UITBLINKERS

UITBLINKERS IS EEN UITGAVE VAN

wij gastvrij

UITBLINKERS
IN GASTVRIJHEID

VAKBLAD OVER ETEN, DRINKEN EN GASTVRIJHEID IN DE ZORG | NR. 21 – MRT 2022



Bianca's uitblinkers maken het verschil

Martini Ziekenhuis biedt alléén gezonde keuzes

De ongezouten waarheid over kruiden

"Eten en drinken bepalend voor kwaliteit van leven"

"IK HEB MET DEZE DOELGROEP EEN ECHTE BAND"



WATER ZORGT VOOR NIEUWE ENERGIE

Voldoende water drinken is belangrijk, zeker tijdens een lange (werk)dag. Maar waarom eigenlijk? Water houdt ons scherp. Het geeft energie. Je functioneert beter, denkt helderder en voelt je gelukkiger. Reden genoeg om patiënten, bewoners en werknemers te motiveren om meer (water) te drinken!

Hiervoor heeft Jacobs Douwe Egberts een heel nieuw water concept ontwikkeld: Pickwick Vitality Station. Bestaande uit waterdispensers en een premium watertap. Uit te breiden met de lekkerste koude en warme theeën. Vanaf nu ook in te zetten bij jullie organisatie!



De elegante watertap is een echte eye-catcher



De veelzijdige waterdispenser is een echte alleskunner



Schenk een wereldse thee die iedereen goed doet met Pickwick Tea Master Selection



Geef smaak aan je koude water met Pickwick Lekker Fris

BENIEUWD NAAR ONZE VITALITEITSOPLOSSINGEN?
Onze collega's denken graag mee!
Jacobs Douwe Egberts 030 - 297 7000 | www.jacobsdouweegbertsprofessional.com

PICKWICK

ZÓ BELANGRIJK KUN JE ZIJN

Zorgmedewerkers kregen waardering uit onverwachte hoek. Boeren die ter vermaak met verlichte trekkers langs verpleeghuizen reden. Een cateraar die aan medewerkers van tachtig zorginstellingen en tien ziekenhuizen bekers met ingrediënten voor soep bezorgde. Dat was natuurlijk niet nodig geweest, want die instellingen en ziekenhuizen zijn in uitstekend staat om zelf te zorgen voor de natjes en droogjes van hun medewerkers. Laten we zeggen dat het een pr-stunt is die uit een goed hart komt.

Dat hospitalitymedewerkers in de zorg niet alleen voor bewoners en bezoekers zorgen, maar ook voor hun collega's, blijkt uit de reportage 'Bianca's echte uitblinkers'. Het gaat over medewerkers van Zinzia Zorggroep die het verschil maken. Ze creëren sfeer, hebben aandacht voor hun gasten en doen hun werk zó goed dat er cliënten zijn die per se willen blijven bij Zinzia, ook al zit de behandeling of de revalidatie er voor hen op. Zó belangrijk kun je jezelf als gastvrijheidsmedewerker in de zorg maken.

Dat eten, drinken en gastvrijheid aan belang winnen in de zorg is de rode draad in deze 21ste uitgave van Uitblinkers. De reportages over selfmade kok Sevgi Kus en de gezonde keus van het Martini Ziekenhuis zijn veelzeggend. Het interview met bestuurder Monique Cremers en ad-interim-adviseur eten en drinken Erik Denneman van De Zorgcirkel is dat al helemaal.

Jaap de Graaf,
redactie Uitblinkers

wij gastvrij
UITBLINKERS
IN GASTVRIJHEID



SLUIT JE AAN!
WWW.WIJGASTVRIJ.NL/LEDEN

INHOUD

4 Bianca's echte uitblinkers
11 Column Lisette Bossert
12 Festival van de Gastvrijheid
15 Keukentijgers over muziek
16 De ongezouten waarheid
19 Twietjes
21 Jaarvergadering WijGastvrij
22 Colofon en agenda
23 Productinformatie
24 Interview De Zorgcirkel
28 Smaaksturing wint terrein
29 Bedrijfsleden
30 Selfmade kok Sevgi Kus
35 Bewoners vermaken met je hobby
36 Alléén gezonde keuzes
42 Column Michel Overwijk
43 Zuivel en dranken
46 Column Geert Hilferink

Hospitalitymedewerkers van Zinzia maken bewoners blij

BIANCA'S ÉCHTE UITBLINKERS



Bianca van Brandenburg schuift haar medewerkers naar voren. "Zij zijn echte uitblinkers in de zorg."

De échte uitblinkers in de zorg. Wie zijn dat? Dat zijn de hospitalitymedewerkers van Zinzia Zorggroep, zegt Bianca van Brandenburg. Ze is hun manager en is dus allesbehalve onbevooroordeeld. Maar ze heeft wel een punt.

Buitenwereld naar binnen

Bij Zinzia proberen ze - normaal gesproken, als corona zich rustig houdt - de buitenwereld naar binnen te halen. Zodat de zorg meer onderdeel wordt van het gewone leven en er in de huizen reuring ontstaat. Bianca van Brandenburg: "We proberen open en toegankelijk te zijn. We organiseren bijvoorbeeld seniorenbiljart voor mensen van buitenaf, laten een bigband en een linedanceclub oefenen en bieden ruimte aan een gezelschap om te oefenen voor een musical."

Het magazine Uitblinkers leest ze met "enorm veel plezier". En telkens denkt ze bij het begrip uitblinkers aan de pakweg vijftig mensen van de teams Ontvangst en Gastvrijheid van Zinzia Zorggroep met verpleeghuizen in Wageningen (2), Renkum en Bemmel. "De hospitalitymedewerkers zijn voor mij échte uitblinkers in de zorg. Ze zijn er voor alle gasten en ze ondersteunen de zorg door te zorgen voor een Warm Welkom", schrijft Bianca van Brandenburg in een mail aan de redactie. Ze is teammanager Ontvangst en Gastvrijheid voor alle locaties van Zinzia.

