenerf

KOKEN ALS CABARET

Koken in de zorg als cabaret. Een activiteit die entertainment en actie teweeg kan brengen bij ouderen met dementie. Zo kijkt Monique Stam-Hooft er tegenaan. Ze werkt als coachend kok in De Eemhorst te Soest, particulier verzorgingshuis, drie 'boerderijen' op een boerenerf, 26 bewoners.

De Eemhorst in het buitengebied van Soest is geen doorsnee verzorgingshuis. Verre van dat. Je ziet het meteen bij aankomst. De 26 ouderen met dementie verblijven in drie rechthoekige gebouwen, boerderijen genoemd. Alles speelt zich af op de begane grond. De bewoners kunnen vrij in- en uitlopen.

Het particuliere verzorgingshuis is gevestigd op het boerenerf van een melkveehouderij. Boerenzoon René Hilhorst en zijn vrouw Emilie van Dooren zijn eigenaar van De Eemhorst dat ze vier jaar geleden – na tien jaar voorbereiding – opstartten. De melkveehouderij is nog steeds in bedrijf.

Meteen enthousiast

Monique Stam-Hooft deed hier ruim drie jaar geleden haar intrede als coachend kok ten behoeve van het kleinschalig wonen. Zij coacht zorgmedewerkers die maaltijden bereiden in de drie keukens. De bewoners worden daarbij zoveel mogelijk betrokken.

We hebben plaats genomen in de huiskamer van een van de drie boerderijen en maken kennis met oprichter en eigenaar René Hilhorst. Hij kwam vijftien jaar geleden op het idee om een zorginstelling van de grond te tillen nadat zijn moeder aan dementie begon te lijden. "Wij konden in de omgeving geen woonruimte vinden waar zij zich thuis zou kunnen voelen."

Zelf een accommodatie bouwen dan maar? Kan niet, kreeg Hilhorst keer op keer te horen. Maar waarom niet, was zijn wedervraag. Hij kreeg op die vraag geen antwoord. En zette door. Oriënteerde zich onder meer door tientallen instellingen te bezoeken.

Er was vooral één ding dat hem in het bijzonder opviel. "Waar ik ook kwam, op welk uur van de dag, het was altijd koffietijd. Zag ik ouderen aan een tafeltje. Dat lijkt gezellig, maar de hele dag door koffietijd is niet leuk. Dat gaan we anders doen, dacht ik."

"WE BETREKKEN DE MENSEN ECHT BIJ HET ETEN MET ALS GEVOLG DAT ZE WEER EEN AVOND GELUKKIG ZIJN, WANT ZE HEBBEN EEN BIJDRAGE KUNNEN LEVEREN"



Loopbaan Monique Stam-Hooft

Monique Stam-Hooft is van huis uit pr-/communicatiemanager. Daarna heeft ze vijftien jaar een eigen bedrijf gehad: Stam-Hooftgasten Hooftgerechten. Ze verzorgde kooklessen en teambuilding voor bedrijven en andere opdrachtgevers. Toen haar ouders slechter werden, zette ze Stichting Ouderwets Genieten op en begon ze te koken voor en met ouderen. Bijna vier jaar geleden trad ze als coachend kok in dienst van De Eemhorst.

Lees verder ››



René Hilhorst toont kuiken. "De Eemhorst is een totaalconcept dat we van de grond af aan op hebben kunnen bouwen."

Actief blijven

Hilhorst staat op het standpunt dat mensen met dementie actief moeten kunnen blijven. Hij wijst op onderzoek van de Universiteit van Maastricht. Dat heeft uitgewezen dat mensen met dementie op zorgboerderijen heel langzaam achteruit gaan. “Omdat ze actief blijven. Als ze dan achteruit gaan, gaat het snel, maar ze hebben dan wel in de laatste fase van hun leven een mooie tijd gehad. Dat patroon zien we hier ook.”

Hilhorst en zijn vrouw kozen voor een boerderij-achtige accommodatie, veel bewegingsvrijheid, veel licht, alles op de begane grond, veel prikkels, maar ook weer niet te veel, want anders raken de mensen overprikkeld. Tegenover de 26 bewoners staan 50 medewerkers, omringd door een ‘schil’ van zzp-ers. “Dat is naar maatstaven van de reguliere zorg een ruime bezetting.”

“DE ANDERE GROENTEN DIE WE INKOPEN ZIJN ECHT SEIZOENSPRODUCTEN, OOK DE AARDBEIEN, AL KOMEN ZE DAN UIT EEN KAS”

Gebakken of gekookte aardappels?

Wie vragen stelt aan mensen met dementie moet niet te snel conclusies willen trekken, want dan ga je de fout in. Monique Stam-Hooft: “Als je vraagt: wil je gebakken of gekookte aardappels? Krijg je van mensen met dementie te horen dat ze gekookte aardappelen willen, omdat dat als laatste is gezegd, dat onthouden ze. Stel daarom enkelvoudige vragen, wacht enkele seconden en stel de volgende vraag. Dan kom je erachter wat ze willen.”

Doos met kuikens

Hilhorst moet even wat ophalen, zegt hij. Enkele minuten later klinkt gepiep. De oprichter toont een doos met kuikens, de vorige nacht in de broedmachine uit de eieren gekropen. Buiten zien we ondertussen geiten – een tikje corpulent – op stellingen klimmen. Het boerenleven is dichtbij.

En dat is ook de bedoeling, zegt Monique Stam-Hooft, die in de reguliere ouderenzorg de echte beleving mist. “Het koken hangt er vaak maar een beetje bij”, zegt ze. ”Het wordt gedaan door zorgmedewerkers die er eigenlijk geen tijd voor hebben. Soms worden ze bijgestaan door vrijwilligers, die ongetwijfeld hun best doen, maar niet altijd in staat zijn om iets lekkers voor deze doelgroep te bereiden.”

Dat die vrijwilligers raapstelen en schorseneren en andere ‘vergeten groenten’ bereiden voor mensen met dementie is mooi, maar doen ze dat wel goed, vraagt Stam-Hooft zich af. “Als er geen smaak aan die groenten zit, is het allemaal niet zo zinvol. Je moet heel goed weten wat je doet.”

Maaltijd is drie uur beleving

Eten is geur, beleving, smaak. De moestuin kan er een onderdeel van zijn. Mooi als je bewoners daar mee naartoe kunt nemen om boerenkool of wat anders te oogsten. Ook mooi dat je ze aardappels kunt laten schillen, zegt Stam-Hooft . “We betrekken de mensen echt bij het eten, met als gevolg dat ze weer een avond gelukkig zijn, want ze hebben een bijdrage kunnen leveren.”

René Hilhorst schuift nog even aan. “Van een warme maaltijd kun je drie uur beleving maken”, zegt hij. Om op te sommen: voorbereiden, oogsten, erover praten, proeven, vragen beantwoorden, geuren waarnemen, assisteren, bijvoorbeeld door boontjes te snijden met snijmachientjes.

“VAN EEN WARME MAALTIJD KUN JE DRIE UUR BELEVING MAKEN”

Toch vernemen we vaak dat dementerende ouderen helemaal niet zo tuk zijn op dit soort activiteiten. Want ze hebben hun hele leven al gekookt of ze zijn te moe. Hilhorst: “Wij stellen vast dat 90% van onze bewoners er wel aardigheid in heeft. Dat komt doordat we ze echt betrekken. Geuren, spanning, geluiden, gesprekken over het eten. En de landelijke omgeving werkt natuurlijk ook mee. De Eemhorst is een totaalconcept dat we van de grond af aan op hebben kunnen bouwen. Alle onderdelen zijn op elkaar afgestemd.”

Baby-kip vertedert

Hoewel de doos met kuikens al weg is, horen we opnieuw gepiep. Een achterblijver. Zorgmedewerker Susanne loopt er vertederd mee rond. Ze toont de baby-kip aan bewoners. Ondertussen tovert Monique Stam-Hooft het weekmenu tevoorschijn. We zien dat het woensdag gehaktdag is. Maar de woensdag van ons bezoek is het visdag. De visboer had een leuke zalmaanbieding, vandaar. “Zo flexibel zijn we wel.”

Tussen de bedrijven door voeren we korte gesprekken met bewoners en medewerkers. Een mevrouw houdt niet zo van zalm, zegt ze. Zij krijgt die dag een witvisje. Stam-Hooft: “We stemmen het aanbod af op de personen. Dat is het voordeel van een kleine groep en vast personeel. Je kent de voorkeuren. ” We ontmoeten een andere bewoonster, Jean (90), die laat weten overwegend vis te eten, elke dag. Ook dat kan op De Eemhorst.

Geen wit op wit

Een wit gerecht op een wit bord is geen succes bij mensen met dementie. Velen zien het bord als één wit vlak; het gerecht, een bloemkool bijvoorbeeld, wordt niet opgemerkt en blijft onaangeroerd. De medewerker zou kunnen denken: de bewoner houdt niet van bloemkool. Monique Stam-Hooft: “Vervolgens krijgt die bewoner een boterham met zoet beleg, jam bijvoorbeeld, dat gaat er altijd wel in. En de dag erna weer en dan weer. Het gevolg is ondervoeding, want die bewoner krijgt niet meer de benodigde voedingsstoffen binnen.”

“Habari yako?”

Intussen is het 16.30 uur en gaan we naar buiten om de groenten te verdelen over de drie boerderijen. De zalm is daar al aanwezig. Ineke (84), voormalig verpleegkundige en sinds augustus 2020 bewoonster van De Eemhorst, helpt mee, zoals ze dat meestal doet.

Samen met haar man, die arts was, woonde ze in een ver verleden een drietal jaren in Kenia. En ze spreekt de taal (Swahili) nog steeds. Om dat te bewijzen, zegt ze: “Habari yako?” wat zoveel betekent als: hoe gaat het?

In een glazen onderkomen, een soort kas, ontwaren we de groenten: witlof, tomaten, bonen, sla, bananen, komkommer, peren en aardbeien. Er moeten nogal wat boontjes gedopt worden, zegt Monique. Ineke: “Dat waren we niet van plan.”

En ze gaat verder met het keuren van de groenten. De aardbeien, de Hollandse sla en de witlof zijn prachtig, zegt Ineke, maar die boontjes, nee die zijn niet je-van-het, merkt ze op. Monique: “D’r zitten toch wel goeie tussen?” Ineke is niet overtuigd: “Maar die zijn zo dik.”



Ineke over het aanbod van die dag: “De aardbeien, de Hollandse sla en de witlof zijn prachtig, maar de boontjes zijn niet je-van-het.”

Lees verder ››



AMSTA
locatie De Werf

Van concept tot uitvoering

Op een van de mooiste plekken van Amsterdam Oud-West zit Amsta, locatie De Werf gevestigd in een modern licht pand. Van Gestel heeft de complete inrichting van de apparatuur en het maatwerk meubilair voor de uitgifte in de brasserie geleverd. Met behulp van de combisteamers, MKN SpaceCombi Magic Pilot biedt het De Werf de flexibiliteit om vers te koken en gebruik te maken van convenience producten. Dit is ook doorgetrokken in de 6 afdelingskeukens door hier dezelfde combisteamers te plaatsen.

Is uw locatie toe aan een nieuwe keuken of vervanging van apparatuur? Onze adviseurs denken graag mee.

Scan de QR-code en laat u inspireren!

scan hier!

van gestel

GROOTKEUKENTECHNIEK
055 - 526 33 33
www.vangestelhoreca.nl





Topwitlof

Ineke keurt vervolgens een banaan en wijst op de sticker erop. “Columbia, zie je dat? Niet echt een streekgerecht.” Monique weer: “Bananen groeien niet in Nederland, maar mensen eten ze wel graag. De andere groenten die we inkopen zijn wel echt seizoensproducten, ook de aardbeien, al komen ze dan uit een kas.”

Als de trolley geladen is, gaat het richting de eerste boerderij. We ontmoeten medewerkster Wilma, die het koken voor haar rekening zal nemen. Stam-Hooft legt snel uit hoe je witlof karamelliseert. Wilma weet zeker dat het goed komt en ziet niet op tegen het doppen van de boontjes. “Dat gaat supergoed en iedereen vindt het leuk. En we borrelen ook altijd even voor het eten. Wijntje erbij, toastje, altijd gezellig.”

Moeder en vader als bewoner

Moeder Hilhorst was de eerste bewoner van De Eemhorst. Zij had het reuze naar de zin, vertelt René Hilhorst, haar zoon en samen met zijn vrouw de oprichter van de particuliere instelling. Twee jaar geleden stierf ze. Vader Hilhorst werd eveneens opgenomen op De Eemhorst. Hij overleed in februari 2021. “Het is mooi dat wij dit voor onze ouders hebben kunnen doen.”

Individuele kruiden

Monique Stam-Hooft laat weten bezig te zijn met het uitwerken van enkele plannen. Ze bereidt een kookboek voor waarin ze ingaat op koken met en voor mensen met dementie. Het uitgangspunt is om oude recepten in een nieuw jasje te steken.

Daarnaast is ze bezig om per bewoner een aanbod van bijpassende kruiden samen te stellen. Om daarmee nog beter in te kunnen spelen op individuele voorkeuren. Daarbij wordt rekening gehouden met het verleden en uiteraard ook de voorkeuren van de bewoners

Buikdanseres

We spreken een bezoeker die zijn moeder gezelschap komt houden. Stam-Hooft vertelt hem dat ze laatst Spaanse hapjes hebben bereid. En collega Anneke deed een buikdans, voegt ze toe. “Je moeder heeft geweldig genoten.” De bezoeker knikt en zegt: “Begrijpelijk, ik had daar ook wel bij willen zijn.”

Via de volgende boerderij komen we in de boerderij waar we zijn begonnen. Hier krijgt Anne-Floor, de kok van dienst, op haar beurt een spoedcursus witlof karamelliseren. Als coachend kok zorgt Stam-Hooft ervoor dat de medewerkers over de benodigde kennis en vaardigheden beschikken.

Bewoonster Ineke is nog steeds alert. “En die peren? Waar gaan die naartoe?”, wil ze weten. Drie kwartier later geniet het gezelschap van de maaltijd. De verslaggever en de fotograaf van Uitblinkers kunnen aan hun eigen tafel mee-eten. De sfeer is losjes, ontspannen. Twee medewerkers eten mee met de groep en Ineke is deze maaltijd de gangmaker. Maar dat was ze tijdens het rondje met de groentekar ook al.

“WAAR IK OOK KWAM, OP WELK UUR VAN DE DAG, HET WAS ALTIJD KOFFIETIJD”



Gepensioneerde therapiepony’s leggen contact met mensen die apathisch zijn.

Therapiepony op de kamer

Ze bestaan echt: therapiepony’s. Normaal gesproken fungeren ze als klankbord voor autistische kinderen die niet rechtstreeks willen praten met de therapeut, maar dat via een pony wel willen doen. Op De Eemhorst zetten ze gepensioneerde therapiepony’s in ten behoeve van mensen die apathisch zijn. De pony betreedt de slaapkamer van de betreffende bewoner en zoekt contact door hem of haar aan te raken. René Hilhorst: “Wat mensen niet lukt, lukt deze pony’s wel: contact maken met de bewoner.”

Boodschappenstress?

MET DEZE TIPS BESPAAR JE TIJD EN WIN JE GEMAK

Ervoor zorgen dat je alle boodschappen voor de woongroep in huis hebt, is een taak op zich. Verzinnen wat je gaat koken, boodschappenlijsten maken, de boodschappen bestellen, het budget bewaken: met deze handige tips kost het je zo min mogelijk tijd.



1. Plan de maaltijden een aantal weken vooruit
Het is even een flinke klus, maar daarna hoef je er voorlopig niet meer naar om te kijken. En het resulteert vaak in een gevarieerder en gezonder menu! Als hulpmiddel kun je een aantal 'regels' vaststellen, zoals twee keer per week vegetarisch en één keer per week pasta. Extra tip: sommige boodschappen-aanbieders (zoals Telesuper.nl) bieden complete maaltijdcyclussen aan, inclusief dieetafleidingen.

2. Betrek de bewoners bij de maaltijdplanning
Plan iedere maand samen met de bewoners een 'maaltijdplansessie' in met een bepaald thema, zoals 'favoriete gerechten van vroeger' of 'recepten met asperges'. Het resultaat: een creatief menu waar de bewoners blij mee zijn.

3. Check je voorraad en maak een boodschappenlijst
Schrijf op welke ingrediënten en hoeveelheden je nodig hebt voor iedere maaltijd. Duik vervolgens in de voorraadkast om te kijken wat er nog is en streep die boodschappen weg. Vul de lijst aan met de andere benodigde boodschappen, zoals ontbijtspullen, schoonmaakmiddelen en koffie.

4. Plaats meerdere bestellingen tegelijk
Zo kun je – op basis van je maaltijdplanning en boodschappenlijst – de boodschappen een aantal weken vooruit bestellen en ben je er voorlopig vanaf. Mocht je in de tussentijd nog iets extra's nodig hebben, dan kun je dat meestal tot 24 uur voor de levering nog toevoegen.

5. Gebruik tools om het overzicht te houden
Vaak zijn meerdere collega's verantwoordelijk voor de boodschappen. Dan is het best lastig om overzicht te houden. Sommige boodschappenaanbieders hebben daar handige tools voor.