De hospitalitymedewerkers maken het verschil. Voor de bewoners en hun familie, maar ook voor de collega's, laat Van Brandenburg weten. Reden voor een reportage. We krijgen die ochtend in Brasserie Emma van locatie Oranje Nassau's Oord in Wageningen vier hospitalitymedewerkers te spreken. Over hun vak, hun aanpak en hun betrokkenheid.

"ZO FIJN DAT WE VOOR DEZE MENSEN IETS KUNNEN BETEKENEN"

Warm Welkom

Wie de locatie betreedt, ziet niets dat aan zorg doet denken. Gasten worden ontvangen bij het Warm Welkom waar ze koffie naar keus uit een professionele bonenmachine kunnen krijgen. Of thee of frisdrank. Gebak en koekjes zijn er ook. Vers gebakken, iedere dag.

We nemen rond de klok van 9.00 uur plaats in de brasserie waar de hospitalitymedewerkers binnendruppelen. Van Brandenburg heeft de collega's, die op andere locaties werkzaam zijn, die ochtend zelf opgehaald. Er zijn interviews gepland.

Veel delen

Van Brandenburg is als teammanager Ontvangst en Gastvrijheid bij Zinzia verantwoordelijk voor de afdelingen Warm Welkom (ontvangst), cafés, restaurants, catering, evenementen en telefonie/facilitaire services.

Ze laat weten dat ze werkt voor mensen die vroeger een baan hadden, een gezin, mensen die midden in het leven stonden, maar ziek werden. En afhankelijk. "Zo fijn dat we voor deze mensen iets kunnen betekenen, zodat zij ertoe blijven doen."

Dat doet ze met haar team. Over de samenwerking: "We praten veel, we delen het nodige en het team krijgt veel complimenten, niet alleen van mij. Gastvrijheid zit vaak in kleine dingen. Even een karaf water met citroen klaarzetten als het warm weer is bijvoorbeeld, de mensen laten ervaren dat ze gezien worden."

Citaat op kranten

De hospitalitymedewerkers houden zich bezig met horeca en zorg, ofwel zorghoreca. Gastvrijheid verlenen, aandacht schenken aan gasten. Namen onthouden, weten wat ze drinken, wat ze eten, wat eraan scheelt. En ook andere dingen, zoals iedere dag een citaat plaatsen op de kranten die naar de bewoners op de afdelingen gaan.

Deze dag is dat: 'Wacht niet op een goede dag. Maak er een!' Krant voor krant met de hand genoteerd. En zo zijn er meer zaken die de afdeling Ontvangst en Gastvrijheid voor haar rekening neemt.



Lees verder ››



Carla Willemsz: "Wij willen degenen zijn die het voor de bewoners zo leuk mogelijk maken."

Yoga brengt rust
Carla Willemsz heeft een hobby die ontspanning biedt: hatha yoga. "Het werk kan hectisch zijn. Dankzij yoga kom ik beter in balans en vind ik rust. Goed voor lichaam en geest."

Carla Willemsz

"Ik heb met deze doelgroep een echte band"

In het verleden deed ze onder meer receptiewerk in hotels. Maar ze vond de sfeer te formeel, de echte verbinding met gasten bleef uit, zegt hospitalitymedewerker Carla Willemsz (38). Nu gaat dat stukken beter.

"ALS MENSEN LELIJKE DINGEN ZEGGEN IS DAT VAST NIET PERSOONLIJK VOOR MIJ BESTEMD"

"Ik heb met deze doelgroep een echte band", doelt Carla op de ouderen, de bezoekers en de revalidanten in Oranje Nassau's Oord. Waardering krijgt ze ook. Dat was er niet echt bij in haar vorige functies, zegt Carla, die behalve in de hotellerie ook in een speelparadijs en als helpende in de thuiszorg werkzaam was.

Ze fungeert nu als eerste aanspreekpunt. Bij opnames van cliënten bijvoorbeeld. Daarnaast doet ze van alles en nog wat: cateringaanvragen behandelen bijvoorbeeld.

Ze probeert de gasten persoonlijke aandacht te geven. "Medewerkers, bewoners, bezoekers, ze zijn voor ons even belangrijk. En ja, er zit ook een zorgaspect aan deze functie. Hier verblijven bewoners die lijden aan dementie. Regelmatig zijn ze even de weg kwijt. Dan brengen we ze terug naar de afdeling of bieden ze wat rust door een praatje te maken."

Het team
Het team waar ze deel vanuit maakt draait soepel. De leden zijn op elkaar ingespeeld, hebben eigen inbreng. "Er wordt naar ons geluisterd", zegt Carla. Haar inbreng? "Gastvrijheid. Dat zit in me. Ik hoop dat over te brengen."

Vooral de bewoners verdienen dat, vindt ze. "Niemand verblijft graag in een verpleeghuis. Wij willen degenen zijn die het voor de bewoners zo leuk mogelijk maken, de mensen het gevoel geven dat ze welkom zijn. Geldt ook voor de bezoekers, zodat zij naar huis gaan met het idee dat hun familielid het hier goed heeft."

Grauw en een snauw
Als gevolg van corona krijgt ook Carla wel eens te maken met een grauw en een snauw. Mensen kunnen ongeduldig reageren. Waarom moet ik dat mondkapje op? En meer uitingen van ongenoegen. "Als dat gebeurt blijf ik rustig. En als mensen onredelijk worden, heb ik een keurig weerwoord. Ik blijf positief. Als mensen lelijke dingen zeggen is dat vast niet persoonlijk voor mij bestemd, denk ik altijd maar."

Angeline Kock

"Ze zei: dat kaartje is me meer waard dan duizend euro"

Ze is dertien jaar werkzaam in De Lingehof te Bemmel. Hospitalitymedewerker Angeline Kock (58) staat klaar voor de mensen om ze op alle mogelijke manieren te helpen. "Voor praktische dingen maar ook als ze hun verhaal kwijt willen."



Angeline Kock: "Als team volgden we een gastvrijheidstraining."