6. Maak gebruik van bestellijsten en favorietenlijsten
Denk aan lijsten met favoriete ontbijtspullen, schoonmaakspullen en koffie- en theeproducten. Zo weet iedereen die voor de woongroep bestelt welke merken jullie altijd gebruiken. Tip: wanneer een bewoner een allergie heeft, kan je voor hem een lijst aanmaken met producten die hij wél mag.

7. Kies voor een all-in boodschappenservice
Niets vervelender dan voor ieder wissewasje naar een andere winkel te moeten. Ga daarom in zee met een boodschappenaanbieder die zowel supermarktassortiment als foodserviceproducten, maar ook non-food en verse conveniencemaaltijden aanbiedt.

telesuper.nl
meer dan boodschappen

Bij Telesuper kun je alles in één keer bestellen: van het scherp geprijsde supermarktassortiment van Coop tot foodserviceproducten, van non-food tot verse conveniencemaaltijden. Met de handige tools is alles snel besteld. Zo houd jij meer tijd over voor je bewoners.
Wil je ook het gemak van Telesuper? Kijk dan op www.telesuper.nl

BEDRIJFSLEDEN WIJGASTVRIJ

AKB Denk groots, verbruik slim.
Albron
BGP
Bidfood
Bebo SINCE 1931
Arla
Carezzo
Culicare Catering
distrivers
DECUISINIER.NL
ECOLAB
eet gemak iedereen eet mee
etol HYGIENE
Fano PUUR FANO
FOOD FOCUS
HH foodprojects
Kraft FOODSERVICE
Huuskes Foodcare Specialist
king NEDERLAND
Chef Martin
MEIKO
MultiFood DE FOODSERVICE PARTNER VOOR ZORG, HORECA & CATERING
pinkroccade FOOD & HOSPITALITY
PS IN FOODSERVICE
Royal Smilde FOODS
SYNDE
telesuper.nl
temp-rite
Threewise trainingen met impact
AM fish convenience
TOP BAKKERS
Unilever Food Solutions Support. Inspire. Progress.
van gestel GROOTKEUKENTECHNIEK
van Hoeckel PARTNER IN FOOD CARE

wij gastvrij
UITBLINKERS IN GASTVRIJHEID

Op deze pagina staan de logo's van de bedrijfsleden van WijGastvrij. Het zijn bedrijven die de doelstellingen van WijGastvrij ondersteunen en geloven in de meerwaarde van de vereniging die zich sterk maakt voor scholing, ontmoeten en vooruitgang. De leden zijn actief op het gebied van eten en drinken en gastvrijheid in de zorg. Ze leveren daaraan met hun producten en diensten een niet geringe bijdrage.

WijGastvrij houdt zich bezig met het organiseren van activiteiten en bijeenkomsten. Bedrijven die partner of sponsor willen worden, kunnen contact opnemen met het secretariaat.

Secretariaat WijGastvrij
Rijswijkseweg 131
2516 HB Den Haag
secretariaat@wijgastvrij.nl

WijGastvrij geeft vier keer per jaar het magazine Uitblinkers! uit. Wil je meer weten over communicatiemogelijkheden in Uitblinkers?

Neem contact op met:
Sonja Rothuis
(06) 39 85 42 34
sales@er-communicatie.nl



OOK PROFITEREN?

van de vele voordelen die WijGastvrij biedt?
Meld je aan op www.wijgastvrij.nl/leden

Jaco Groen van Van Wijckerslooth draagt oplossing aan

LAAT CLIËNTEN KOFFIE KIEZEN



Leuntje van der Vlis: "Koffie in het restaurant is helemaal top."

Hoe kunnen we de kwaliteit van koffie in de zorg verbeteren? Dat was de oproep in Uitblinkers 17. Jaco Groen van Marente, locatie Van Wijckerslooth in Oegstgeest, bedacht een oplossing. Hij stelt cliënten in staat om zelf te bepalen welke koffie ze drinken.

"Andere volgorde bij aanbesteden koffie"
De volgorde bij aanbestedingsprocedures van koffie in de zorg leidt ertoe dat kwaliteit een ondergeschoven kindje is. Het is beter om kwaliteit en smaak in de procedure eerder aan bod te laten komen, zegt Leon ter Maat van Beukenhorst Koffie. Hij reageert op het verhaal 'Oplossingen gezocht voor koffiecrisis in de zorg'. Daarin wordt vermeld dat de kwaliteit van de koffie vaak slecht tot matig is. "Ik onderschrijf dat volledig."

Hij wijt dat onder meer aan de volgorde die bij aanbestedingen wordt gehanteerd. In de eerste rondes gaat het voornamelijk over prijs. Pas later komt de kwaliteit aan de orde. "Koffieleveranciers die gaan voor kwaliteit, zoals wij, zijn al afgevallen voordat er daadwerkelijk geproefd gaat worden. Het gevolg is dat goedkope koffieproducten in de zorg altijd de voorkeur krijgen."

Beukenhorst Koffie heeft besloten om alleen nog maar mee te doen met aanbestedingen in de zorg als het bedrijf de kans krijgt om eerst de kwaliteit van het product onder de aandacht te brengen. De koffiebrander uit Lichtenvoorde doet dat bij voorkeur door het tijdelijk plaatsen van een machine, zodat medewerkers en bezoekers de kans krijgen de koffie op smaak te beoordelen.

"Als je medewerkers eerst kennis laat maken met het product, dan weet je hoe zij erover denken en kom je later niet voor onaangename verrassingen te staan", aldus Ter Maat. "Daarna ga je het hebben over prijzen en dergelijke. Dat is een veel betere volgorde dan andersom."

Met koffie in de zorg wil het niet zo vlotten. De kwaliteit blijft achter bij de horeca en vaak ook bij de koffie thuis. Snelheid en gemak bij de bereiding worden belangrijk gevonden met als gevolg dat de smaak er nogal eens bij inschiet.

We plaatsten een oproep: 'Koffiecrisis in de zorg. Oplossingen gevraagd.' Dat leverde veel bijval en een klein aantal inhoudelijke reacties op.

Diverse oplossingen
Diverse oplossingen en meningen passeerden de revue. Duidelijk werd dat de zorg niet altijd en overal voor kwaliteit wil gaan. Snelheid en gemak zijn ook belangrijk. En de prijs speelt mee, zo kregen we te horen. Verder werd gevraagd wat kwaliteit nou eigenlijk is.

Want kwaliteit is niet voor iedereen hetzelfde. Zoveel mensen, zoveel smaken. Wat de een heerlijk vindt, gaat er bij de ander niet in, wat de een als te sterk beoordeelt, vindt de ander maar waterig en flauwtjes. Maar toch: slechte koffie bestaat en goede koffie bestaat ook. Je kunt het probleem niet afdoen als 'een kwestie van persoonlijke smaak'.

Koffie zoals thuis
Duidelijk is wel dat je in de zorg niet op alle momenten op alle plaatsen topkoffie kunt serveren. Maar je kunt er wel naar streven om binnen de bestaande mogelijkheden iedere cliënt de koffie te bezorgen die zo dicht mogelijk bij zijn of haar smaak in de buurt komt. Dat standpunt huldigt Jaco Groen, Teamleider Facilitair bij Marente, locatie Van Wijckerslooth (Woonzorg en revalidatie) in Oegstgeest.

We bezoeken de locatie en spreken behalve met Groen met een bewoonster en twee vrouwelijke revalidanten die een maand in de instelling verblijven. Het gaat over koffie. Op de afdelingen krijgen de cliënten koffie geserveerd afkomstig uit automaten, die siroop uit de diepvries oplossen, ook wel liquid koffie genoemd; Cafitesse is de naam.

De ouderen die permanent in Van Wijckerslooth verblijven, hebben daarnaast vaak de beschikking over een eigen koffieapparaat op de kamer. Groen: "We brengen die mogelijkheid onder de aandacht van de bewoners, zodat ze koffie kunnen maken zoals thuis, als ze dat willen."

"DE NIEUWE TACHTIGERS KOMEN ERAAN. DAAR ZULLEN WIJ OP IN MOETEN SPELEN"

Lees verder ››

“KOFFIE DIE NIET AFKOMSTIG IS UIT EEN DURE ITALIAANSE ESPRESSOMACHINE WORDT VAAK BESTEMPELD ALS SLECHTE KOFFIE”



Jaco Groen: “Bewoners hebben hun eigen voorkeuren als het gaat om koffie.”

Kwestie van beleving

Edith Cladder reageerde ook op onze oproep. Ze werkt tijdelijk als hospitalitytrainer in OLVG. Daarvóór was ze horeca- en eventmanager. “Koffie die niet door een barista gemaakt is en niet afkomstig is uit een dure Italiaanse espressomachine wordt vaak bestempeld als slechte koffie”, zegt ze. “Dit maakte ik ook mee tijdens events. In de zaal stond filterkoffie klaar in kannen, gezet met exact dezelfde koffiebonen als de koffie in de bar. Toch werd er vaak gezegd: ik ga even lekkere koffie halen in de bar, wil je ook? “Dat is dus een kwestie van beleving dan wel perceptie.

Ze laat weten dat de patiënten in OLVG koffie uit de automaat – daarin pakken koffiesiroop – krijgen. Cladder voegt toe dat de voedingsassistenten in OLVG hard werken. Van hen kun je niet verlangen dat ze iedere patiënt barista-koffie verstrekken, zegt ze. Daarvoor ontbreekt de tijd. “Misschien is het een optie om patiënten één of twee keer per week barista-koffie te serveren, zoals in OLVG gedaan wordt met verse jus d’orange.” Maar het is de vraag of dit de klachten over de koffie oplost, voegt ze toe. Ze zou graag zien dat patiënten latte macchiato met eiwitrijke melk aangereikt krijgen. “Of een glas melk.”

“BINNEN TWEE MAANDEN HADDEN WE DE APPARATUUR TERUGVERDIEND”

Appelgebak

Op de begane grond in het restaurant treffen we een professionele espressomachine aan, die onder hoge druk heet water door de melange perst. Daarmee kunnen medewerkers heerlijke koffies bereiden, zo stellen we zelf vast. Cliënten en bezoekers betalen €1,20 voor een espresso, €1,30 voor een cappuccino.

Aan een van de stamtafels zitten de revalidanten Wil van Riemt (80) en Leuntje van der Vlis (74) en bewoonster Kora Storm (77). Van Riemt kreeg een nieuwe heup, Van der Vlis een nieuwe knie. Ze mogen diezelfde week naar huis. Appelgebak, koekje erbij. Het wordt gezellig.

Bewoonster Kora Storm heeft op haar appartement een eigen koffieapparaat, een Dolce Gusto, laat ze weten. Werkt met cupjes. Ze kan het apparaat zelf niet bedienen. Haar dochters doen dat een enkele keer of een van de medewerksters als er tijd over is.

Koffie op afdeling

Over de koffie die op de afdeling wordt geserveerd, is Kora Storm niet te spreken. “Die is niet te drinken. En die drink ik dan ook niet.” Tijdens de twee dagelijkse koffierondes neemt ze in plaats van koffie cranberrysap of een ander sapje.

De koffie uit haar eigen apparaat vindt ze “in orde” en die in het restaurant omschrijft ze als “heerlijk”. Vanwege corona worden er sinds maart 2020 overigens geen bezoekers meer toegelaten in het restaurant. Daardoor komt Storm er ook minder vaak dan voorheen. “Anders ging ik hier met mijn bezoekers altijd naar toe om koffie te drinken. Ik hoop dat dat snel weer mogelijk wordt.”

Tevreden met aanbod

De medewerkers van het restaurant hebben een barista-cursus afgerond. Zij zijn professionals op koffiegebied. Dat is te proeven en te zien. De cappuccino’s zijn voorzien van een mooi figuurtje, een appeltje. In dit geval bereid door Jaco Groen zelf.

Leuntje van der Vlis, de tweede cliënt die we aan het woord laten, drinkt thuis Senseo. “Goed te doen”, zegt ze. En ze is tevreden met het koffieaanbod in Van Wijckerslooth. In het restaurant “helemaal top” en die op de afdeling “kan er echt wel mee door”.

Over de cappuccino in het restaurant: “Die is lekkerder dan die op de afdeling. Zeker. We betalen ervoor, maar dan heb je ook wat. Prima toch? Ik snap ook wel dat ze die koffie niet overal in het huis kunnen serveren. Zou te duur zijn. Waar moeten ze het geld vandaan halen?”

Tijdens vakanties heeft ze wel eens latte macchiato gedronken. Dat was een vergissing. “Bijna alleen maar melk, niets voor mij. Geef dan maar gewoon warme melk.”

Thuis is anders

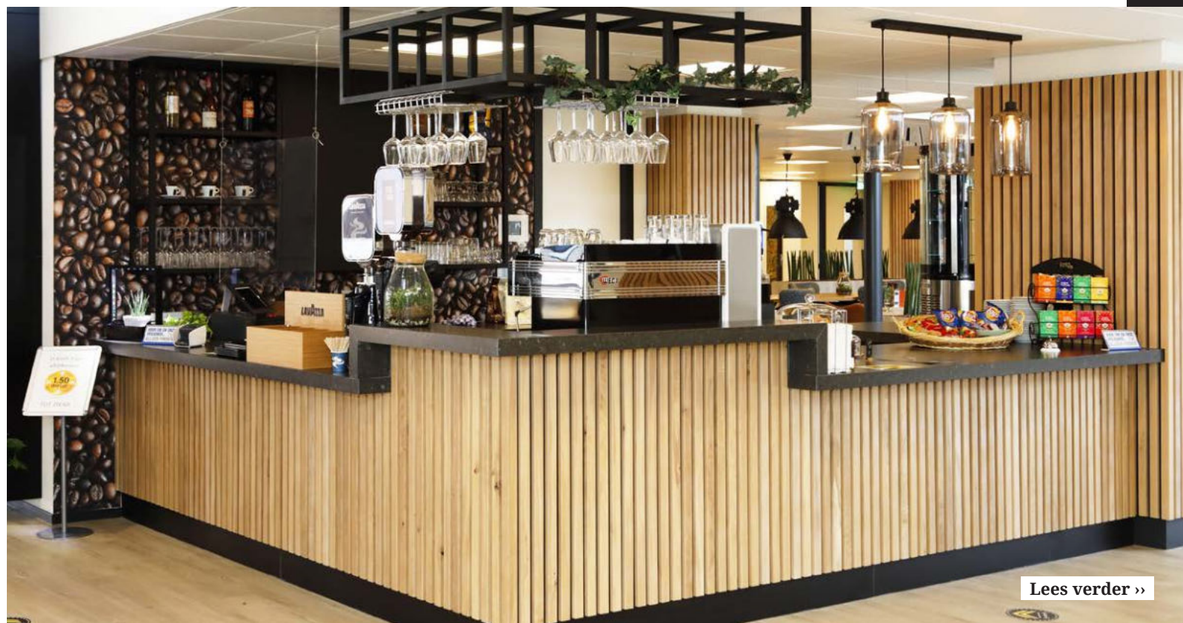
Wil van Riemt daarentegen, de derde cliënt die we spreken, is niet bang voor een beetje extra melk in de koffie. Ze vertelt hoe ze thuis de koffie bereidt. “Zoals vroeger”. Kokend water gieten op het maalsel, door laten lopen, in het kopje gieten en gekookte melk erover.

Nog even en ze is weer thuis. Daar drinkt ze meer koffie dan op de revalidatieafdeling van Van Wijckerslooth. “Thuis vijf koppen per dag. Hier twee.” Jaco Groen snapt dat. Er gaat niets boven thuis, zegt hij. “Dat is toch een andere beleving.”

Groen benadrukt dat de drie bewoners hun eigen voorkeuren hebben als het gaat om koffie. Daarom krijgen bewoners ook de kans om hun eigen apparatuur te gebruiken. En kunnen ze ervoor kiezen om in het restaurant koffie van uitstekende kwaliteit te bestellen buiten de koffie die ze geserveerd krijgen.

De professionele espressomachine van het merk Wega, inclusief melkopschuimer, kocht Groen ruim anderhalf jaar geleden tweedehands voor €2000. Verder was het een kwestie van waterontharder aansluiten, goed afstellen, onderhoud plegen en de juiste bonen gebruiken. “Binnen twee maanden hadden we de apparatuur terugverdiend.”

“IK SNAP OOK WEL DAT ZE DIE KOFFIE NIET OVERAL IN HET HUIS KUNNEN SERVEREN. ZOU TE DUUR ZIJN”



Lees verder ››

COLOFON

Uitblinkers is een kwartaaluitgave van WijGastvrij, de vereniging die zich bezighoudt met eten, drinken en gastvrijheid in de zorg. De doelgroep bestaat uit managers, leidinggevenden, koks en gastvrijheidsmedewerkers. Uitblinkers verschijnt in een oplage van 4000 exemplaren.

REALISATIE, REDACTIE EN EXPLOITATIE:
De Graaf Communicatie
Salemate 34
7006 CC Doetinchem
(0314) 65 08 02
info@uitblinkersindezorg.nl

Redactie: Jaap de Graaf, Geert Hilferink en Elsie Schoorel (eindredactie)
Fotografie: Sjoukje Kilian
Columnisten: Geert Hilferink, Lisette Bossert en Michel Overwijk
Vormgeving: Circa Twee
ISSN: 2667-2855
Druk: Senefelder Misset
website: www.uitblinkersindezorg.nl
Advertentie-exploitatie: ER-Communicatie, Sonja Rothuis, (06) 398 542 34, sales@er-communicatie.nl

Copyright:
De Graaf Communicatie. Alle rechten voorbehouden. Redactionele artikelen mogen worden overgenomen mits met bronvermelding en voorafgaande toestemming van de redactie.