Mensen blij maken, praatje maken, een band opbouwen. Zo omschrijft Angeline Kock in grote lijnen haar werk in het Grand Café en Warm Welkom van De Lingehof. Ze doet het vanuit zichzelf, puur natuur, zegt ze. "Opleidingen op dit gebied heb ik zelf nooit gevolgd, maar als team volgden we wel een gastvrijheidstraining. Het is een kwestie van vriendelijk zijn, behulpzaam. Dat zit in me."

Ze verstrekt een voorbeeld. Een man die een zware operatie voor de boeg had, kreeg van Angeline en haar collega's een kaartje met bemoedigende woorden. De vrouw van deze man bedankte haar met tranen in de ogen. "Ze zei: dat kaartje is me meer waard dan duizend euro. Zó mooi om mee te maken. Toen schoot ik zelf ook vol."

Man wilde blijven
Het echtpaar woont op grote afstand van De Lingehof, maar na de operatie wilde de man alleen daar revalideren, zegt Angeline. "Omdat het koffiedrinken bij ons hem zo goed beviel, zei hij. Leuk om dat te horen natuurlijk."

Een vrouw woonachtig op een gesloten afdeling, is zo mogelijk een nog grotere fan. "Als ze me ziet zegt ze: ach kindje, ben je er weer. Ja, moedertje ik ben er weer, antwoord ik dan. En dan glundert ze."

Nauwe banden
Ze laat weten dat hospitalitymedewerkers in veel gevallen nauwe banden met bewoners en hun familieleden onderhouden. Daarover: "Wij zijn van de koffie, het gebak, het eten, de gezellige dingen. In het Grand Café is het altijd knus en sfeervol."

"ALS ZE ME ZIET ZEGT ZE: ACH KINDJE, BEN JE ER WEER?"

Geen fan van computer
Wandelen met de hond, leuke dingen doen met de kinderen. Dat zijn de hobby's van Angeline Kock. En het omgaan met mensen tijdens haar werk. Administratieve activiteiten op de computer vind ze minder leuk. "Maar die horen erbij en ik red me ermee."

Lees verder ››



Anja Roks: "Als zes mensen aan tafel zitten zie je zes verschillende borden."

Anja Roks

"Als ze gaan praten vloeien er vaak tranen"

Ze werkt het leeuwendeel van haar tijd in verpleeghuis Rumah Kita (Indisch, Moluks) te Wageningen. Anja Roks (59) is gek op haar gasten. "Het is bijna familie."

Hart verpand
De hobby's van Anja Roks zijn koken en leuke dingen doen met haar beide kleinkinderen. Verder heeft ze haar hart verpand aan het werk in verpleeghuis Rumah Kita. Ze draagt tijdens de reportage een kebaya, een traditioneel kledingstuk uit Indonesië, herkenbaar voor de bewoners van Rumah Kita.

Het leuke bij Rumah Kita – 160 bewoners – is dat je de mensen persoonlijk kent, zegt ze. En ze aanpreekt met de achternaam of met oom of tante als ze dat willen.

Aanvoelen hoe het gaat met mensen. Daarop inspelen. "Aan de houding zie je al vaak of het goed gaat met iemand. Als mensen zich afzonderen of een beetje schichtig kijken, is er iets mis. Ga ik erbij zitten en vraag ik hoe het gaat. Vervolgens gaan ze praten en vloeien er vaak tranen."

Opluchting
Om toe te voegen dat hospitalitymedewerkers een "soort van psychologen" zijn. Niet alleen voor de bewoners, ook voor hun familieleden en voor collega's van andere afdelingen. "Wat je soms te horen krijgt, gaat heel ver. Maar zij zijn hun verhaal kwijt en dat lucht op."

Een behoorlijk groot aantal bewoners kampt met trauma's opgelopen tijdens diverse oorlogen. En verschillende mensen met dementie beginnen weer hun moederstaal te spreken. Anja: "Die mensen versta ik niet, maar ik snap meestal wat ze bedoelen. Een enkeling loopt alsmaar rondjes. Het kan nodig zijn om die naar zijn of haar kamer te begeleiden."

Diverse wensen
Uitserveren in het restaurant, is een ander onderdeel van het werk. De wensen zijn zeer divers, zegt Anja. "Als er zes mensen aan een tafel zitten, zie je zes verschillende borden. De een wil Hollands, de ander Indisch, één bolletje rijst of twee, veel groenten en weinig vlees of juist andersom? Diep bord of plat bord?"

Er verblijven normaal gesproken vijftig tot zestig gasten in het restaurant. Het komt voor dat die door één persoon worden bediend. "Voorgerecht, hoofdgerecht, nagerecht, koffie. Ja, dan heb je het heel erg druk. Gebeurt gelukkig niet vaak."

Corona
Ook aan de huizen van Zinzia gaat corona niet voorbij. November jongstleden was er een uitbraak in Rumah Kita: 130 besmettingen, meerdere bewoners overleden. Anja: "Ik vond het heftig. Ik praat daarover met een collega en m'n man, want je moet het wel verwerken."