Disclaimer:
Alle informatie in deze uitgave is met grootst mogelijke zorgvuldigheid samengesteld. De juistheid en volledigheid kunnen we echter niet garanderen. De Graaf Communicatie en de bij deze uitgave betrokken redactie en medewerkers aanvaarden dan ook geen enkele aansprakelijkheid voor schade die voortkomt uit het gebruik van de opgenomen informatie.

Adreswijzigingen:
bedrijfsbureau@wijgastvrij.nl

BESTUUR
Het bestuur van WijGastvrij bestaat uit:
Michel Overwijk *(voorzitter)*
Paul Hoogmoed *(penningmeester)*
René van der Gun *(secretaris)*
Ron van der Laan *(algemeen)*
Maarten Bijlsma *(algemeen)*

ARLA BIOLOGISCH IS NU KLIMAAT-NEUTRAAL

Door compensatie en reductie. Alle broeikas-gassen die we nog niet reduceren, compenseren we door de aanplant van bossen en het behoud van regenwoud.



ELKE KEUZE MAAKT EEN VERSCHIL
Meer weten? arla.nl/klimaatneutraal

Arla biologisch



Melk met extra eiwitten
Melk met extra eiwitten in de koffie. Jaco Groen van Marente locatie Van Wijckerslooth loopt al een tijdje rond met dat idee. “Zou die melk niet ontwikkeld kunnen worden?”, vraagt hij zich af. Groen doelt op koffiemelk en op melk die men opschuimt voor in de cappuccino. Zodat cliënten via de koffie extra eiwitten binnenkrijgen. Vooral voor de revalidanten die al hun energie en krachten nodig hebben om te herstellen, zijn extra eiwitten van belang, aldus Groen. “Het zou mooi zijn als een producent dit zou oppakken.”

Meegaan met de generaties
Jaco Groen stelt vast dat de nieuwe generatie ouderen andere smaakvoorkeuren heeft dan de bestaande generatie. Die laatste neigt naar filterkoffie, de nieuwe generatie gaat meer de kant van de bonenmachine op. Bonen malen en dan koffie zetten. Verse bakjes. “De nieuwe tachtigers komen eraan. Daar zullen wij op in moeten spelen, we kunnen niet achterblijven.”

Maar hoe? Voorlopig blijft het aanbod zoals het is. Op de afdelingen de wat mindere (“Prettig doordrinkbaar hoor, moet ik zeggen”) koffie, beneden topkoffie en de eigen koffieapparatuur naar keuze op de kamers. “Ik ben ervan overtuigd dat deze oplossing voor de mensen prettig is. Ze kunnen er meerdere kanten mee op. ”

Groen zou graag zien dat iedere zorginstelling en ieder ziekenhuis uitgerust wordt met een professionele espressomachine op een centrale plaats. “Zodat bezoekers, patiënten en bewoners daar de heerlijkste koffies kunnen drinken en elkaar kunnen ontmoeten in een gastvrije omgeving.”

The Bronx

Ziekenhuis als kookschool

Kooklessen verzorgen is niet de corebusiness van een ziekenhuis, maar het kan wel een doel dienen, namelijk ervoor zorgen dat mensen gezond gaan eten en leven. Zo zien ze dat in New York, waar een ziekenhuis sinds kort gratis kooklessen aanbiedt. Deelnemers leren hoe ze gezonde, voedzame maaltijden kunnen bereiden.

De kooklessen worden gegeven in een nieuw gezondheids- en wellnesscentrum in The Bronx, een van de vijf stadsdelen van New York. Het centrum beschikt over een keuken en is onderdeel van het St. Barnabas Hospital. Bewoners van The Bronx krijgen vier keer per week de gelegenheid om een kookles te volgen.

Makkelijk te maken

Een van de bewoners die dat heeft gedaan is Jadore Tarrell. Op Brookly.news 12 laat hij weten dat hij dankzij de kooklessen nu in staat is om recepten te bereiden die gezond en lekker zijn. "Ik kijk nu met andere ogen naar het aanbod in de supermarkt. Ik koop nu gezondere producten zoals bonen en verschillende soorten rijst."

Emily Schlag is directeur van de 'Teaching Kitchen'. Zij zegt: "We leren de mensen om gevarieerd te koken met de producten die ze in de supermarkten kunnen kopen. Veel recepten zijn makkelijk te maken en voedzaam." The Bronx scoort laag als het gaat om gezondheid en welzijn. De kooklessen moeten ervoor zorgen dat daar langzaam maar zeker verandering in komt.



Covid-19

CNV meldt vaccinatiedwang

Medewerkers die zich niet laten vaccineren tegen Covid-19 worden in sommige gevallen onder druk gezet. Ontslag dreigt zelfs, meldt CNV Zorg & Welzijn. De vakbond laat weten tientallen meldingen te krijgen van zorgmedewerkers die kampen met vaccinatiedwang. Medewerkers die geen inenting willen tegen corona worden onder 'emotionele druk' gezet door de werkgever. Men dreigt met het stoppen van loon uitbetalen en met ontslag, zo wordt gemeld.





Samenwerking

Zorgboodschap nam keuken Humanitas over

De Centrale Keuken van Stichting Humanitas is per 1 juni 2021 overgegaan naar Zorgboodschap, onderdeel van de Boon Food Group. Concept, medewerkers, inventaris en de exploitatie van de keuken werden overgenomen. De samenwerking tussen beide partijen heeft betrekking op het eten en drinken voor de bewoners van de verpleeghuizen. Het gaat onder andere om de warme maaltijdbereiding en -distributie. "Hiermee kunnen we het concept voor maaltijdvoorziening aan ouderen voortzetten, maar ook inspelen op de vraag naar zelf koken op onze afdelingen", zegt Ellis Kastelein, bestuurder van Humanitas.

Behoud arbeidsplaatsen

Bestuurder Kastelein voegt toe dat de overgang van de keuken naar Zorgboodschap belangrijk is voor het behoud van arbeidsplaatsen. De medewerkers van de keuken komen in dienst van Zorgboodschap. "Met behoud van alle verworvenheden. Dat was voor ons een voorwaarde." Vincent Bos, directeur van Zorgboodschap, laat weten verheugd te zijn om op deze manier de samenwerking met Humanitas aan te gaan. "Niet in de laatste plaats voor de betrokken medewerkers van Humanitas. Tevens biedt het onze relaties een extra keuze in maaltijden."
De keuken in Rotterdam gaat onder de naam Zorgmaaltijd vriesverse maaltijden produceren.
Vorig jaar november nam Zorgboodschap ook al een zorgkeuken over: de keuken van Zorggroep Cedrah.

IJsselland Ziekenhuis

Onderzoek naar effect inname groente en eiwit



Het IJsselland Ziekenhuis in Capelle a/d/ IJssel wil het herstel van patiënten bevorderen door een hogere consumptie van groente, fruit en eiwit te stimuleren. Het ziekenhuis is een onderzoek gestart. Dit onderzoek vindt plaats in samenwerking met andere partijen, waaronder Albron, onder begeleiding van het Louis Bolk Instituut. "Eten en drinken is een belangrijk onderdeel van de behandeling van onze patiënten en een speerpunt voor de komende jaren."

De koks hebben nieuwe menu's gemaakt en de nulmeting is afgerond. Deze zomer verwachten de onderzoekers de eerste resultaten.

Veganistisch ziekenhuis

Ook in andere ziekenhuizen lijkt de rol van groente en fruit groter te worden. Het Hayek Hospital in de Libanese hoofdstad Beiroet heeft besloten alleen nog maar veganistische maaltijden te serveren aan zijn patiënten. Het ziekenhuis heeft de beslissing genomen uit oogpunt van gezondheid. Het eten van vlees, zuivel en eieren brengt te veel risico's met zich mee, aldus de directie. "Plantaardige producten helpen patiënten bij het herstel."

Bewerkt vlees

De directie is van mening dat rood en bewerkt vlees niet thuishoort in een ziekenhuis of zorginstelling. Een plantaardig dieet is de snelste en beste route op weg naar herstel en gezondheid, zo wordt gemeld.

Het Hayek Hospital heeft in een verklaring gewezen op de Wereldgezondheidsorganisatie die bewerkt vlees classificeert als groep 1A kankerverwekkend. Bewerkt vlees zit daarmee in dezelfde groep als tabak. "Vlees serveren in een ziekenhuis is zoiets als sigaretten aanbieden."

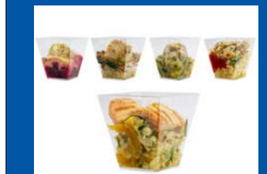
"EINDELIJK KIJKT MEN NAAR VOEDING. NU NOG DE MEDICI IN OPLEIDING HIEROVER ONDERWIJZEN, WANT MOMENTEEL IS DE INVLOED VAN VOEDING ABSOLUUT ONDERBELICHT"

Adriana Luns-de Jongh reageert op LinkedIn op het onderzoek van het IJsselland Ziekenhuis.

Een kleine greep uit ons assortiment van meer dan 1.000 artikelen:


Gebakken kibbeling


Vis-zalmrolletjes in Hollandaisesaus


Eiwitrijke minimaaltijden


Gegaarde zalmfilet met grillstreep


Klein formaat lekkerbekjes


Luxe visbonbons

AMfish convenience

AMfish is een grote totaalleverancier op de Nederlandse vismarkt en binnen Foodservice marktleider op het gebied van bereide visproducten (gebakken vis, gepocheerde vis en visspecialiteiten).

AMfish beschikt over een eigen bakafdeling, kookafdeling, portioneerafdeling, inpakafdeling en vrieshuis.

Productontwikkeling en innovaties staan hoog in het vaandel, maar ook maatwerk behoort tot onze mogelijkheden.

Heeft u interesse en/of vragen: informeer bij onze afdeling verkoop naar de mogelijkheden. Tel.: 071 4080808 of e-mail: verkoop@amfish.nl
Wij zijn u graag van dienst.

Rio de Janeiro

Warme handschoen biedt troost

Medische handschoenen gevuld met warm water kunnen troost bieden aan ernstige zieke patiënten. Je moet die handschoenen dan op de hand van de patiënt leggen. Lidiane Melo, een verpleegkundige in Rio de Janeiro, kwam op het idee om handschoenen te vullen met warm water. Die zouden troost bieden aan Covid-19-patienten, dacht ze. En ze voegde de daad bij het woord. De gevulde handschoen werd op de hand van een patiënt gelegd.
Met succes. De warme handschoenen wekken de illusie van menselijk contact, zo bleek. Daarnaast verbeteren ze de bloedcirculatie, meldt EastCoastRadio. Collega's uit andere ziekenhuizen maken inmiddels ook gebruik van handschoenen gevuld met warm water.



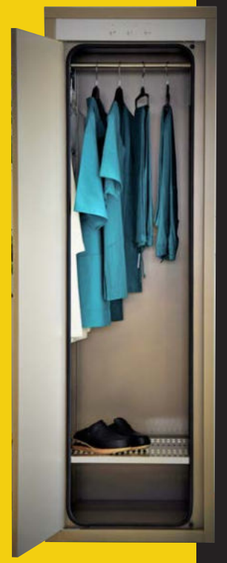
Afwegingen maken

Ethiek in de zorg raakt ook eten en drinken

Ethiek in de zorg heeft niet alleen betrekking op kwesties van leven en dood. Het raakt ook andere zaken, zoals eten en drinken. CNV Zorg en Welzijn besteedt daar aandacht aan.

Als voorbeeld dient een cliënt die ongezond eet en zichzelf verwaarloost. "Zeg je daar wat van? Of is dat de verantwoordelijkheid van de patiënt? En moet je zelf het goede voorbeeld geven en de snoeppot van je werkplek weghalen?"

De vragen worden vervolgens niet beantwoord. Kan ook niet, zo wordt gemeld, want voor ethische dilemma's bestaan geen kant-en-klare oplossingen. Maar er moet wel over gesproken worden. Geef de betreffende medewerkers verschillende inzichten mee zodat ze zelf een besluit kunnen nemen, adviseert de bond.



Bert Muller

Garderobekast desinfecteert jassen

De Eonos F60 is een desinfecterende garderobekast die virussen, bacteriën, schimmels, mijten en micro-organismen op kleding, bijvoorbeeld bezoekersjassen, elimineert. En ongewenste geuren verwijdert, aldus Bert Muller Grootkeukentechniek. In deze ontsmettende garderobekast kun je 16 jassen hangen, maar ook schorten, handschoenen, schoenen en andere kledingstukken. Na minimaal 20 minuten is de desinfectie een feit. De kast maakt gebruik van ozon en uv-lampen. Zie www.bertmuller.nl.

Carezzo

Roomijs met 10 gram eiwit

Lekker luchtig en romig. Carezzo Roomijs met 10 gram eiwit is een ideaal tussendoortje op een zomerse dag. Ook in de avond is er een gouden eiwitmomentje voor de omzetting in spiermassa gedurende de nacht, meldt Carezzo. "Dan past zo'n heerlijk toetje goed in de spreiding van de eiwit-inname. De cupjes Carezzo roomijs van 90 gram dragen ook bij om voldoende vocht te verkrijgen wat extra belangrijk is tijdens warme dagen." Carezzo Roomijs is er is in twee smaken, vanille en aardbeien, voor ziekenhuizen en zorginstellingen. Zie www.carezzo.nl.



"LAATST ZAG IK IEMAND LOPEN MET GROEN HAAR. NOU, ALS IK GROEN HAAR HAD, LIET IK HET VERVEN"
Herman Finkers



temp-rite

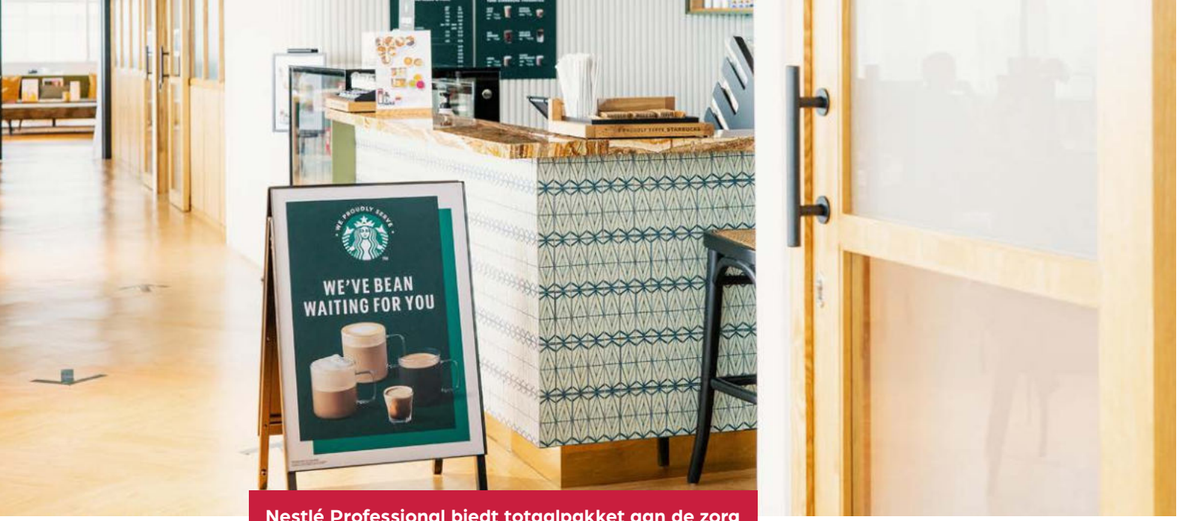
Serve-Rite Pro: innovatieve gastvrijheid

De vernieuwde Serve-Rite Pro combineert moderne gastvrijheid met flexibiliteit op maat en tal van slimme functies. De buffetserveerwagen is leverbaar in twee formaten en kan worden voorzien van innovatieve opties, aldus temp-rite.
Het strakke design en de fraaie materialen springen in het oog. Van geborstelde roestvrijstalen accessoires en aantrekkelijke kleurpanelen tot warme ledverlichting. Dankzij de zwenkwielen met intuïtieve hulpaandrijving is de Serve-Rite Pro veilig, comfortabel en ergonomisch te manoeuvreren. De nieuwe modulaire etagère is voorzien van geïntegreerd schap voor twee drankdispensers. "Serve-Rite Pro", zo meldt temp-rite "met zijn royale werkblad en antimicrobiële afwerking, hoestbescherming en UVC-lampen tegen bacteriegroei, beantwoordt aan alle laatste hygiënenormen." Zie www.temp-rite.nl.

Brood

Tarwe is even goed als spelt

Speltbrood is hip omdat het gezonder is, denken velen. Maar is dat ook zo? Nee, de Consumentenbond spreekt van een fabel. Het verschil tussen spelt en tarwe is maar klein, zo meldt de bond. "Speltbrood bevat ook gewoon gluten, dus wie dit wil vermijden heeft hier niks aan. Wel verdragen sommige mensen spelt beter dan tarwe. Let dan wel op dat het product 100% spelt is, en er niet alsnog tarwe bij zit." Deze en andere wetenswaardigheden worden duidelijk gemaakt in de rubriek 'Feiten en fabels over eten en diëten'. Zie www.consumentenbond.nl.



Nestlé Professional biedt totaalpakket aan de zorg

KOFFIE: DE VERBINDENDE FACTOR IN DE ZORG

Voor ieder moment een passende koffie-oplossing en altijd zo duurzaam mogelijk. Nestlé Professional biedt een totaalpakket op het gebied van koffie. Vooral in de zorgsector is dat een uitkomst.



Paul Bommeljé, directeur Nestlé Professional

De kwaliteit van koffie wordt bepaald door een complex samenspel van verschillende factoren. Voor dat lekkere kopje koffie dienen alle elementen goed op elkaar te zijn afgestemd, vertelt Paul Bommeljé, directeur van Nestlé Professional. Paul doelt hiermee op de ingrediënten, automaten, technische service en de koffiecorners.

STARBUCKS en NESCAFÉ binnen de zorg

Nestlé Professional is de business-to-business tak van Nestlé, een van de grootste voedingsbedrijven ter wereld. Nestlé Professional biedt food concepten en warme dranken oplossingen voor de zakelijke markt en focust daarbij op o.a. kantoren, productielocaties alsmede zorginstellingen en horeca. Bommeljé: “Ons warme drankenportfolio bevat hoogwaardige koffieconcepten die bestaan uit kwalitatieve en duurzame ingrediënten, een diversiteit aan koffiemachines en uiteraard betrouwbare, technische service. Met de iconische merken STARBUCKS en NESCAFÉ in ons portfolio, zijn wij in staat om een passende oplossing voor ieder koffiemoment aan te bieden.”

Afgestemd op doelgroepen

Koffievoorzieningen dienen zo goed mogelijk afgestemd te zijn op de behoeften van de doelgroep. Bommeljé: “In de zorg hebben we te maken met verschillende typen koffiedrinkers die ook weer verschillende behoeften hebben. Denk hierbij onder andere aan de cliënt, werknemer of bezoeker. Dit zorgt voor uiteenlopende koffiemomenten. Het begrijpen van deze momenten en inspelen op deze behoeften is waar wij met onze ruime ervaring experts in zijn geworden.”

Daarnaast zorgt koffie voor verbinding. Zeker in de zorg, op spannende, verdrietige of juist heel mooie momenten. “Het zijn de momenten die je vaak samen wilt delen met voldoende aandacht voor elkaar. Neem bijvoorbeeld het moment waarop een goede, snelle kop koffie onmisbaar is. In dergelijke gevallen biedt NESCAFÉ een ruim assortiment bonen- en instantkoffie als oplossing.”

Bommeljé refereert aan koffie in het bedrijfsrestaurant, waar variatie en beleving centraal staan. “Hier bieden wij met STARBUCKS een prachtige oplossing waarmee koffie drinken iedere dag een stukje vrolijker wordt. Genieten van kwalitatieve Arabica koffiebonen in een prachtige koffiecorner.”

Innovatie voor de klant

Nestlé Professional werkt samen met partners. Paul Bommeljé: “Wij streven continu naar de hoogste klanttevredenheid en dit doen wij door de behoeften van onze klanten te vertalen naar de juiste combinaties van machines, ingrediënten en service. Aangezien Nestlé Professional al jarenlang met sterke, lokale partners samenwerkt, kunnen wij op ieder gebied de juiste expertise inschakelen. Zo slagen wij er iedere dag opnieuw in om koffie van constante kwaliteit te bieden.”

Er is heel veel mogelijk. Denk bijvoorbeeld aan touchscreens op koffiemachines die korte video’s afspelen of mededelingen tonen. Of aan telemetrie oplossingen, waarmee je op afstand tellerstanden van de koffiemachine kunt opvragen. Zo kan de klant de bestellingen snel en eenvoudig afstemmen op het verbruik. Bommeljé: “Samen met onze partners implementeren wij continu technische innovaties, verbeterde recepturen en preventieve onderhoudsprogramma’s. Op deze manier bieden wij klanten, naast goede koffie, ook een mix van innovatieve oplossingen aan die inspelen op hun wensen.”

Duurzaamheid: een doorgaand proces

Duurzaamheid is en blijft een zeer belangrijk topic. “Bij Nestlé zit duurzaamheid in onze hele manier van werken en dit is continu in ontwikkeling. Zowel internationaal als lokaal vinden er initiatieven plaats om de uitdagingen van klimaatverandering aan te gaan. Zo hebben wij begin dit jaar *Nestlé’s Net Zero Roadmap* gepubliceerd.”

Daarin committeert Nestlé zich onder andere aan de volgende doelstellingen: 1) In 2025 zijn alle verpakkingen van Nestlé-producten recyclebaar of herbruikbaar, 2) In 2025 is alle Nestlé-koffie en -cacao afkomstig uit duurzame bronnen, 3) In 2050 heeft Nestlé een broeikasemissie van netto-nul, een flinke afname van de CO2-uitstoot van ‘boer tot kop koffie’. Bommeljé: “Om deze doelstellingen te behalen, werken wij elke dag aan relevante subdoelen en zijn hier binnen Nestlé Professional ook al belangrijke stappen in gezet. Zo bevat een groot deel van ons warme drankenportfolio al een duurzaam keurmerk, onderzoeken wij de mogelijkheden voor een 100% recyclebare papercup en zijn binnen het foodportfolio de verpakkingen van de MAGGI en CHEF producten al 100% recyclebaar. 2050 lijkt nog ver weg, maar alle stappen tellen en als een van de grootste voedingsbedrijven ter wereld voelen wij een grote verantwoordelijkheid om daar zorg voor te blijven dragen.”



Single Origin koffiebonen van NESCAFÉ
NESCAFÉ introduceert single origin koffiebonen voor de zakelijke markt. Het vinden van de beste koffiebonen voor jouw ultieme koffie. Dat is wat we belangrijk vinden en graag doen bij NESCAFÉ. Onze zoektocht heeft geleid tot de introductie van de single origin koffiebonen van NESCAFÉ. Duurzaam geproduceerd, zorgvuldig geselecteerd en van de hoogste kwaliteit. Zo is NESCAFÉ Brasile Fairtrade gecertificeerd en is NESCAFÉ Perú Organic en Rainforest Alliance gecertificeerd.

Nestlé PROFESSIONAL

Meer weten?
Meer weten over Nestlé Professional? Bekijk dan de website met informatie over onder meer de concepten STARBUCKS en NESCAFÉ, duurzaamheid en technische service. www.nestleprofessional.nl



Michel Overwijk bloeit weer op na crash met de motor

“HET HAD VEEL SLECHTER KUNNEN AFLOPEN”

Door een zware crash met de motor ging het beeld op zwart bij Michel Overwijk. De manager f&b en schoonmaak van OLVG en voorzitter van WijGastvrij is vanaf dat moment zelf afhankelijk van zorg. Wat maakte hij mee? En hoe gaat het nu?

“IK GA WEER EEN MOTOR KOPEN, MAAR VOORLOPIG NIET, IK KAN NIET EENS GAS GEVEN”

Maandag 25 januari. Zonnetje, prettig weertje. Geen vuiltje aan de lucht op de A4 tussen Lisse en Amsterdam. Geen files. Michel Overwijk, manager f&b en schoonmaak van OLVG, heeft het naar zijn zin op de motor. Nu nog meer dan anders. Mooi begin van de week. En dan gebeurt er iets.

Een dame raakt in de slip als ze vanaf de A9 invoegt, schiet vier banen over zonder iets te raken, tikt de vangrail aan en draait 180 graden. Komt frontaal in botsing met een motorrijder die zojuist een busje passeert. Het is 8.30 uur. De crash is een feit.

Overwijk schuift meters door op het asfalt. Zijn beeld staat dan al op zwart. “Vanaf de inhaalmanoeuvre weet ik niets meer, tot 13.30 uur toen ik in het VUmc zwaar versuft een beetje bij mijn positieven kwam”, zegt Overwijk als we hem op 5 mei, ruim drie maanden na de crash, kunnen interviewen, bij hem thuis in Lisse.

Dan lig je daar en kun je niets. Hoe gaat het dan verder?

“Ze hebben mijn telefoon gepakt en naar mijn huis gebeld, vernam ik later. M’n dochter nam op. Totale paniek aan het thuisfront. Mijn vrouw en dochters maakten alles heel bewust mee. Zij moesten ook naar het ziekenhuis om die eerste waarnemingen te gaan doen. Ze weten dat het ernstig is, maar hoe ernstig?”

De lijst met kwetsuren is aanzienlijk: zes gebroken ribben, sleutelbeen gebroken, breuk in schouderblad, breuk staartbeen, ingeklapte long, gebroken pols, vocht in de hersenen en zware hersenschudding. Overwijk belandde op de afdeling Medium Care van het VUmc.

Om 13.30 uur kwam je bij. Wat zag je?

“Infusen in mijn hand, bekken en schouder om pijnstillers toe te dienen. Ik was murw en high. M’n vrouw zei: je lag te zingen. We ‘ll meet again, schijn ik te hebben gezongen. Ik kan het me niet herinneren.”

Dat zingen getuigt van een positieve instelling, toch?

“Ik ben een redelijke positivo. Dat is hoe ik in elkaar zit. Dat probeer ik ook over te brengen op mijn medewerkers. Er is geen dag zo donker of het wordt wel weer licht. Die instelling.”

Je deed aan sport. Heeft dat geholpen?

“Ik was superfit. Fietste twee keer in de week. Op zondag ATB-en door de duinen. Pittig, zwaar, goed voor de conditie. Dat is wat de artsen me ook meegaven: doordat je conditie zo goed is, kun je het ziekenhuis snel verlaten en thuis revalideren. Acht dagen na het ongeluk ben ik alweer gaan douchen. Ik zei: zet mij maar in die douchestoel, ik red me wel. Maar verder kun je natuurlijk heel erg weinig.”

Loopbaan

Michel Overwijk (58) begon zijn loopbaan op 19-jarige leeftijd als kok in Psychiatrisch Ziekenhuis Bavo te Noordwijkerhout, later Rotterdam. Hij werd op zijn 25ste hoofd keuken. Na elf jaar Bavo trad Overwijk als hoofd keuken in dienst van LUMC en daarna was hij elf jaar hoofd voedingsdienst bij Medisch Centrum Haaglanden. Vervolgens drie jaar werkzaam bij Medisch Centrum Leeuwarden. Bijna zes jaar geleden in dienst van OLVG te Amsterdam. Hij is daar als manager f&b en schoonmaak verantwoordelijk voor een team van 500 medewerkers. Michel Overwijk is voorzitter van WijGastvrij. Daarvoor bekleedde hij bestuursfuncties bij de VHMN en de VHVG, niet meer bestaande organisaties die zich net als WijGastvrij bezighielden met eten, drinken en gastvrijheid in de zorg.

Lees verder ››

temp-rite

We serve the solution

temp-rite; uw betrouwbare partner voor innovatieve en duurzame oplossingen voor de distributie van voedingsmiddelen



CURE

Temp-Serve

mobiele hetelucht regeneratie systemen





CARE

Temp-Classic Pro

mobiele buffet-systemen voor uw warme maaltijdservice





CATERING

Serve-Rite Pro

Maak kennis met de Serve-Rite Pro

Ga voor meer informatie naar www.temp-rite.nl



www.temp-rite.eu

Pijn gehad ook?
“Ondanks de pijnstillers voel je wel wat: duizelingen, oorsuizen. Aan m’n rechterkant soms een prikkeldraadgevoel. En als ik wat te veel heb gedaan, lijkt het ’s morgens na het wakker worden of er een vrachtwagen over me heen is gereden. Het gaat allemaal de goede kant op, maar ik ben er nog niet.”

Hadden ze in het ziekenhuis in de gaten wie je was? Michel Overwijk, manager f&b en schoonmaak van OLVG Amsterdam?
“Nee, dat wordt niet medegedeeld. Maar ik heb natuurlijk wel met beroepsmatige interesse gekeken naar eten, drinken en gastvrijheid. Doen ze om 7.30 uur felle tl-lampen aan, terwijl er ook lampjes boven de bedden hangen. En dan met harde stem: ‘Goedemorgen’. Er werd een verhaal afgedraaid, zonder gevoel, zonder empathie. En als ik dan vraag aan de voedingsassistent wat ze aanbieden, somt ze een lijst met gerechten en dranken op. Maar ik wil zien wat ze op die wagen aanbieden. Toon een affiche. Dat was er wel, zo bleek, maar het hing aan de zijkant van de wagen, nauwelijks zichtbaar voor de patiënt.”

Je moest ’s morgens aangeven wat je ’s avonds wilde eten?
“Ons werd gevraagd of we een lijst in wilden vullen met voorkeuren voor de warme maaltijd. Dat was makkelijk voor de keuken, zei de voedingsassistent. Maar daar ben je als patiënt op dat vroege tijdstip van 8.00 uur nog helemaal niet aan toe. Waarom kan dat niet later? Omdat dit makkelijker was, denk ik, niet omdat het zo patiëntvriendelijk is. Ik heb gevraagd of het niet anders kon, maar daar werd niet op gereageerd.”\

De menu-opbouw was traditioneel, zei je al eerder.
“Ontbijt, lunch, warme maaltijd. Niet meerdere keren per dag eiwitrijke gerechtjes, zoals dat in steeds meer ziekenhuizen gebeurt. Daar waren ze nog niet aan toe, kreeg ik te horen. Toch vernam ik dat het VUmc inmiddels is overgegaan op het verstrekken van eiwitrijke gerechtjes. Vijf weken nadat ik het ziekenhuis had verlaten, begonnen ze daarmee. Dat is positief.”

Heb je een verklaring voor de gang van zaken op het gebied van eten, drinken en gastvrijheid in het VUmc?
“Het heeft te maken met het feit dat de afdeling eten en drinken onder de zorg valt. Zorgmensen zijn vooral druk met het verlenen van zorg, met het managen van zorgprocessen. Die hebben weinig of geen tijd om mensen aan te sturen op het gebied van gastvrijheid. Dat is de missing link.”



Michel Overwijk: “Ik sta nu nog positiever in het leven.”

Lees verder ››

Herstelbevorderend eten
Herstelbevorderende, veelal eiwit- en energierijke gerechten worden steeds belangrijker in ziekenhuizen. En daarmee ook de rol van voedingsassistenten, zegt Michel Overwijk. "Zij moeten de patiënt aan bed zover krijgen dat ze deze gerechten nemen. Hun rol wordt steeds belangrijker." OLVG Amsterdam is begin februari overgestapt op het maaltijdconcept van FoodforCare: zes eetmomenten per dag. Overwijk: "In de toekomst gaan we patiënten ook in de thuissituatie vóór en ná de operatie voorzien van herstelbevorderende gerechten."

Hoe was het verder in het ziekenhuis?
"Ik heb daar schatten van mensen ontmoet. Verpleegkundigen, fysiotherapeuten, geestelijk verzorgers, geweldig. Wat een empathie. Ook leuke ontmoetingen met andere patiënten. Een vrouw uit India. Ze is eigenaar van een restaurant, maar spreekt gebrekkig Nederlands terwijl ze al jaren in Nederland verblijft en haar kinderen studeren. Ik heb gezegd: ik ga je helpen met die Nederlandse taal. En dat ga ik ook doen. Erg leuk om een band te smeden met mensen voor wie je wat kunt betekenen."

Die tien dagen ziekenhuis waren zo nu en dan ook prettig?
"Ja, ik kan m'n mond niet houden en leg makkelijk contact. Dat heeft die Turkse man die naast me lag, geweten. Tot middernacht mee gepraat. Hij wist alles van Amsterdam. Of die schoonmaakster die helemaal niets zei. Ik ga toch een gesprek met haar aan. Zo zit ik in elkaar. Het is in zo'n ziekenhuis ook wat je er zelf van maakt. Verder kom je in zo'n toko heel veel positiviteit tegen. De mensen die er werken, zijn allemaal bezig om jou te helpen."

Nog last gehad van beperkende maatregelen ten aanzien van corona?
"Ik mocht maar één persoon per dag ontvangen. Dat was hard voor de familie. Een vrouw wil haar vent zien, dochters willen hun vader zien, ouders hun zoon. M'n moeder van 82 zat thuis in tranen. M'n vader (ook 82) reageerde weer anders. Hij kwam aanzetten met stukjes fruit. Zo fit als wat die man, springt nog over je heen. Hij voerde me dat fruit. Eten, zei die, al wil je niet, eten, net als vroeger."

Na tien dagen ziekenhuis kon je thuis verder herstellen.
"Er moest veel geregeld worden. Aangepast bed, thuiszorg, fysiotherapie, revalidatie. Oefeningen doen. Stukjes lopen, iedere dag wat verder. Eerst met stok en ondersteuning van Margreth, mijn vrouw, later zonder. Eerst fysiotherapie aan huis, later in de praktijk op 800 meter van mijn huis. Nu nog steeds. De eerste zes weken kreeg ik thuiszorg. Dames die helpen bij het douchen en aankleden. Daar sta je dan als man, zonder kleren. Dat is apart, al doe ik er niet moeilijk over. En als het even kon een bakje koffie erbij, gesprek, gezellig maken, zodat ze hier graag kwamen. De mensen van de thuiszorg zijn toppers."