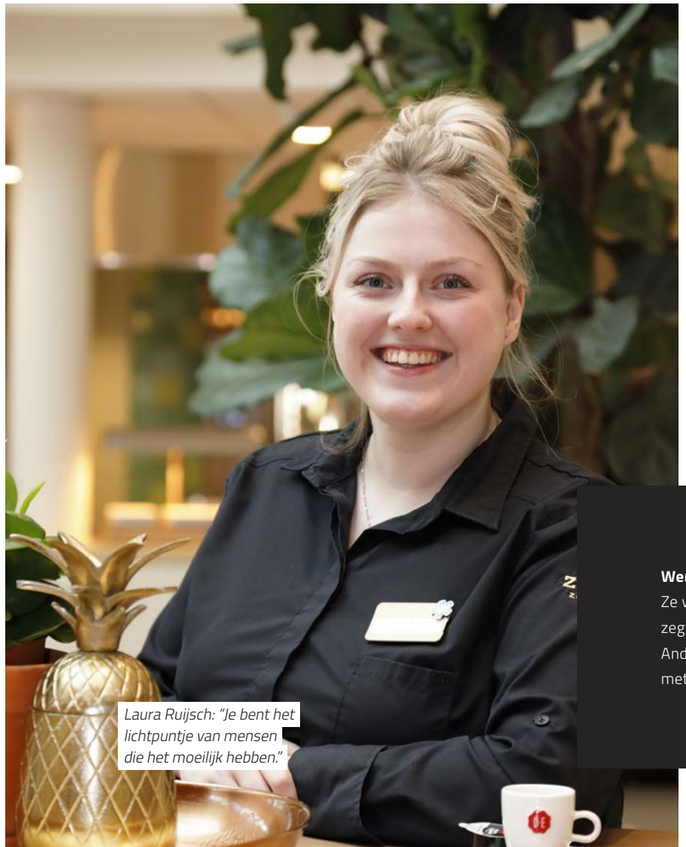
"WAT JE SOMS TE HOREN KRIJGT, GAAT HEEL VER"

Laura Ruijsch

"Sommige mensen huilen omdat ze hier weg moeten"

Laura Ruijsch (25) studeerde "voor juffrouw" (Pabo), rondde de Small Business School af, werkte in de horeca, wilde iets voor zichzelf beginnen, maar zag dat geblokkeerd door corona. Ze werkt nu als hospitalitymedewerker in De Lingehof te Bemmel.

"EEN CLIËNT SPREEK IK DE EERSTE DAG AAN MET MEVROUW, DE TWEEDE DAG IS HET AL TOOS"



Laura Ruijsch: "Je bent het lichtpuntje van mensen die het moeilijk hebben."

"In de horeca trof ik lachende gasten aan, net als hier, maar deze mensen lachen echt", zegt Laura, die zichzelf omschrijft als koffiemeisje. Fan van goede koffie. "Daarmee breng je mensen samen."

Op het moment van gesprek is ze twee maanden werkzaam in De Lingehof. Dat bevalt. "Je bent het lichtpuntje van mensen die het moeilijk hebben. Sommige mensen die klaar zijn met revalideren, huilen omdat ze hier weg moeten. Zó graag willen ze bij ons die kop koffie blijven drinken."

Te amicaal?
Hoe krijg je het zo ver? Een kwestie van echte aandacht en omgangsvormen, zegt Laura. "Een cliënt spreek ik de eerste dag aan met mevrouw, de tweede dag is het al Toos, de derde dag ga ik gezellig met haar een kopje koffie drinken. Als ze het noemen bij de voornaam te amicaal vinden, merk je dat wel, maar de meeste mensen zeggen zelf al snel: zeg maar je."

Altijd blijven lachen, is het devies van Laura. En als een van de andere hospitalitymedewerkers een mindere dag heeft, proberen de collega's haar uit de wind te houden. "Dan kan die persoon achter de bar haar werk doen en nemen anderen de bestellingen op."

Boos of verdrietig
Mensen die verdrietig of boos zijn, kunnen rekenen op speciale aandacht. Laura: "Ik probeer tijd voor ze te maken. Samen een kop koffie drinken, praten over het probleem, of juist over iets leuks. Daar bloeien ze van op."

Hoewel het Grand Café en het Warm Welkom geopend bleven, had ook Zinzia te maken met beperkingen vanwege corona. Maar straks als die beperkingen er niet meer zijn, komen er kansen, zegt Laura. "We zouden ons meer kunnen richten op eenzame ouderen in de buurt. Of iets doen voor vluchtelingen of verenigingen."

Werk als hobby
Ze werkt 32 tot 40 uur in de week en dat mogen er ook 50 worden, zegt Laura Ruijsch. "Ik werk graag en veel. Werken is mijn hobby." Andere hobby's van haar zijn: wandelen met de hond, koffiedrinken met vriendinnen op een terras en "even naar mijn ouders".

Zorgpartners Midden-Holland maakt zorg duurzamer

STAP VOOR STAP RICHTING ZILVER

Zorgpartners Midden-Holland streeft naar een hoge kwaliteit van leven voor cliënten en medewerkers en naar een grote mate van duurzaamheid. De organisatie behaalde binnen het kader van de Green Deal Duurzame Zorg voor al haar locaties Brons. Stap voor stap wordt de weg naar Zilver afgelegd.



Martin Poot: "We streven naar een duurzamer menu met gezonde gerechten die bijdragen aan een vitale levensstijl."

Het verlagen van de CO2-uitstoot krijgt veel aandacht van Zorgpartners Midden-Holland. Deze organisatie met onder andere dertien locaties in Gouda en omgeving, houdt zich hoofdzakelijk bezig met ouderenzorg.

Duurzaamheid omvat de gehele organisatie. "Alles hangt daarbij met elkaar samen", zegt inkoper Nicole Faber.

Minder waste

Voeding is een onderdeel van het duurzaamheidsstreven. Maatregelen die verspilling tegengaan, worden doorgevoerd. Beter voor het milieu én ze leveren besparingen op. Faber: "Aan de ene kant kopen we duurzame producten, zoals vis en vlees, die wat duurder zijn, aan de andere kant besparen we door waste tegen te gaan."

Zorgpartners Midden-Holland heeft een centraal duurzaamheidsteam samengesteld. Daarnaast zijn er per locatie duurzaamheidsteams actief. Het centrale team brengt in kaart wat er al gebeurd is en stelt vast wat er nog moet gebeuren. De regionale teams zetten stappen op hun locaties, zoals het gebruik van een 'greenmachine' die ervoor zorgt dat voedselafval als meststof van tuinen ingezet kan worden.

Green Deal

De MPZ Milieuthermometer, onderdeel van de Green Deal Duurzame Zorg, waar Zorgpartners bij is aangesloten, maakt duidelijk in hoeverre de organisatie en de locaties duurzaam te werk gaan. Alle locaties zijn inmiddels Brons-gecertificeerd. Faber: "We willen nu de bewustwording van alle betrokkenen verder vergroten. Stap voor stap gaan we richting Zilver."