"DAAR STA JE DAN ALS MAN, ZONDER KLEREN. DAT IS APART, AL DOE IK ER NIET MOEILIJK OVER"



Op naar 30.000 leden
Michel Overwijk is van oordeel dat medewerkers en managers, die zich in de zorg met eten, drinken en gastvrijheid bezighouden, samen een collectief moeten vormen. Met 30.000 personen sterk, want zo groot is de groep. "We zijn allemaal met dezelfde passie en drive bezig met dat vak. Daarom zou het mooi zijn als je als branche onder één paraplu zou kunnen komen. Zo kun je elkaar sterker maken en het vak doorontwikkelen. Daarom zetten we met WijGastvrij momenteel stevig in op sociale media."

"WE 'LL MEET AGAIN, SCHIJN IK TE HEBBEN GEZONGEN"

Gisteren (4 mei) ging je voor controle naar het VUmc. Wat was de uitkomst?
"Ze hebben naar m'n pols gekeken die nog niet hersteld is. Maar ze laten het zo. Er wordt niet meer geopereerd. Het gaat goed komen, al kan dat misschien nog wel een jaar duren."

Ga je straks weer op de motor naar je werk?
"Ja, motorrijden is m'n passie en ik heb een hekel aan stilstaan in files. Als ik op de motor stap, komt die big smile vanzelf. Het is veertig jaar goed gegaan. Eén keer gaat het mis door een uitzonderlijke samenloop van omstandigheden. Ik ga dus weer een motor kopen, want de vorige is afgevoerd, maar voorlopig nog niet, ik kan niet eens gas geven."



Hoe verloopt je herstel?
"Ik heb zelf een herstelplan gemaakt en dat voorgelegd aan de bedrijfsarts. Het is een dynamisch document dat we kunnen aanpassen. De regie ligt bij mij. Ik werk nu op therapeutische basis een paar uurtjes digitaal per dag. Stukje bij beetje ga ik meer doen, al is dat voorlopig nog vanuit huis. Fysiek ben ik nog niet in staat om naar m'n werk te gaan. Ik kan niet eens autorijden. Er moet nog wel wat gebeuren."

Wat heeft het ongeluk met je gedaan?
"Ik sta nu nog positiever in het leven, waardeer de dingen meer. Ik heb een engeltje op mijn schouder gehad, het had veel slechter kunnen aflopen. Ik had een dwarslaesie kunnen hebben, zwaar hersenletsel. Maar ik kan nog lopen. En ik kan straks weer alles doen. En als ik dan naar al die bemoedigende teksten kijk op die 165 kaarten die ik mocht ontvangen, denk ik: daar had ook 'gecondoleerd' kunnen staan. Dan kunnen er tranen komen, ja."

En dan strijdbaar: "Door de schuld van een ander maak ik ruim drie maanden pijn en ellende door, terwijl het einde nog niet in zicht is. Gelukkig zijn veel dingen in dit land goed geregeld. Verzekeringen bijvoorbeeld. Dat betekent dat partijen er alles aan zullen doen om een groot deel van de ellende bij mij te verzachten."

"DOEN ZE OM 7.30 UUR FELLE TL-LAMPEN AAN"

ONDERSTEUNING BESTUUR

WijGastvrij zoekt commissieleiders

WijGastvrij zoekt vier commissieleiders die het bestuur willen ondersteunen met inbreng vanuit de leden. Zij krijgen de vrijheid om zelf hun commissies samen te stellen. Het gaat om de volgende vier commissies: Commissie Activiteiten, Commissie Sociale Media, Commissie Redactie, Commissie Wijs Academie.

Door het instellen van deze commissies wil het bestuur van WijGastvrij de contacten met medewerkers en managers, die zich in de zorg met eten, drinken en gastvrijheid bezighouden, aanhalen. Bestuurslid Maarten Bijlsma: “We willen weten wat er leeft in het land. En we gaan meer nog dan nu op zoek naar de pareltjes, de uitblinkers zogezegd. De nieuw in te stellen commissies zijn daarbij van groot belang.”

De vier commissies zorgen vanuit hun eigen perspectief tevens voor inbreng ten behoeve van het ontwikkelen van een toekomstvisie ten aanzien van eten, drinken en gastvrijheid in de zorg.

Commissie Activiteiten
- Activiteitenkalender maken
- Schakelen met sprekers
- Activiteiten managen

Commissie Redactie
- Schakelen met de redactie van Uitblinkers
- Invloed uitoefenen op het vakblad
- Op zoek gaan naar de pareltjes in de zorg

Commissie Wijs Academie
- Het verder ontwikkelen van de Wijs Academie
- Opleidingsplannen ontwikkelen
- Schakelen met onderwijsinstellingen en andere aanbieders

Commissie Sociale Media
- Sociale media van WijGastvrij verder ontwikkelen
- Actief beleid voeren
- Ideeën aandragen voor verdere uitbouw

WijGastvrij kijkt uit naar jullie reacties. Heb je interesse, mail dan naar Maarten Bijlsma via mbijlsma@wijgastvrij.nl.

wijs
ACADEMIE VOOR UITBLINKERS

Het vak op peil brengen en houden. Leden helpen zich te ontwikkelen. Dat is een belangrijk doel van WijGastvrij. Daarvoor is de Wijs Academie opgezet. Hieronder staat het aanbod.

E-learning
Onderstaande cursussen en trainingen betreffen e-learning. Deelnemers bepalen zelf waar, wanneer en in welk tempo ze eraan werken.
- Voedingsleer (Threewise)
- Sociale hygiëne (Threewise)
- Voedselveiligheid en schoonmaak (Syndle)
- Voedingsleer (Syndle)
- HACCP (Threewise)

Opleidingen
- Professioneel Leidinggeven

Workshop
- Omdenken

Voor informatie over de verschillende trainingen van Wijs, aanmelden en kortingen voor leden van WijGastvrij, zie www.wijgastvrij.nl/wijs-aanbod.

LIVE!

Festival van de Gastvrijheid op 16 november

Het twee keer uitgestelde Festival van de Gastvrijheid van WijGastvrij vindt plaats op dinsdag 16 november in Theater de Speeldoos in Baarn. Live! Sprekers zijn Richard de Hoop, Milo Berlijn en Annemarieke Driessen. Zij zullen deelnemers verrassen en inspireren. De kosten voor deze geheel verzorgde dag bedragen €50. Leden van WijGastvrij ontvangen €10 korting. Inschrijven kan op www.wijgastvrij.nl.

Derde online sessie
Daaraan voorafgaand vinden er online sessies plaats. Op dinsdag 15 juni van 19.00 tot 19.30 uur is het volgende Online Pre-festival van de Gastvrijheid. Net als de vorige keer (zie verhaal elders in dit nummer) is er ook dit keer een Challenge. Medewerkers in de zorg worden opgeroepen om hun favoriete gerecht – waarvoor kunnen we jou wakker maken? –in te sturen: foto’s, filmpjes of recepten. Ook dit keer zijn er prijzen voor de beste inzendingen.

Vierde online sessie
Op dinsdag 21 september staat het vierde Online Pre-festival van de Gastvrijheid gepland. Ook dit keer is er een Challenge. Het onderwerp wordt nog vastgesteld.

Externe factoren bevorderen de eetlust

ZO LAAT JE OUDEREN BETER ETEN



Tekst: Wenda Linthorst*

Planten, muziek en tal van andere factoren beïnvloeden de eetlust. Vooral bij kwetsbare ouderen kunnen deze factoren bijdragen aan het tegengaan van ondervoeding. Talloze wetenschappers schrijven over het effect van de omgeving op de inname van eten.

Een goede sfeer kan de inname beïnvloeden. Naarmate je ouder wordt, bepalen externe factoren, zoals tijd, met wie je bent of de omgeving, in toenemende mate je eetgedrag. De klok die 6 uur slaat is meer leidend voor je hongergevoel dan je maag die al dan niet rammelt. En die mooie afbeelding van dat ijsje maakt de kans een stuk groter dat je ook een ijsje koopt.

Laat eten zien
Deze vertaalslag is net zo goed naar de mensen in de zorg te maken. Laat het eten zien aan de bewoners. Open een receptenboek met een grote foto van het gerecht. Zeg ’s middags al wat er ’s avonds gegeten wordt. Zo wakker je het hongergevoel al meer aan.

Deze externe factoren onderschatten we in de ouderenzorg. Als we in staat zijn om het eten mooi op het bord te presenteren, te focussen op de gastvrijheid bij het eten en de omgeving, hoeven we ons minder op het eten zelf te richten.

Groter bord gebruiken
Het staat vast dat mensen meer eten als er planten zijn, als er muziek aan staat (dit kan niet bij elke doelgroep), en de portiegrootte overeenkomt met wat mensen denken op te kunnen eten.

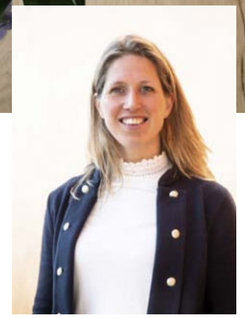
Maak je het bord te vol? Dan kunnen mensen er een beetje hopeloos van worden en denken dat ze het toch niet op krijgen.

Al is hier wel een kleine twist aan te geven. Door een iets groter bord te gebruiken, neemt de hoeveelheid die men eet toe. Eigenlijk eten we altijd een percentage van ons bord op. Met een groter bord eten mensen dus stiekem meer.

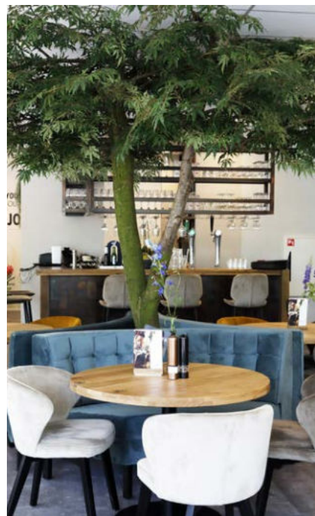
Dit werkt andersom ook trouwens. Wil je dat de bewoner juist een hapje minder eet omdat er overgewicht is, gebruik dan bij het avondeten eens een ontbijtbordje. Je zult zien dat er minder wordt gegeten.

Samen eten
Mensen eten samen meer. Probeer de bewoners met eetproblemen niet alleen te laten zitten, maar ga er bijvoorbeeld zelf bij zitten en eet iets, als het niet lukt om bewoners samen te laten zitten. En kun je dat broodje nog even twee minuten afbakken in de oven terwijl je de tafel klaarmaakt? Dan ben je helemaal spekkoper. Door de lekkere geur in de huiskamer krijgen mensen nog meer trek en wordt dat broodje nog net wat beter gegeten.

DEZE EXTERNE FACTOREN ONDERSCHATTEN WE IN DE OUDERENZORG



** Wenda Linthorst houdt zich al bijna 10 jaar bezig met neuromarketing en nudging. Eerst via Consumatics voor diverse markten en nu specifiek gericht op de zorg, met Keukentijgers. In Uitblinkers deelt ze enkele inzichten.*





Nieuwe Fano groentesalades slaan aan in de zorg

VERRASSEND LEKKER EN MAKKELIJK TOEPASBAAR

Fano vernieuwde haar volledige assortiment met een nieuw design en met lekkere nieuwe producten. Vooral bij de groentesalades leidde dat tot grote stappen voorwaarts: nieuwe smaakvarianten, glutenvrij, lactose- en koemelkeiwitvrij, kleurrijk én vegan. Verkrijgbaar in grootverpakkingen en portieverpakkingen. Een introductie die aanslaat in de zorg.

Fano introduceerde haar relaunch dit voorjaar. Naast de bekende Fano broodsalades kan de zorg vooral goed uit de voeten, zo blijkt, met het vernieuwde assortiment groentesalades. Een mooie en makkelijke vezelrijke aanvulling voor bij de broodmaaltijd én lekker bij de warme maaltijd.

Vertrouwde hardlopers, zoals de brood-, aardappel- en pastasalades, zijn gebleven en aangevuld met nieuwe smaakvarianten. Nieuw zijn de vegan groentesalades. Met eigenschappen die ze extra geschikt maken voor de zorg, zegt Elien Zwart, brand manager Salades & Sauzen. “Ze zijn kleurrijk, lekker, knapperig en hebben een langere houdbaarheid . In grootverpakking én kleinverpakking van 75 g. Dus ook handig op het buffet of om mee te nemen op de broodserveerwagen en aan te bieden als extra groente naast een broodje.”

Jouw creativiteit en de kleurrijke groentesalades van Fano

De groentesalades zijn als basis te gebruiken. Daarnaast zijn ze eenvoudig aan te vullen met één of twee ingrediënten waardoor je onbeperkt kunt variëren. Met dagverse groenten bijvoorbeeld. Zo geef je er je eigen signatuur aan. Inspiraties op de verpakkingen laten dat ook zien.

Zwart: “Het is belangrijk dat je cliënten, patiënten, medewerkers en gasten dagelijks op een makkelijke manier kunt verrassen met mooie producten. Daarom bieden we naast grootverpakkingen ook portieverpakkingen die er ook op de broodwagen en op buffetten verleidelijk uitzien.”

Toegankelijk vegan

Fano speelt in op de stijgende vraag naar toegankelijke vegan producten. Koelvers, veelal gluten-, lactose- en koemelkeiwitvrij. Ook vrij van kunstmatige kleur- en smaakstoffen.

Naast de vegan Groentesalades introduceert Fano ook vegan hummus spreads én een pittige Jackfruit samba broodsalade in portieverpakkingen.

Zwart tot besluit: “Het zijn mooie, lekkere producten, toegankelijk voor iedereen. Verrassend, verantwoord en vertrouwd.”

“HET ZIJN MOOIE, LEKKERE PRODUCTEN. VERRASSEND, VERANTWOORD EN VERTROUWD”

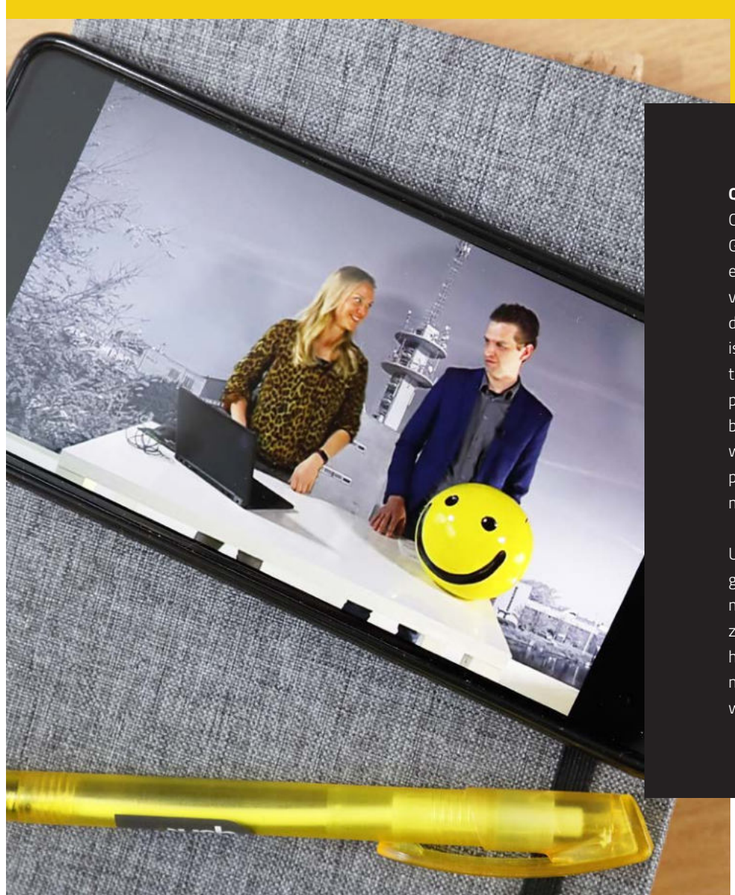


Vernieuwde groentesalades
Fano biedt de volgende vernieuwde groentesalades aan: Rode bietsalade 2,5 kg en porties van 75 g (Vegan), Salade Indiase Stijl 2,5 kg en porties van 75 g (Vegan) en Salade Griekse Stijl 2,5 kg en porties 75 g (Vegan). Deze en andere producten, alsmede tips en inspiratie om de salades aan te vullen, vind je op www.fano.nl.

Online Pre-festival brengt werkgeluk in beeld

WAT MAAKT JOUW WERK LEUK?

Waaraan ontleen je geluk en werkplezier? Dat was het onderwerp van het tweede Online Pre-festival van de Gastvrijheid dat WijGastvrij samen met Trainmark op 20 april belegde. Twaalf teams uit de zorg brachten hun werkplezier in beeld. Vijf bereikten de finale.



Quiz over geluk
Onderdeel van het Online Pre-festival van de Gastvrijheid op 20 april is een quiz samengesteld en gepresenteerd door Kyra van Daatselaar. De vragen hebben betrekking op het onderwerp van de sessie: geluk en werkplezier. Vragen zoals: wat is de belangrijkste reden om voor een werkgever te willen blijven werken? Niet het salaris of de prettige leidinggevende, maar de werksfeer, zo blijkt. Andere vraag: hoeveel procent van je geluk wordt bepaald door externe factoren? Slechts tien procent. 40 procent hangt van de keuzes die je maakt en hoe je in het leven staat.

Uit een andere vraag komt naar voren dat gelukkige mensen meer antistoffen aanmaken dan mensen die niet gelukkig zijn: 50 procent meer zelfs. Van Daatselaar: “Hoe gelukkiger je bent, hoe beter je immuunsysteem.” Tot slot was er een moment van geluk voor deelnemer Herman. Hij won de quiz en daarmee een kookboek.

Lees verder ››



"HET IS DE DERDE KEER DAT IK DE BEELDEN ZIE EN ZE BEZORGEN ME NOG STEDS KIPPENVEL"

Online en live
Meer festivals van WijGastvrij
Het Online Pre-festival van de Gastvrijheid op 20 april was het tweede festival dat WijGastvrij in coronatijd organiseerde. Het derde (dinsdag 15 juni) en het vierde (dinsdag 21 september) festival komen eraan, evenals het al eerder geplande live Festival van de Gastvrijheid op 16 novem ber in Baarn, zie bericht op pagina 36.

Het tweede Online Pre-festival van de Gastvrijheid van WijGastvrij stond in het teken van een challenge over werkplezier en geluk. Breng dat in beeld, luidde de opdracht. En dat gebeurde. Twaalf teams uit de zorg gingen ermee aan de slag. Vijf bereikten de finale. Moderator Milo Berlijn omschreef de inzendingen vanaf het podium als 'fabelachtig'.

Daarmee doelde hij op de creativiteit, het enthousiasme, het werkplezier en de lol die de inzendingen uitstraalden. Ook Maarten Bijlsma, bestuurslid van WijGastvrij, was onder de indruk. "Het is de derde keer dat ik de beelden zie en ze bezorgen me nog steeds kippenvel."

Tegen de teams zei Bijlsma: "Bedankt dat jullie de tijd hebben genomen om te laten zien hoe belangrijk geluk op het werk is. Namens WijGastvrij ben ik er enorm trots op dat jullie dat hebben gedaan." Hierna lees je wat de vijf finalisten bedachten.'

Wijkzorgcentrum Firenschat
Onderdeel van Meander, gevestigd in Kerkrade. Maakte een online presentatie waarin afbeeldingen en oneliners de aandacht trokken. Een daarvan: 'Volg je hart, dat klopt'. Een andere: 'Onze bewoners met plezier zien stralen is voor ons geluk. Samen een. En teamliefde. Zo kan onze dag niet meer stuk."

Foto's van medewerkers en bewoners sierden de presentatie. Met teksten als 'Aandacht voor elkaar', 'de wereld is mooier met jou', 'vandaag besluit ik alleen maar te genieten', 'samen creatief', 'samen oplossen', en 'samen lachen'. Tot slot een groepsfoto met de tekst 'Geweldig. Liefdevol team.'

Horecateam Frankeland
Gevestigd in Schiedam. Maakte een vrolijk filmpje van activiteiten betreffende eten, drinken en gastvrijheid. 'Hier worden wij blij van!!', met twee uitroeptekens. We zien bewegende beelden van het buffet in het restaurant. Ouderen - twee per tafel op gepaste afstand - gebruiken de maaltijd.

Een colonne van meals-on-wheelswagens rijdt het beeld in. Medewerkers zwaaien, eentje loopt dansend achter de wagen. Vervolgens een trolley met champignonsoep. En een medewerkster die een warme maaltijd bezorgt in een van de appartementen. Met paaseitjes. Bewoonster blij en dankbaar.

Ziekenhuis Gelderse Vallei
Gevestigd in Ede. Inzending is van het keukenteam. Een flitsend introfilmpje leidt de kijker van buiten het ziekenhuis naar de keuken. Een medewerkster zegt: 'Trots dat ik hier mag werken en dat we met een klein team veel bereiken.'

Een van de koks laat weten blij te zijn met zijn werk. 'Vanwege de maaltijden die we hier bereiden voor de patiënten.' Een medewerker meldt 'met liefde de koks te assisteren bij het bereiden van vlees en het maken van toetjes.' Erwin zegt: 'Ik ben trots dat we samen op een verantwoordelijke en doordachte manier eten kunnen bereiden voor de patiënten.'

Horeca Service Laethof
Onderdeel van Meander, gevestigd in Kerkrade. Zond mooie citaten in. 'Wat ons gelukkig maakt is het feit dat wij mogen zorgen voor de mensen die ons nodig hebben. Dat zijn bewoners, cliënten, overige gasten en natuurlijk ook de andere collega's van Laethof.' Ze doen dat door mooie gerechten te bereiden voor uiteenlopende gelegenheden. 'En dan natuurlijk zingen voor de jarige.'

Daarnaast is er persoonlijke aandacht. Praatje, luisterend oor, grapje. 'Maar ook bewoners letterlijk eten geven, de zorg ondersteunen op de woongroepen tijdens corona, spelletjes doen of wat gekkigheid uithalen.'

Ook bieden ze zorg aan collega's wanneer die het nodig hebben. Als een collega niet goed in haar vel zit, probeert het team daar iets aan te doen. Net als in een huwelijk heb je ook in een team slechte dagen. 'Dan praten we erover zodat het opgelost wordt.'

We zien beelden van medewerkers in feestkledij, anderen zijn bezig een blote pop te wassen, een man. Collega's lieten zich fotograferen bij een namaak-koe in de hal. En een afsluitend citaat: 'We zijn trots op ons team omdat we zoveel mogelijk uit ons werk halen. Daar halen we ook onze energie en werkgeluk uit.'

"WE ZIJN TROTS OP ONS TEAM OMDAT WE ZOVEEL MOGELIJK UIT ONS WERK HALEN. DAAR HALEN WE OOK ONZE ENERGIE EN WERKGELUK UIT"

OLVG
Gevestigd te Amsterdam. De bijdrage bestaat uit één beeld, een collage van portretten van medewerkers met daarin citaten van die medewerkers. 'Als je het collectief verzorgen van maaltijden goed beheerst, maak je met elkaar een hele hoop patiënten een stukje beter. Dit maakt ons team zo sterk'. 'Hetzelfde doel nastreven met mijn collega's brengt mij geluk.' 'Het met je hart bedienen, voeden en zorgen voor patiënten maakt me blij.'

De andere citaten: 'Het delen van verhalen en kletsen over ons persoonlijke leven brengt mij geluk.' 'Positiviteit en gezelligheid binnen het team vind ik heel belangrijk.' 'Ik hoop mijn positiviteit en enthousiasme over te brengen op de patiënten, zodat zij hopelijk hun eigen dag wat vrolijker kunnen starten en even hun leed kunnen vergeten.'

De prijswinnaars
Nadat de presentaties zijn getoond, krijgen de kijkers de kans om via een speciale link te stemmen. Welke inzending vinden ze het beste? Een minuutje later is het vonnis geveld. Maarten Bijlsma maakt bekend dat De Gelderse Vallei derde is geworden, Horeca Service Laethof tweede en OLVG Amsterdam eerste. "Van harte. De prijzen komen naar jullie toe."

De prijswinnaars krijgen vip-kaarten voor het Festival van de Gastvrijheid op 16 november in Baarn. De nummer 1 krijgt zes vip-kaarten, de nummer 2 vier en de nummer 3 ontvangt twee vip-kaarten.

SCAN MIJ

Even terugkijken?
Wil je de Online Pre-festivals van de Gastvrijheid terugkijken, dan kan dat door op YouTube te zoeken op WijGastvrij of scan de QR-code.



Medewerkers Elkerliek bedenken gerechtjes

EIWITRIJK VERLEIDEN AAN HET BED

Patiënten zonder eetlust verleiden om toch iets te nemen. Creatief omgaan met de aanwezige producten en zelf lekkere, eiwitrijke hapjes bedenken. Zo doen ze dat in het Elkerliek Ziekenhuis te Helmond. Een kijkje aldaar achter de schermen van het Facilitair Bedrijf afdeling Eten en Drinken.

Bezig zijn met het vak. Oplossingen bedenken. Zelf gerechten samenstellen en bestaande gerechten, zoals soepen en shakes, voorzien van eiwitrijke toevoegingen. En dan wel zo dat ze smaken, zodat de patiënten van het Elkerliek Ziekenhuis lekker eten én ondertussen de juiste voedingsstoffen tot zich nemen.

En minimaal zes eetmomenten per dag. “Dat doen ze hier al twaalf jaar. Wij vinden dat al lang niet meer bijzonder, terwijl andere ziekenhuizen, die dat ook zijn gaan doen, daar nog altijd persberichten aan wijden”, zegt Christel van der Velden, Afdelingsmanager Facilitair Bedrijf Eten en Drinken.

Wedstrijd voor voedingsassistenten

Aanleiding voor deze reportage is een wedstrijd die Van der Velden uitschreef onder voedingsassistenten. Creëer één of meer verrassende, lekkere hapjes voor patiënten, was de opdracht. Liefst rijk aan eiwitten en voedingsstoffen. Gebruik producten, zo werd duidelijk gemaakt, uit het bestaande assortiment, want de broodbuffetwagens, waarmee ze langs de patiënten gaan, zitten vol. Daar kan eigenlijk niets meer bij.

De wedstrijd leverde twintig creaties op, ingezonden door vijftien voedingsassistenten. Winnaar werd Karin Tholen (zie kader ‘Creatieve gerechten’). Ze is aanwezig bij het gesprek dat die ochtend plaatsvindt in het personeelsrestaurant van het Elkerliek. Francien van Stiphout schuift ook aan. Zij is voedingsassistent én administratief medewerkster. Ze is assistent van Van der Velden.

Verrassen en verleiden

De wedstrijd is uitgeschreven om aan te tonen dat je met het bestaande assortiment meer kanten op kunt. Zodat voedingsassistenten meer mogelijkheden krijgen om patiënten te verrassen en te verleiden. Dáár draait het allemaal om, verleiden aan bed. Gerechtjes laten zien, presenteren. Zodat patiënten meer en beter gaan eten waardoor ze de nodige voedingsstoffen binnenkrijgen en daardoor sneller herstellen.

Dat is ook het leuke van het vak, zo wordt gemeld. Communiceren met mensen, iets betekenen voor ze. Daarom zou Francien van Stiphout ook nooit fulltime de administratie gaan doen zolang ze ook als voedingsassistent actief kan zijn. ”Het vak voedingsassistent is zó leuk. Dat laat ik niet liggen.”

Voormalig dieetkok

Karin Tholen denkt er ook zo over. Ze is 12,5 jaar voedingsassistent en was daarvoor in het Elkerliek negen jaar instellingskok en dieetkok. En nee, ze hoeft niet terug naar het koksvak, laat ze weten. “Als voedingsassistent heb je face-to-face contact met de patiënten. Als een patiënt wat minder eet, zie je dat meteen, en kun je daar ook wat aan doen. Aan bed kun je het verschil maken. Dat bevalt me.”

De circa vijftig voedingsassistenten van het Elkerliek hebben een opleiding (e-learning) voedingsleer, dieetleer en allergenen afgerond. Van der Velden over de positie van de voedingsassistent: “Zeer belangrijk. De diëtist geeft adviezen, maar de voedingsassistent voert ze uit. Ze gaat steeds weer in onderhandeling met de patiënt. Wat wil je graag eten vandaag? En wat niet? En wat zijn de alternatieven? Met oog voor de voedingswaarde. Werk van grote betekenis, want als patiënten niet of slecht eten, werkt dat niet bevorderend voor hun herstel.”

“ZES EETMOMENTEN PER DAG? DAT DOEN ZE HIER AL TWAALF JAAR”

Creatieve gerechten

De wedstrijd voor de voedingsassistenten werd december jongstleden uitgeschreven. Het was een initiatief van Christel van der Velden in samenwerking met Francien van Stiphout en de afdeling diëtetiek van het Elkerliek Ziekenhuis. Winnares Karin Tholen bedacht en maakte onderstaande creaties.

1) Verwenkoffie. Bestaat uit verwarmde Fresubin Protein Drink, espresso, een toefje slagroom en een beetje hagelslag. Tholen: “Zonder dat patiënten het weten krijgen ze de benodigde extra eiwitten binnen.”
2) Roggebrood met eiersalade. De salade bestaat uit ei, frietsaus en ketchup. Dit eiwitrijke gerecht wordt gegarneerd met een stukje tomaat.
3) Toetje van chocoladevla met daarop vanillevla en stukjes Bouwsteentje waarvan de bovenkant is afgehaald. Die bovenkant vind je terug als garnering van het gerechtje, samen met een toef slagroom.

Enkele andere gerechten die ingezonden werden waren: een huzarensalade met een rolletje ham, een rolletje cervelaat, een half eitje en een half tomaatje. En een vlaflip bestaande uit vanillevla met yoghurt, aardbeisiroop en een toefje slagroom. Daarnaast nog zeven andere gerechtjes. Francien van Stiphout: “De wedstrijd toonde aan dat je met alles wat je in je broodbuffetwagen hebt, prima in staat bent om creatieve eiwitrijke gerechtjes aan te bieden.”



Lees verder ››

iPad
Voedingsassistenten in het Elkerliek Ziekenhuis lopen rond met een iPad en gebruiken Culicart als voedingsinformatiesysteem. Op de iPad kunnen ze per patiënt de diëten, allergenen en andere bijzonderheden zien. Daarnaast nemen zij aan het bed de maaltijdkeuze op voor de warme maaltijd. Deze kan tot twee uur van tevoren digitaal doorgegeven worden, nadien gebeurt dit telefonisch. Patiënten kunnen ook zelf op hun bedsideterminal de warme maaltijdkeuze doorgeven via een patiëntenportaal.

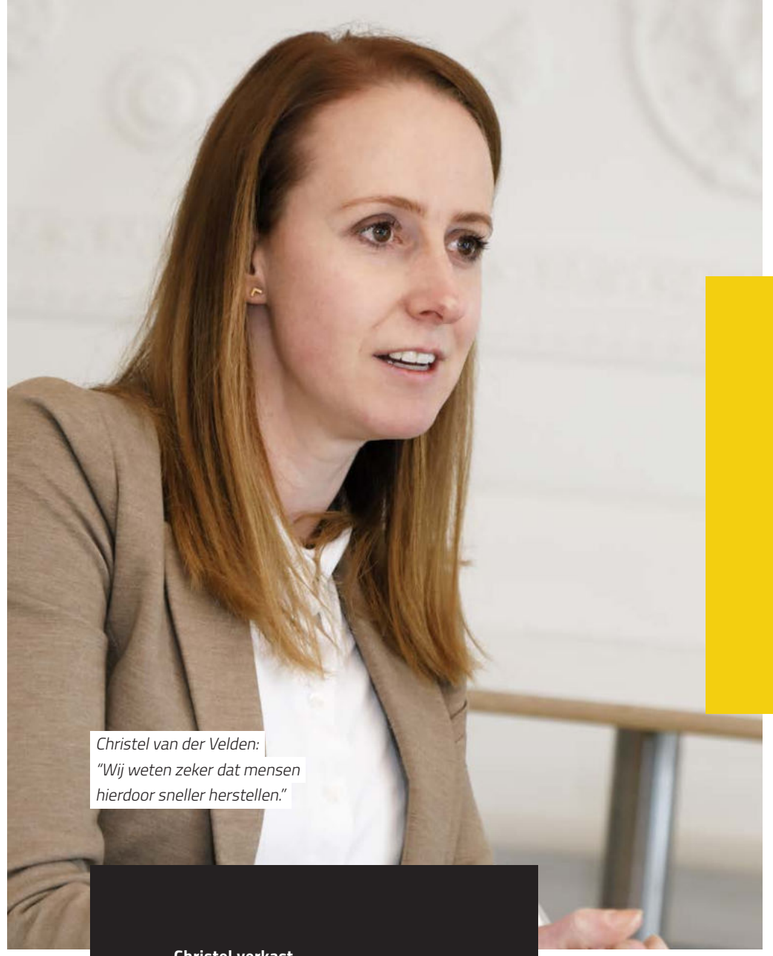
Extra eiwitten
De patiënten van het Elkerliek zien zes keer per etmaal een voedingsassistent. Eén keer met de warme maaltijd, vijf keer met de broodbuffetwagen voor het ontbijt, de lunch en tussenmaaltijden.
Tijdens deze momenten krijgen de patiënten tussendoortjes aangeboden, zoals kipspiesjes, gehaktballetjes, wraps met zalm of eiersalade, kaassticks, Bifi-worstjes, Bouwsteentjes (petitfours met extra eiwitten) en kokosmakronen met extra eiwitten, ontwikkeld in samenwerking met een bakker.

Patiënten krijgen het advies om tijdens iedere ronde een eiwitrijk product te kiezen. Dat is niet alleen goed voor het lichaam, maar ook voor de moraal, zegt Van der Velden. “Je ligt niet voor je plezier in het ziekenhuis. Hapjes en drankjes zorgen voor momenten van ontspanning. Patiënten kijken daar echt naar uit.”

Sportvoeding biedt oplossing
Met de komst van Covid-19 nam het aantal patiënten met eetproblemen toe. Veel Covid-19-patiënten hebben moeite met het eten van voeding met een vaste consistentie. Hoe krijgen zij toch voldoende eiwitten en voedingsstoffen binnen?

Christel van der Velden – opgeleid als diëtist – kwam jaren geleden in een sportschool in aanraking met proteïne-shakes. En dacht: waarom zouden die niet werken bij onze patiënten? De smaak is in ieder geval stukken beter dan bij de medische drinkvoedingen. Ze legde contact met een leverancier van sportvoeding.