De Milieuthermometer biedt inzicht en houvast en geeft aan welke stappen er gezet kunnen worden. En verschaft inzicht in de duurzaamheidsactiviteiten van andere zorgorganisaties.

Rol van leveranciers

De leveranciers spelen in het duurzaamheidsstreven een belangrijke rol. Faber: "Zorgboodschap, partner voor eten en drinken, verstrekt ons productinformatie zodat de mensen, die voor ons bestellen, weten wat ze in huis halen. Zijn die producten wel of niet duurzaam, wel of niet gezond? Superbelangrijk dat onze medewerkers daar inzicht in krijgen."

"Daarnaast", zo vervolgt ze, "levert Zorgboodschap ons producten met de juiste keurmerken. Duurzame vis, vlees en groenten. We overwegen verdergaande stappen zoals het invoeren van een vis- en vleesloze dag in de week. En zo zijn er nog veel meer plannen. Als het gaat om duurzaamheid ligt er nog een hele wereld voor ons open."

Duurzaamheidsanalyse

Martin Poot, leidinggevende service bij locatie de Hanepraij, laat weten dat de duurzaamheidsanalyse van Zorgboodschap heeft geholpen bij het sturen op duurzaamheid. "Hierdoor hebben we op onze locatie een vleesloze dag ingevoerd." Ook op het gebied van schoonmaakartikelen zijn er stappen gezet, zegt Pauline Avontuur, coördinator huishouding. "De producten die we nu gebruiken zijn duurzamer, een bijkomend voordeel is dat we minder van het product hoeven te gebruiken."

ZORGBOODSCHAP
Onderdeel van Boon Food Group



UITBLINKERS AWARDS

Ken jij een topper die een prijs verdient?

Zoals zoveel dingen zijn ook de Uitblinkers Awards voor de zorg een paar keer uitgesteld. Maar ze komen er nu toch echt aan. Ken jij één of meer toppers op het gebied van muziek, innovatie of vakmanschap? Of ben je er zelf een? De finales vinden plaats tijdens Zorgtotaal in Jaarbeurs Utrecht, de vakbeurs die plaatsvindt van 14 tot en met 16 juni 2022. Op een nog nader te bepalen dag worden de awards uitgereikt.

De aanmeldingen die tot nu toe zijn binnengekomen, blijven staan. Deelnemers krijgen t.z.t. bericht. De jury bestaat uit: Maarten Bijlsma (voorzitter), Dinesh Kesharie, Ignar Rip, Barteld Oppers en Peter Sol.

Drie categorieën

De winnaars van de drie categorieën ontvangen niet alleen een bokaal en een oorkonde, maar ook een geldprijs van €250,-. Ter beschikking gesteld door WijGastvrij. De wedstrijd wordt georganiseerd door het vakblad Uitblinkers, de nieuwssite Uitblinkersindezorg.nl en WijGastvrij. Dit gebeurt in samenwerking met de Vakbeurs Zorgtotaal. De prijzen worden tijdens een muzikale finale uitgereikt.

Het gaat om drie awards: Uitblinkers Music Award 2022, Uitblinkers Innovatie Award 2022 en Uitblinker van het Jaar 2022. Inzenden is mogelijk tot 10 mei 2022. Ga naar 'Awards' op www.uitblinkersindezorg.nl.

"ZOEK NOOIT HET GELUK, WANT JE ZOEKT JE EEN ONGELUK"

August Willemsen, vertaler en auteur

COLUMN



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

Troost-eten, voor geluksmomenten in de ouderenzorg

Kent u dat, gerechten die troost geven? Eten dat heerlijk ruikt, lekker smaakt en warme herinneringen oproept. Bij troostrijk eten denk ik meteen aan wentelteefjes; witte boterhammen in melk, kaneel en losgeklopt ei, bruin en krokant gebakken in de roomboter en bestrooid met poedersuiker. Toen ik een jaar of tien was bakte mijn moeder wentelteefjes voor me. Ik vond het zo gezellig. Als ik nu, veertig jaar later, zelf achter de koekenpan sta en die boterige kaneelgeur ruik, komt dat warme gevoel direct bij mij boven.

Op zoek naar de betekenis van troost-eten bij anderen plaatste ik laatst een oproep op sociale media: "Wat betekent voor jou troostrijk eten ?". Het leverde overheerlijke antwoorden én een belangrijk inzicht op: iedereen ging terug naar zijn of haar jeugd en noemde een gerecht uit de keuken van moeder of oma. De heerlijkste gerechten kwamen voorbij, denk aan witlof uit de oven, verse kippensoep, broodpudding, captain's dinner, rodekool met hachee en huzarensalade . Stuk voor stuk traditionele Hollandse gerechten, gerechten waar we soms wel wat schamper over doen, maar die kennelijk heel veel warme en troostrijke gevoelens losmaken.

Ook in de ouderenzorg werk ik regelmatig met troost-eten, gerechten waarvan ik weet dat ze bij veel mensen troostrijke herinneringen oproepen. We praten we over de recepten, we snijden, schillen en koken, we ruiken de geuren en als laatste genieten we van het resultaat. Het werkt zo goed; het prikkelen van al die zintuigen roept herinneringen en gevoelens op die een belangrijke rol spelen bij het genieten van het leven.

Kortom, wil je bewoners van het verpleeghuis een maaltijd serveren die troost en warmte biedt, maak dan samen met de mensen een tijdreis naar hun jeugd en breng een bezoek aan de keuken van hun moeder.

Festival van de Gastvrijheid op 19 mei

NA TWEE JAAR CORONA IS URGENTIE DES TE GROTER



Het Festival van de Gastvrijheid dat drie keer moest worden afgelast, verliest haar urgentie niet. Integendeel, na twee jaar corona is het alleen maar belangrijker geworden om samen met collega's te ontspannen, zegt Paul Hoogmoed van WijGastvrij. Op 19 mei gaat het gebeuren.



Programma

11.00 Ontvangst
11.30 Aftrap Milo Berlijn
11.45 Annemarieke Driessen
12.30 Verwenlunch
13.30 Geluksquiz
14.15 Drankje met iets lekkers
14.30 Richard de Hoop
15.30 Afsluiting Milo Berlijn
16.00 Borrel

KOFFIE, DRANKJES, VERWENLUNCH EN BORREL NA AFLOOP ZITTEN BIJ DE PRIJS INBEGREPEN

"HET FESTIVAL VAN DE GASTVRIJHEID GAAT ER HOE DAN OOK KOMEN"

Drie keer eerder plaatste WijGastvrij het Festival van de Gastvrijheid op de agenda: 26 maart 2020, 3 november 2020 en 16 november 2021. Drie keer uitverkocht. Drie keer trok corona er een streep door. Ondertussen organiseerde WijGastvrij drie online festivals met bijbehorende challenges die wél doorgingen.

Het Festival van de Gastvrijheid staat nu gepland voor 19 mei 2022. Met dezelfde entertainers. De winnaars van de verschillende online challenges zijn uitgenodigd om als VIP aanwezig te zijn. Voor hen is er een speciaal arrangement en zijn er prijsjes.

Doorzetten

Hoe kijkt het bestuur van WijGastvrij ertegenaan? We leggen de vragen voor aan penningmeester Paul Hoogmoed die een groot deel van de organisatie van het festival op zich heeft genomen. Iedere keer ervoor gaan, en iedere keer het festijn weer af moeten gelasten. Is dat niet om moedeloos van te worden?

Hoogmoed schudt het hoofd, nee, hij wordt er zeker niet moedeloos van. "Het is vervelend dat je tot drie keer toe mensen die zich hebben aangemeld, moet teleurstellen. Maar wij zijn als bestuur van WijGastvrij nog steeds overtuigd van het nut van dit festival. Een paar uur geluk, een paar uur plezier maken, samen met je collega's er een dagje uit, genieten van acts, kennisnemen van een andere kijk op het vak. Na twee jaar corona is het des te meer noodzakelijk, vinden wij, om de zinnen eens te verzetten. Daarom zetten wij door."

Gunstige voortekenen

We spreken Hoogmoed eind januari. De voortekenen zijn gunstig. De regering heeft versoepelingen afgekondigd omdat de omikron-variant, die de overhand heeft gekregen, weliswaar zeer besmettelijk is, maar niet zo ziekmakend.

Het einde van de pandemie lijkt in zicht, melden vooraanstaande virologen. Er gloort hoop. Maar Hoogmoed houdt een slag om de arm. "Het is in mijn ogen 95 procent zeker dat het festival op 19 mei doorgaat. Honderd procent zekerheid zou ik niet durven geven."

En als jullie het nu weer moeten afblazen? Dan zal WijGastvrij het festival voor de vijfde keer gaan plannen. En later desnoods voor de zesde keer. Hoogmoed: "Het Festival van de Gastvrijheid gaat er hoe dan ook komen."

Het voorjaar

WijGastvrij koos bewust voor een datum in het voorjaar. In dat jaargetijde en in de zomer zijn er minder besmettingen, zo is de afgelopen twee jaar gebleken. Dus meer kans op het kunnen bieden van een veilige omgeving voor festivalbezoekers.

Hoogmoed: "We willen het veilig doen. De laatste keer op 16 november jongstleden hadden we het festijn door kunnen laten gaan, er was geen verbod, maar we wilden het risico met al die zorgmedewerkers niet nemen, en hebben daarom besloten om het festival af te gelasten."

Fier overeind

De opzet van het Festival van de Gastvrijheid staat nog steeds fier overeind. De dag staat in het teken van geluk, plezier en met kleine dingen het verschil maken. Koffie, drankjes, verwenlunch en borrel na afloop zitten bij de prijs inbegrepen.

Milo Berlijn, Annemarieke Driessen en Richard de Hoop zijn de artiesten van de dag. De eerstgenoemde is een bekende voor veel medewerkers in de zorg. Annemarieke Driessen laat weten hoe je omgaat met tegenslag. Op haar 24ste kreeg ze te maken met een acute dwarslaesie. Ze weet mensen te raken en heeft een zwak voor gastvrijheidsmedewerkers in ziekenhuizen die het leven van patiënten draaglijk maken. Ze maakte het zelf mee.

Veerkracht en samenwerken

Richard de Hoop gebruikt muziek om zijn boodschap over te brengen. Een boodschap die gaat over veerkracht en samenwerken. En over kleine dingen die het verschil maken, zoals lekkere, gezonde gerechtjes bijvoorbeeld. Ook hij praat uit eigen ervaring.

Deelnemen aan een quiz is ook mogelijk. Kyra van Daatselaar presenteert de Geluksquiz. Via je smartphone kun je daaraan deelnemen en kom je in aanmerking voor een prijs. Voordat de afsluitende borrel om 16.00 uur van start gaat, sluit 'entertrainer' Milo Berlijn, die ook de aftrap verricht, het officiële programma af.

Aanmelden

Het evenement vindt op 19 mei plaats in Theater de Speeldoos te Baarn. Kosten voor de geheel verzorgde dag bedragen €50. Leden van WijGastvrij krijgen €10 korting. Kaarten zijn verkrijgbaar via www.wijgastvrij.nl, zie Evenementen.

PROBEER





Arla

ARLA SKYR

Arla Skyr is een heerlijke yoghurt in IJslands Stijl. Van nature rijk aan eiwit, 0% vet en toch lekker romig. Héérlijk voor een ontbijt met granaatappel pitten en blauwe bessen.

Alle maaltijdtransportoplossingen onder één dak!