In overleg werd een geschikte eiwitrijke shake ofwel drinkyoghurt samengesteld. Ze schenkt de shake in. “Proef maar. Tien gram eiwitten per glas. Makkelijk te drinken. Zonder de bijsmaak van mineralen en vitaminen.”



Christel van der Velden: “Wij weten zeker dat mensen hierdoor sneller herstellen.”

Christel verkast
Na het interview met Uitblinkers heeft Christel van der Velden bekendgemaakt dat ze het Elkerliek Ziekenhuis gaat verlaten. Per 1 juli sluit ze zich aan bij salesteam van Maas Company (vending) in de functie van Accountmanager Existing Business.

“HOEVEEL DAGEN ZIEKENHUISOPNAME SPAREN WE UIT MET ONZE AANPAK? HIER HEBBEN WIJ GEEN ONDERZOEK NAAR GEDAAN. ZOU WEL INTERESSANT ZIJN OM TE WETEN”

“ZONDER DAT PATIËNTEN HET WETEN, KRIJGEN ZE DE BENODIGDE EXTRA EIWITTEN BINNEN”

Kleine vraag naar veganistisch
Patiënten kunnen standaard een vegetarische maaltijd bestellen. De vraag naar veganistische maaltijden is echter klein in het Elkerliek Ziekenhuis. Maar de eigen keuken kan wel aan die vraag voldoen. Christel van der Velden: “Op het moment dat dit speelt gaan we in overleg met de betreffende patiënt. Wat zijn de wensen? De koks bereiden speciaal voor hem of haar een gerecht. Dat kan een maaltijdsalade zijn, maar ook net zo goed een champignonragout op basis van soja.”

“HET VAK VOEDINGSASSISTENT IS ZÓ LEUK. DAT LAAT IK NIET LIGGEN”

De shake wordt tijdens de lunch in zes verschillende smaken aangeboden: aardbei, banaan, mandarijn, passievrucht, mango en cassis.

Eiwitverrijkte soepen
Dezelfde poeder gebruiken ze voor het bereiden van eiwitverrijkte soepen. Het zijn er drie: tomatensoep, champignonsoep en broccolisoep. Voor mensen met vloeibare diëten, vooral ouderen. Met dank aan souschef Boris Hofland, die de soepen samenstelde. Het samenstellen was lastig, een kwestie van testen, keer op keer.

Een van de obstakels had te maken met het feit dat de toegevoegde eiwitten ertoe leiden dat de soepen bij hogere temperaturen gaan schiften, zegt Van der Velden. “Dus blijven we bij de bereiding van de soep iets onder het kookpunt. Verder hebben we uitgevonden dat je eiwitpoeder het beste in delen kunt toevoegen.”

Niet bezuinigen
Voor patiënten die risico lopen op ondervoeding, wordt de inname van eiwitten geregistreerd. Deze gegevens worden gedeeld met de Inspectie van Gezondheidszorg en Jeugd. Tot 2021 was ondervoeding namelijk een kwaliteitsindicator die jaarlijks werd uitgevraagd.

Van der Velden: “Doordat we bewust bezig zijn met het verstrekken van eiwitrijke gerechtjes, verdeeld over de dag, scoren we op het gebied van adequate energie- en eiwitinname hoog. Komt ook doordat we niet bezuinigen op duurdere componenten zoals vlees en vis. De portiegroottes van 130 gram maken we niet kleiner. Als je dat wel doet, mis je ook een deel van de eiwitinname. Dat willen we voorkomen.”

Dat neemt niet weg dat ze graag zou willen weten waar die extra inname van eiwitten precies toe leidt. Van der Velden: “Wij weten zeker dat mensen hierdoor sneller herstellen, dat blijkt ook uit recente literatuuronderzoeken. Maar hoeveel sneller? Hoeveel dagen ziekenhuisopname sparen we uit met onze aanpak? Hier hebben wij geen onderzoek naar gedaan. Het zou interessant zijn om dat te weten.”



Winnares Karin Tholen: “Als voedingsassistent heb je face-to-face contact met de patiënten.”

Feestje in het ziekenhuis
Sommige patiënten verblijven weken in het ziekenhuis. De band met de medewerkers kan dan hecht worden. Karin Tholen herinnert zich een “superaardige mevrouw” die alleen op een kamer lag. “Wij gingen daar geregeld koffie drinken. Om haar afleiding te bieden, maar ook voor ons plezier.” Ook zijn er kleine evenementen georganiseerd voor patiënten. Een ernstig zieke patiënt trouwde zelfs in het restaurant van het Elkerliek Ziekenhuis. En voordat Covid-19 toesloeg werden er tijdens feestdagen, zoals Kerst en Pasen, brunches en diners bereid voor patiënten met hun familieleden.



JEROEN BOSCH ZIEKENHUIS

Trainen voor een operatie

Eerst trainen en dan geopereerd worden. Gaat het die kant op in de ziekenhuiswereld? In het Jeroen Bosch Ziekenhuis in Den Bosch hebben ze de eerste stappen in die richting gezet. Er is een trainingsprogramma voor patiënten alvorens ze een operatie tegen blaas- of darmkanker ondergaan. Voeding maakt daar deel van uit. Het betreft hier een intensief trainings- en voedingsprogramma, meldt Hans Kraak van NTVD Media. De patiënten – het gaat om ouderen – krijgen een zogeheten prehabilitatieprogramma aangeboden. Het ziekenhuis wil deze ondersteuning straks ook bij andere operaties gaan bieden.

34% minder complicaties

Het ziekenhuis heeft hiertoe besloten omdat oudere patiënten extra kwetsbaar zijn. Dit vanwege een minder goede conditie of het hebben van meerdere aandoeningen. Complicaties treden daardoor eerder op, met als gevolg dat het herstel langer duurt. Kraak meldt dat de eerste, voorzichtige resultaten bij darmkankeroperaties laten zien dat complicaties na de operatie met 34% zijn afgenomen. Ook zijn er 68% minder heropnames, voegt hij toe.

TECHNIEK

Foutief regenereren leidt tot ondervoeding

Maaltijden foutief regenereren kan leiden tot ondervoeding bij kwetsbare ouderen. Dat blijkt uit een bijdrage op het kennisplatform Grootkeuken.nl. In die bijdrage wordt vermeld dat je maaltijden kunt regenereren zonder smaak- of kwaliteitsverlies, maar dan moet je wel de modernste apparatuur op de juiste wijze inzetten. Veel apparatuur is niet geschikt met als gevolg dat smaak, voedingsstoffen en vitamines verloren gaan. Grootkeuken.nl meldt dat de magnetron steriliseert en pasteuriseert en de smaak uit de maaltijd trekt. Ook het gebruik van huishoudovens leidt tot verlies van kwaliteit, aldus Grootkeuken.nl. “Dat komt doordat je deze ovens niet nauwkeurig in kunt stellen en al snel te veel warmte in een te korte tijd op de verkeerde manier toedient.”



Hittestress bedreigt kwetsbare ouderen

HOE HOUDEN WE HET HOOFD KOEL?

Kannen water met fruit erin zien er aantrekkelijk uit. Ouderen gaan daardoor eerder drinken.



Ook deze zomer zal het periodiek weer raak zijn. Zon hoog aan de hemel. Hitte, droogte, stress. Vooral kwetsbare ouderen lijden eronder. Meer nog dan we denken, zo blijkt uit onze special Hydrateren en koelen. Want het gaat niet overal goed. Simone Paulis, een expert op dit gebied, pleit voor extra aandacht en structurele scholing ten aanzien van vocht en voeding voor ouderen. Er gaat namelijk te veel mis en er is sprake van onderschatting. Daarom is het helemaal niet zo’n raar idee om koelsjaals te gaan gebruiken. Makkelijk te dragen. In zorgcentrum Rijn en Vliet in Leiden beviel dat vorig jaar erg goed. Net alleen de kwetsbare ouderen, maar ook de medewerkers liepen ermee rond. En verder: zorg voor waterijsjes. Die zijn smakelijk, koel en ze bevatten water.



Simone Paulis, verpleegkundig specialist

BESCHEIDENHEID KAN LEIDEN TOT UITDROGING

Veel ouderen zijn te bescheiden. Ze drinken soms bewust te weinig, want ze willen het liefst zo weinig mogelijk plassen omdat ze dan een beroep moeten doen op de hulp van derden. Als het warm is, kan dat tot vochttekort leiden. En zo zijn er tal van andere oorzaken, zegt Simone Paulis, verpleegkundig specialist bij La Providence in Grubbenvorst.



Simone Paulis weet waarover ze praat. Ze is verpleegkundig specialist en doet promotieonderzoek aan de Universiteit van Maastricht naar uitdroging in de ouderenzorg. Ze kwam erachter dat zorgprofessionals chronisch vochttekort bij ouderen vaak niet op tijd ontdekken. Ook ouderen zelf hebben het dikwijls niet in de gaten.

Medicijngebruik

Veel factoren spelen een rol als het gaat om uitdroging. Medicijngebruik bijvoorbeeld. Paulis wijst op het gebruik van diuretica, medicijnen die ervoor zorgen dat je extra vocht verliest. “Tijdens periodes van hitte kan dat ongewenst zijn. Halveren of tijdelijk stoppen kan een oplossing zijn. Als je maar wel blijft monitoren en scherp in de gaten houdt hoe de cliënt hierop reageert.”

Als de temperatuur vier dagen achter elkaar boven de 27 °C uitkomt, wordt het Nationale Hitteplan van kracht. Verpleeghuizen treffen in dat geval extra maatregelen om hun bewoners te ontzien en ervoor te zorgen dat ze voldoende vocht tot zich nemen.

Taboe op plassen

Dat hitteplan houdt onder meer in: luchtige kleding dragen, tussen het warmste moment van de dag en 16.00 uur geen grote stukken lopen of anderszins activiteiten ondernemen, rustig aan doen, drinken, schaduw opzoeken, nat washandje gebruiken, voetenbadje, dunne lakens, waterijsjes, ventilator en wat al niet meer.

Veel ouderen kampen met een verminderde dorstprikkel met als gevolg dat ze te weinig drinken. Ze zullen ook niet snel een glas in één keer achteroverslaan. Nee, kleine slokjes. En als de zon hoog aan de hemel staat en het kwik tot grote hoogtes stijgt, kan dat tot een te lage vochtinname leiden.

Ouderen zijn soms ook bang om meer te drinken, want dan moeten ze vaker naar het toilet en hierbij om hulp vragen. Eventuele incontinentie neemt toe als ze meer drinken, zegt Simone Paulis.

“VERLEID MENSEN OM GEVARIEERD TE DRINKEN EN TE ETEN”

Wat kunnen zorgmedewerkers daaraan doen? Paulis: “Voor ouderen rust er een taboe op dit onderwerp. Ik zeg tegen onze zorgmedewerkers: maak het bespreekbaar. Laat de mensen weten dat ze niet moeten schromen om hulp te vragen bij het plassen.

Variatie belangrijk

Variatie in eten en drinken is van belang. Dus niet alleen water, thee of in beperkte mate koffie, maar ook pudding, yoghurt, een ijsje, fruit met veel vruchtvlees en vocht, en groenten. “Verleid mensen om gevarieerd te drinken en te eten.”

Paulis: “We hebben de neiging om ze vaak hetzelfde te geven, want dat lusten ze. En ouderen die kampen met dementie geven doorgaans niet aan dat ze ook wel eens wat anders willen. Het is onze taak om daar creatief mee om te gaan. Ook als het niet warm is.”
In La Providence staan ‘s zomers op veel plaatsen kannen met water en wat fruit erin. Lekkere smaken, kleurrijk, aantrekkelijk, iedereen kan het pakken. “Verder delen we waterijsjes uit, heel veel waterijsjes. Daar zijn veel ouderen gek op, zeker als het warm is.”

Kwaliteit van leven

Dat neemt niet weg dat iedere bewoner anders is. En net weer even andere voorkeuren heeft. En er zijn ook mensen, zegt Paulis, die je niet zover krijgt dat ze de dagelijks aanbevolen hoeveelheid vocht tot zich nemen. “Wat doe je dan? Je kunt wel blijven pushen: drinken, drinken, drinken, maar er is ook nog zoiets als kwaliteit van leven. In de ouderenzorg een belangrijk thema. Levenskwaliteit is ook pakken waar je zin in hebt. Een lekker stukje taart bijvoorbeeld.”

En als ze dan minder goede voedingsstoffen binnenkrijgen, dan is dat zo, vult ze aan. “Dat is afhankelijk van de vraag hoe iemand in het leven staat. Wat wil iemand nog? Daarover voer je met regelmaat gesprekken met cliënten en hun familie.”

“LEVENSKWALITEIT IS OOK PAKKEN WAAR JE ZIN IN HEBT. EEN LEKKER STUKJE TAART BIJVOORBEELD”

Zó herken je uitdroging

Het stellen van de diagnose uitdroging bij ouderen is niet gemakkelijk. Maar er zijn wel signalen die erop kunnen wijzen. Simone Paulis zette ze uiteen op www.zorgvoorbeter.nl.

1) De cliënt is suf of verward, heeft last van duizelingen en valt snel.
2) De cliënt is soms moeilijk te verstaan. Verslikt zich snel.
3) Verlaagde bloeddruk, koorts, obstipatie.
4) De cliënt klaagt over dorst, plast weinig en de urine is donker van kleur; dan is er al sprake van een ernstige dehydratie.
5) De cliënt verliest in korte tijd meer dan 3% van het lichaamsgewicht of meer dan 1 kg per dag.
6) Gortdroge tong en slijmvliezen.
7) Minder elastische huid (dit is ook een normaal verouderingsverschijnsel), jeuk en huidinfecties.

Lees verder ››

Pleidooi voor samenwerking
Paulis pleit voor structurele scholing ten aanzien van vocht en voeding voor ouderen. Die is er nu niet, zegt ze. “De opleidingen voor de zorg zouden hier meer aandacht voor moeten hebben.” Ze voegt toe dat er wel veel aandacht is voor het tegengaan van ondervoeding, maar dat uitdroging er bekaaid vanaf komt.

Verder is samenwerking tussen de disciplines van groot belang. “Daar spitst mijn onderzoek zich ook op toe. Hoe herken je uitdroging? En wat kunnen we eraan doen? Wie doet wat? Arts, logopedist, diëtist, verpleegkundige, voedingsassistent en de familieleden die op bezoek komen, zijn er allemaal bij betrokken. Wie heeft welke verantwoordelijkheid en hoe kunnen we de onderlinge samenwerking verstevigen?”

Eiwitverrijkt
Het aanbieden van energierijke drankjes kan helpen. Maar pas op! Paulis: “Het zijn vaak eiwitverrijkte drankjes. Neem daar in periodes van hitte niet te veel van, want eiwitten drogen uit. Wij leggen de grens bij vier eiwitrijke producten op een dag, zoals een glaasje melk of een stukje kaas.”

De rol van de verzorging in de hydratatie van de bewoners is cruciaal, zegt Paulis. “Het hele jaar door, maar in periodes van hitte nog meer. Zorgmedewerkers zouden extra tijd moeten krijgen om voldoende aandacht aan het hydrateren en het koelen te besteden.”

Over de situatie in La Providence zegt ze: “Ik kan wel stellen dat er bij ons wel veel aandacht aan hydrateren wordt besteed.”

Goed opletten
Het is belangrijk alert te zijn op veranderingen in het klinisch beeld van ouderen, zegt Paulis. “Wanneer ouderen bijvoorbeeld verward zijn of toenemend suf, dan zou het wel eens kunnen zijn dat er sprake is van een vochttekort. Zorg er dan voor dat die persoon snel vocht binnenkrijgt.”

Een verlaagde bloeddruk kan het gevolg zijn van hitte en vochtgebrek. Daarom wordt het drinken van bouillon aangeraden. Warm of koud. Is extra zout toevoegen ook een optie? Paulis: “Als je dat met beleid doet, kan dat een middel zijn om de bloeddruk op peil te brengen.”

“LAAT DE MENSEN WETEN DAT ZE NIET MOETEN SCHROMEN OM HULP TE VRAGEN BIJ HET PLASSEN”



De hoeveelheid vocht die ouderen binnenkrijgen is minder dan velen denken.

Tel de cc’s
De hoeveelheid vocht die mensen op een dag binnenkrijgen valt vaak tegen. Simone Paulis kreeg al eens te horen dat thuiswonende ouderen doorgaans zes of zeven koppen vocht per dag tot zich nemen. “Per kopje is dat gemiddeld 150 cc. Doe je dat keer zeven dan kom je op 1050 cc per dag. Dat is lang niet de voor ouderen voorgeschreven 1700 cc. Als ik dat vertel, wordt daar vaak verbaasd op gereageerd.”

Diëtist Renate de Schaap

“ETEN TIJDENS HITTE VERSPREID AANBIEDEN”

In tijden van hitte denken we vooral aan voldoende drinken. Belangrijk natuurlijk, maar mensen moeten ook eten. “Besteed daar aandacht aan”, zegt diëtist Renate de Schaap*.



Maak het water niet ijskoud, adviseert Renate de Schaap.

In warme tijden is de eetlust minder. Bij iedereen, maar vooral bij ouderen. Daarom kun je overwegen om verspreid over de dag hapjes aan te bieden, zodat mensen beter gaan eten, oppert diëtist Renate de Schaap. “Zo krijgen ze de benodigde voedingsstoffen binnen.”

Ze denkt aan de volgende tussendoortjes: bitterballen, kaas, worst, vis, vleeswaren met een augurkje, vla, volle yoghurt, een gevuld eitje. “Eiwitrijk, goed voor kwetsbare ouderen.”

Goedgevulde maaltijdsalade
Ze ziet het eten in verpleeghuizen overigens niet als een probleem. Daar krijgen de mensen sowieso een warme maaltijd, zegt ze. “Bij thuiswonende kwetsbare ouderen ligt dat anders. Als het warm is willen ze het koken nog wel eens overslaan. Als ze dan ook te weinig drinken kan het rap achteruit gaan met ze.“

Het advies luidt in die gevallen: laat de maaltijd bezorgen. En als het heel warm is: neem een lekkere, goedgevulde maaltijdssalade zodat je je voedingsstoffen binnenkrijgt.

Snel uitdrogen
Als mensen meer dan vijf medicijnen per dag slikken, behoren ze tot de categorie kwetsbare ouderen. Medicijnen bevatten afvalstoffen die het lichaam moeten verlaten. Daarvoor is vocht nodig.

De Schaap: “Omdat ouderen minder snel dorst hebben, drinken ze minder. Het vochttekort wordt nog nijpender wanneer er resten van medicijnen afgevoerd moeten worden.”

Sommige ouderen slikken medicijnen die versneld vocht afdrijven. Ook daar moet je mee oppassen tijdens hitte. “In die gevallen kunnen ze contact opnemen met een arts.”

Niet ijs- en ijskoud
Het verdient aanbeveling om water niet ijs- en ijskoud te drinken. Dat valt te koud op de maag van de kwetsbare oudere. Neem liever een glas water uit de kraan, aldus De Schaap. “Thee is ook goed. Vroeger namen de boeren dat in de zomer mee naar het land, lauwwarme thee is een prima dorstlesser.”

Ze raadt het drinken van grote hoeveelheden in één keer af. Liever kleine beetjes, verspreid over de dag. En met bouillon is ook niets mis. “Bouillon helpt je om de mineralenhuishouding op peil te krijgen. Belangrijk tijdens hitte, want als je transpireert verlies je zout.”

Drinkvoeding
Soms biedt drinkvoeding uitkomst, dranken met extra toevoegingen, verstrekt op voorschrift van de diëtist. De Schaap: “Drinkvoeding is verkrijgbaar in verschillende vormen en smaken. Deze dranken bevatten voedingsstoffen, mineralen, eiwitten en energie, waarbij we per persoon kijken welke soort geschikt is. Drinkvoedingen op basis van vruchtensappen gaan er met warm weer overigens makkelijker in dan de drankjes op basis van melk.”

**Renate de Schaap is eigenaar van Diëtistenpraktijk Renate de Schaap in Amsterdam en Amstelveen. Zie www.dietistennet.nl.*

Zorgcentrum Rijn en Vliet in Leiden

KOELSJAALS BESTRIJDEN HITTE

Ze worden al enkele jaren aangeboden, maar zijn nog lang niet overal ontdekt, ook niet in de zorg: koelsjaals, ook afkoelsjaals genoemd. Bewoners en medewerkers van woonzorgcentrum Rijn en Vliet, onderdeel van Libertas Leiden, deden daar vorige zomer ervaring mee op.





Koelsjaals kunnen verlichting bieden tijdens warme dagen, zoals bij deze mevrouw in Emmeloord.

Dit gebeurde in het kader van een challenge van de provincie Zuid-Holland ter bestrijding van hittestress. Een van de winnende oplossingen had betrekking op het gebruik van koelsjaals. De naam geeft precies aan wat het zijn, sjaals die het lichaam koelen.

Eenvoudig te gebruiken

Het gebruik is eenvoudig. Je dompelt de sjaal gedurende een aantal minuten – het aantal staat op de verpakking aangeven – onder in water, laat hem drogen, waarna de sjaal dagenlang verkoeling biedt. Vorig jaar kregen de bewoners van Rijn en Vliet er allemaal een uitgereikt, blikt Teammanager Fred Pelt terug. “De koelsjaals bevielen zo goed dat we er tweehonderd extra hebben besteld voor medewerkers en voor bewoners van andere locaties van Libertas Leiden.”

De meeste bewoners maakten er graag gebruik van. Sommige bewoners met dementie waren minder enthousiast. Pelt: “Zij voelden iets zwaars op hun schouders en hadden daar moeite mee. Maar het merendeel van de mensen had er baat bij. En dat gold ook voor de medewerkers.”

Drinken aanbieden

In de woonzorgcentra van Libertas worden overigens meer middelen ingezet tegen de hitte. Het blijft niet bij koelsjaals alleen. Pelt: “We houden bewoners in tijden van hitte zoveel mogelijk uit de zon, al dan niet met behulp van parasols. En we bieden veel drinken aan.

Diverse koelsjaals

Diverse bedrijven bieden koelsjaals of aan. De prijzen schommelen tussen de circa €10 en €20 per stuk. Een van de bedrijven is Vuursteker, dat de uit Australië afkomstige Cobber aanbiedt, de afkoelsjaal die ze in woonzorgcentrum Rijn en Vliet te Leiden gebruiken.

Je legt de sjaal 30 tot 40 minuten in een bak kraanwater. Daarna droog deppen of kort laten drogen. De sjaal biedt enkele dagen verkoeling. De sjaal wordt gebruikt door iedereen die behoefte heeft aan verkoeling. Naast ouderen en zorgmedewerkers maken ook sporters en mensen met medische aandoeningen er gebruik van. “Zelf draag ik hem ook als het warm is”, zegt Bernadette Sleurink van Vuursteker BV dat de sjaals in Nederland verkoopt. “Dankzij die sjaal voel ik me een stuk minder moe. Het voordeel is dat deze afkoelsjaal meerdere dagen koel blijft in tegenstelling tot een nat washandje of zo. Verder heb je als drager geen last van natte kleding. Dat is voor veel dragers een doorslaggevend voordeel.”

Echt aanbieden, niet wachten tot ze het vragen, want dan ben je in veel gevallen te laat.”

Hij voegt toe dat ouderen over het algemeen meer gecharmeerd zijn van warme dranken dan van koude. Ook als de hitte toeslaat, drinkt men graag koffie, thee, bouillon en een slokje water, niet al te koud. Verder waterijsjes. Zoet, verkoelend en lekker. Bijkomend voordeel: ze voeren vocht aan.

Voldoende vochtinname is van levensbelang. Altijd, maar in tijden van extreme warmte luistert dat extra nauw. Ouderen die te weinig vocht tot zich nemen, kunnen verward en slaperig worden. “Dat houden we scherp in de gaten.”

Minder activiteiten

Verder worden er minder activiteiten aangeboden tijdens de hitte en gaan de ramen zoveel mogelijk open, al moet je uitkijken dat bewoners niet op de tocht komen te zitten. Rijn en Vliet beschikt op enkele centrale plaatsen over airco. Later, als de nieuwbouw een feit is, zal het hele gebouw voorzien zijn van airco.

Kleding verdient extra aandacht. Oudere heren hebben de neiging om een overhemd met stropdas te dragen, want dat komt overheen met hun waarden en normen. Luchtige kleding verdient de voorkeur als het kwik tot grote hoogtes stijgt.

“VOLDOENDE VOCHTINNAME IS VAN LEVENSBELANG”



Zwarte-bessensmoothie

Van Arla ontvingen we onderstaand recept voor zes personen: een zwarte-bessensmoothie met Arla Skyr. Verleidelijk en gezond.

Ingrediënten

- 24 ijsblokjes
- 300 ml bevroren zwarte bessen
- 1 sinaasappel
- 12 el honing
- 300 ml sinaasappelsap
- 900 ml Arla Bio Halfvolle melk
- 300 ml Arla Skyr naturel

Bereiding

- Doe alle ingrediënten in de blender en meng alles op de hoogste snelheid gedurende ongeveer 15 seconden, tot de ijsblokjes fijn gedraaid zijn.
- Doe de smoothie in een hoog, koud glas en garneer met verse zwarte bessen en een schijfje sinaasappel.
- Direct serveren.

UITSTEL ZORGTOTAAL

Aanmelden Uitblinkers Awards nog steeds mogelijk

Mensen die zichzelf of anderen willen aanmelden voor een van de drie Uitblinkers Awards kunnen dat nog steeds doen. De eerder doorgegeven datum van 1 mei 2021 is losgelaten omdat de vakbeurs Zorgtotaal dit jaar alleen online doorgaat. De fysieke Zorgtotaal zal waarschijnlijk maart 2022 plaatsvinden. De datum wordt nog vastgesteld. Dit betekent dat aanmelden voor de Uitblinkers Awards mogelijk is tot 1 februari 2022. Aanmeldingen die reeds zijn binnengekomen, blijven staan.

De winnaars van de drie categorieën ontvangen niet alleen een bokaal maar ook een geldprijs van €250,-. Deze is ter beschikking gesteld door WijGastvrij. De wedstrijden worden georganiseerd door het vakblad Uitblinkers, de nieuwssite Uitblinkersindezorg.nl en WijGastvrij. In samenwerking met de Vakbeurs Zorgtotaal.

Het gaat om drie awards: Uitblinkers Music Award 2022, Uitblinkers Innovatie Award 2022 en Uitblinker van het Jaar 2022. Voor informatie en aanmelden, zie 'Awards' op www.uitblinkersindezorg.nl.

PLEIDOOI

Erken zorgdiploma's statushouders sneller

Statushouders met een zorgdiploma moeten makkelijker en sneller aan de slag kunnen gaan in de zorg, vinden zorgverenigingen. Buitenlandse zorgdiploma's zouden sneller moeten worden erkend. Mensen met een opleiding in de zorg zijn hard nodig om de personeelstekorten tegen te gaan, zo wordt gemeld. "Ook het aanpakken van vooroordelen en discriminatie binnen zorgorganisaties kan helpen." Het pleidooi wordt ondersteund door de Adviescommissie voor Vreemdelingenzaken die laat weten dat statushouders in Nederland amper aan de bak komen in de zorgsector.

"IN DUITSLAND DUURT HET ERKENNEN VAN EEN BUITENLANDS ZORGDIPLOMA MAAR VIER MAANDEN. DAT MAG IN NEDERLAND OOK VEEL SNELLER"

Woordvoerder Nederlandse Vereniging van Ziekenhuizen

COLUMN



Geert Hilferink schrijft als redacteur voor verschillende uitgaven, waaronder Uitblinkers. In deze column beschrijft hij zijn eigen ervaringen als patiënt met gastvrijheid in de zorg.

Verkeerde ziekenhuis

Waarschijnlijk heb ik het op deze plek al eens eerder geroepen, maar ik vind dat voedingsassistenten tot de meest onderschatte professionals in de zorg behoren. Hun rol en invloed aan het bed is veel groter dan menigeen denkt.

Enige weken geleden bezocht ik een bekende, die al geruime tijd in het ziekenhuis lag. Toen ik zijn kamer binnenkwam, deden de voedingsassistenten net hun 'middagronde'. Nadat de patiënt zijn koffie en een snack had ontvangen, vroeg hij aan de voedingsassistente of hij zo even naar beneden naar het restaurant mocht.

'Daarvoor bent u nog niet voldoende hersteld helaas', zei ze. 'Wilt u daar even een kop koffie drinken dan?', was haar vraag. Bij het horen van zijn reactie, moest ik stiekem mijn lachen inhouden. 'Nee, ik wil daar een broodje bal met mayo en een saucijzenbroodje halen, want het eten hier heb ik inmiddels wel gezien.'

Ik vond de reactie van de voedingsassistent opmerkelijk. 'Wellicht wil uw bezoek even voor u naar beneden om het te halen?' Geen enkele poging om de patiënt op andere (lees gezonde) gedachten te brengen. Ongetwijfeld tevergeefs eerder wel geprobeerd, maar ik ken de patiënt als een eigenwijze man. Ook ken ik de mogelijke alternatieven in het betreffende ziekenhuis niet, dus ik wil zeker niet oordelen, maar ik had geprobeerd om iets anders voor te stellen. Het broodje bal en het saucijzenbroodje werden even later overigens met veel smaak opgegeten.

Bij het lezen van het artikel over eiwitrijk verleiden aan het bed, moet ik meteen aan dit voorval denken en weet: deze patiënt heeft overduidelijk in het verkeerde ziekenhuis gelegen! Hij was erg blij geweest met het initiatief van het Elkerliek Ziekenhuis. Verdient zeker navolging.

Ontdek de wereld van
BAKER&BAKER
dedicated to delight



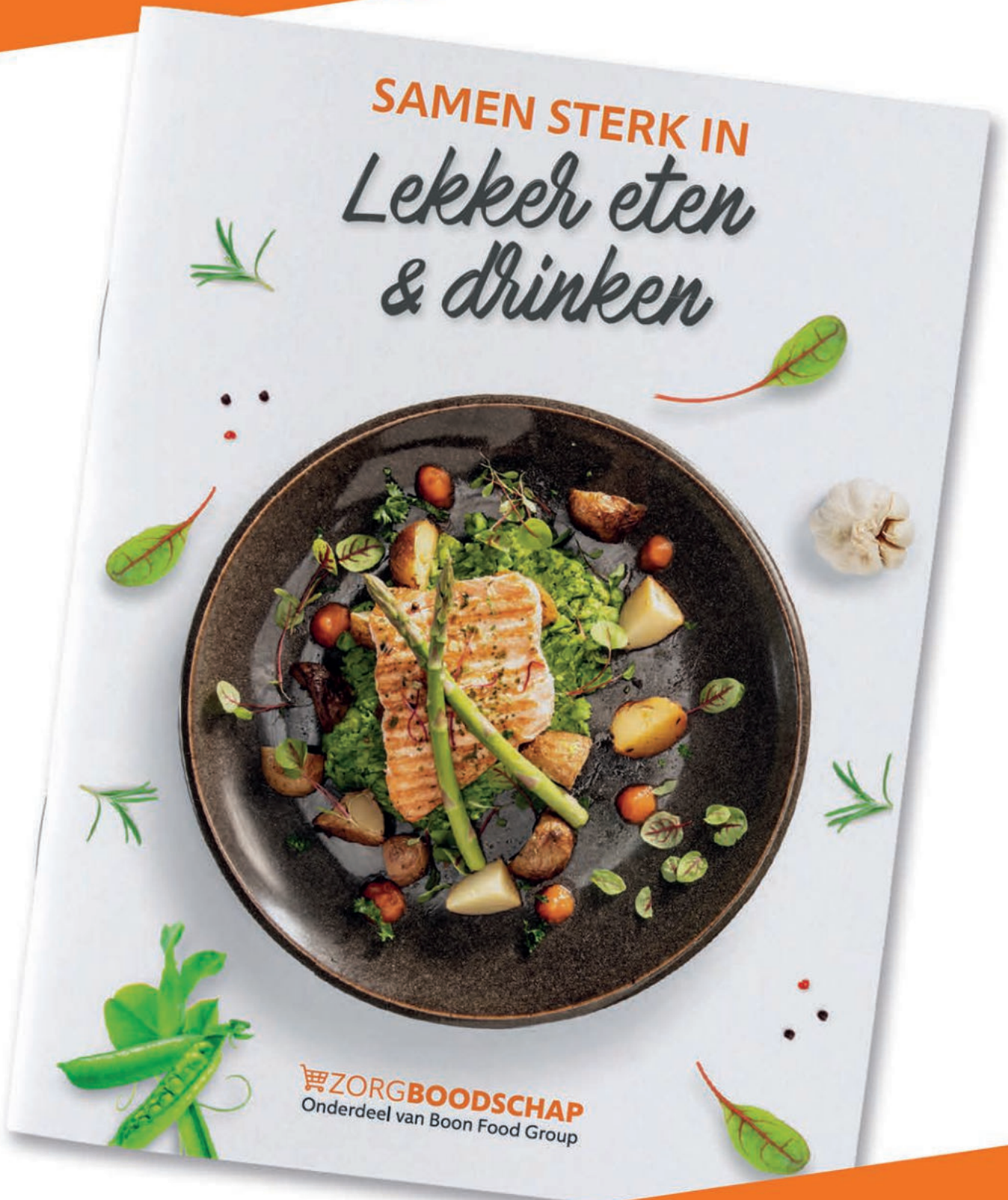
Wij gaan volop voor genieten

Je favoriete CSM Bakery Solution bakkerijproducten vind je nu onder een nieuwe naam: BAKER&BAKER. Een hoogstaand aanbod aan producten en diensten, plus contacten en merken waarmee je heerlijke momenten creëert: daar kan je op vertrouwen. Klaar voor ons nieuwe hoofdstuk?
Samen laten we je klanten volop genieten. Elke dag opnieuw!

Surf snel naar onze nieuwe website @ www.bakerandbaker.eu

Baker & Baker Netherlands Holding B.V.
De Entrée 232 (4th Floor), 1101 EE Amsterdam
The Netherlands
www.bakerandbaker.eu

WALDKORN THE ORIGINAL · Molco · Baker & Baker WE ARE AMERICAN BAKERY



BEKIJK ONZE NIEUWE BROCHURE!

ZORGBOODSCHAP
Onderdeel van Boon Food Group