Hofland bedient u van A tot Bed met het juiste advies

hofland GROOTKEUKEN & MAALTIJDTRANSPORT

PROACT roomservice "on demand"
Houdt actief warm & koud gescheiden op 1 dienblad





rational PRODUCTION

Binnen 10 minuten op 90°C en 6°C
230 Volt, instelbaar tot maximaal 100°C. Vraag een demo aan!
www.hoflandgrootkeuken.nl/pro-act

scan mij

NIEUW! ZeroEffort
Unitray met unieke aandrijving en intuitieve bediening











Unitray regeneerwagen met onderhoudsvrije ZeroEffort is beschikbaar als Cook & Serve, Cook & chill voor 20, 24, 26 of 30 dienbladen.
www.hoflandgrootkeuken.nl/zero-effort

Onze dienbladwagens
Voor op de afdeling of vanuit de centrale keuken



temptainer SDX

Warm, koud of neutraal. Maatwerk ook mogelijk.
www.hoflandgrootkeuken.nl/SDX

Vraag een bezoek aan bij u op locatie of bezoek onze showroom in Ridderkerk!

Zorgtotaal
14 t/m 16 juni 2022 in Jaarbeurs Utrecht

Contacteer ons voor uw vraagstuk of vraag vrijblijvend onze uitgebreide maaltijdtransportbrochure aan!
T: +0180 417 533 E: verkoop@hoflandgrootkeuken.nl W: www.hoflandgrootkeuken.com

Het effect van muziek

MEER NOTEN OP JE ZANG HEBBEN

Bij Keukentijgers hebben we elke maand een ander thema centraal staan voor gastvrouwen, gastheren en andere zorgprofessionals. In februari draaide het om muziek. Wat kun je daarmee?



** Wenda Linthorst houdt zich al bijna tien jaar bezig met neuromarketing en nudging. Eerst via Consumatics voor diverse markten en nu specifiek gericht op de zorg, met Keukentijgers.*

De zorgprofessionals hebben het afgelopen jaar via 5-minutentrainingen thema's voorbij zien komen, gericht op goed eten, maar ook op ambiance en persoonlijke ontwikkeling. In februari draaide het om 'Meer noten op je zang hebben'. Van een handje nootjes voor jou, tot gemakkelijke recepten voor bewoners. En van jouw ambitie tot... muziek! Ik heb in het verleden met Consumatics onderzoek naar het effect van muziek mogen doen. Graag deel ik een paar tips.

1. Achtergrondmuziek aan
Diverse onderzoeken hebben aangetoond dat mensen meer eten bij muziek. Deze resultaten kwamen bij ons ook terug in de onderzoeken. Als het stil is, ervaren mensen minder plezier. En daardoor stoppen ze eerder met eten. Overigens raad ik niet altijd aan om bij de belangrijke eetmomenten zoals ontbijt, lunch en diner in de zorg muziek af te spelen. Het kan onrustig zijn voor de bewoners. Kijk goed naar wat er past bij de groep en of muziek überhaupt een optie is. Maar over de dag heen in de woonkamer een muziekje op de achtergrond, raad ik wel aan.

2. Kies 's ochtends rustigere muziek
Restaurantketens hebben vaak vijf verschillende afspeellijsten, omdat mensen gedurende de dag andere wensen hebben en anders reageren. Ik heb bijvoorbeeld weleens gezien dat mensen bij 'luxe' klassieke muziek significant meer luxe producten nemen, zoals een cappuccino met een croissantje. Bizar idee toch?

Kort door de bocht kun je zeggen dat mensen zich langzamer gedragen bij langzamere muziek. Wil je 's ochtends de tijd nemen voor een 10-uurtje? Speel dan rustige muziek af. En wil je juist dat mensen vanaf een uur of vijf wat actiever worden zodat ze fris de avondmaaltijd in gaan? Maak dan de muziek iets meer uptempo.

3. Kies eens thema-muziek
Heb je een keer een thema zoals 'Italiaanse avond' met een pizza of pasta? Zet dan ook eens Italiaanse muziek op. Daardoor smaakt het beter en realiseren mensen zich meer wát ze eten.

4. Lekker doorwerken met muziek
Maar natuurlijk: vergeet jezelf en je collega's niet. De tijd gaat sneller en je werkt ook harder met de juiste muziek op, zoals een meezing-liedje tijdens het opruimen. Probeer ook eens uit waar jij en je collega's lekker op werken.

Tip: Beluister op Spotify eens de lijst diner-muziek van Keukentijgers. Zorg jij ervoor dat de bewoners geweldig hebben genoten, mede door de muziek? We zijn heel benieuwd welke nummers hen aanspreken!

"IK HEB WELEENS GEZIEN DAT MENSEN BIJ 'LUXE' KLASSIEKE MUZIEK SIGNIFICANT MEER LUXE PRODUCTEN ETEN"

Wat zit er allemaal in kruidenmixen?

DE ONGE-ZOUTEN WAARHEID

Zout moeten we maar niet meer eten. Maak liever gebruik van andere smaakmakers, zoals kruiden en kruidenmixen. Maar de laatste categorie is omstreden, blijkt uit onderzoek van de Consumentenbond. SVH Meesterkok Michel Hanssen helpt ons bij het vinden van de ongezouten waarheid over kruiden.

Foto's: Bart Nijs



Michel Hanssen: "Kruiden zijn in hun zuivere vorm altijd veilig, mits ze op de juiste manier worden gebruikt."

Dat we moeten minderen met zout in het eten is bekend. Beter voor de gezondheid. Kruiden en specerijen kunnen daarvoor in de plaats komen. Het zijn gezonde smaakmakers. Maar hoe brengen we dat in praktijk? En kan de industrie ons daarbij een handje helpen,bijvoorbeeld door het leveren van kruiden en kruidenmixen?

Als het gaat om kant-en-klare kruidenmixen is het oppassen geblazen. Deze bestaan in veel gevallen uit weinig kruiden en specerijen en een groot percentage goedkope vulling, zo blijkt uit onderzoek van de Consumentenbond.

Goedkope ingrediënten

De Consumentenbond onderzocht mixen voor vlees, vis, maaltijden en sauzen. De uitkomsten zijn ronduit slecht. Fabrikanten gebruiken dikwijls goedkope ingrediënten in deze mixen: zout, paneermeel, suiker en groentepoeder. Veel kruidenmixen zitten zelfs "bomvol" met zout, aldus de onderzoekers.

Mixen voor vlees bevatten het meeste zout, tot maar liefst 77%. Commentaar van de bond: "Zonde van je geld en slecht voor je gezondheid. Je krijgt namelijk te makkelijk te veel zout binnen."

Om te concluderen: "Dit soort zoute mixen draagt eraan bij dat zo'n 80% van de Nederlanders te veel zout binnenkrijgt."

Zoutbeperkt eten

We nemen contact op met SVH Meesterkok Michel Hanssen. Na zijn hartaanval, negen jaar geleden, legde hij zich volledig toe op lekker en zoutbeperkt eten. Hij moest als hartpatiënt zoutarm gaan eten, maar wilde dat wel met smaak doen.

Hanssen ging zich toeleggen op het samenstellen van strooimelanges, kruidenmixen en sauzen. Zuivere smaakmakers, zonder zout of andere vulmiddelen. In de boekenserie "Spice Wise, koken met kruiden- en specerijenmixen zonder zout" beschrijft Hanssen hoe je lekker kunt koken zonder zout. De recepten zijn voor iedereen toepasbaar, maar vooral een uitkomst voor hart- en nierpatiënten, die zo weinig mogelijk zout (natrium) tot zich moeten nemen.

"EEN VROUW SCHREEF: MIJN MAN IS NIERPATIËNT. DANKZIJ UW RECEPTEN EET HIJ WEER"

"SOMMIGE KRUIDEN BEVATTEN, EVENALS KRUIDENMIXEN, VULMIDDELEN"

Spice Wise Green

Veel mensen die geen zout meer mogen, eten dankzij de recepturen in de genoemde boeken weer met smaak, zegt de meesterkok. Zo nu en dan ontvangt hij complimenten. "Een vrouw bedankte me. Ze schreef: mijn man is nierpatiënt. Dankzij uw recepten eet hij weer."

Het jongste boek in de serie is getiteld 'Spice Wise Green'. Met als ondertitel: 'Smaakvolle groenten met kruiden en specerijenmixen zonder zout'. Het bestaat uit drie delen. Een deel over strooimelanges, een deel over kruidenmixen en een deel over sauzen. De melanges, de mixen en de sauzen zijn zoutloos en van toegevoegde waarde voor de smaak.



Aanpassen aan jouw smaak

De boeken Spice Wise, Spice Wise Too en Spice Wise Green helpen bij het aanleren én volhouden van een zoutbewuste leefstijl. Ze gaan over genieten, over ontdekken en over spelen met smaken, aldus auteur Michel Hanssen. "Stap voor stap leer je hoe je je de kruidenmixen helemaal eigen kunt maken. Zo kun je ze aanpassen aan jouw smaak en manier van koken. Al ruikend, proevend, proberend en ervarend gaat er een wereld voor je open." Het jongste boek Spice Wise Green bevat naast andere bijdragen 22 strooimelanges, 24 kruidenmixen en 28 sauzen, chutneys en condimenten (toevoegingen). Informatie over de boeken van Hanssen vind je op www.spicewise.nu.

Lees verder ››

Veel werk om te maken?
Het zelf maken van strooimelanges en kruidenmixen lijkt bewerkelijk. Maar het voordeel is dat je zuivere producten bereidt. Je kunt de melanges en de mixen een jaar tot anderhalf jaar bewaren, mits je dat onder de juiste omstandigheden doet: op een donkere, koele en droge plek. Kruidenspecialist Michel Hanssen: "Als je één keer zo'n melange of mix maakt (mise-en-place), kun je die voorraad vaker gebruiken. De hoeveelheid extra werk valt dan reuze mee."

Bloemkool Strooimelange
Per strooimelange, kruidenmix of saus – stuk voor stuk samengesteld door Michel Hanssen – wordt aangeven hoe je die kunt maken en kunt toepassen in verschillende vegetarische gerechten. Neem bijvoorbeeld de Spice Wise Bloemkool Strooimelange (zie kader).

Deze melange kun je toevoegen aan broccoli, romanesco, bimi, paarse bloemkool en groene bloemkool. Hanssen laat weten dat de Bloemkool Strooimelange vol zit met kruidige, aardse en nootachtige aroma's. "Doordat bloemkool en broccolisoorten goed zijn in het opnemen van andere smaken kan er een spannende wisselwerking ontstaan tussen deze groenten en de specerijen."

Vervolgens geeft hij aan hoe je bloemkool kunt roosteren en hoe je broccolirijst kunt maken. Ook verstrekt Hanssen het recept van bloemkool à la Polonaise, ofwel bloemkool op Poolse wijze. En zo staat het boek, evenals de twee andere boeken van Hanssen, vol met recepturen en culinaire suggesties. Allemaal zonder zout.

Zijn kruiden veilig?
Maar zijn kruiden altijd veilig voor hart- en nierpatiënten? Hanssen: "Ja, kruiden zijn in hun zuivere vorm altijd veilig, mits ze op de juiste manier worden gebruikt. Maar kijk wel op het etiket. Sommige kruiden bevatten, evenals kruidenmixen, vulmiddelen. Nootmuskaat is bijvoorbeeld in veel gevallen aangevuld met andere bestanddelen."

Door het etiket te lezen kun je erachter komen om welke bestanddelen het gaat. Als er E-nummers staan vermeld, kun je opzoeken waar die voor staan.

Hanssen voegt toe dat zout altijd vermeden moet worden. Ook zeezout of zout uit de Himalaya. "Zout is zout. Waar het ook vandaan komt. Hart- en nierpatiënten zouden daarom geen zeewier, zeekraal of lamsoren moeten eten, omdat die afkomstig zijn uit de zee, dus zout bevatten."



Spice Wise Bloemkool strooimelange

Receptuur
- 3 delen nootmuskaat, gemalen
- 2 delen witte peper, gemalen
- 1 deel kurkuma, gemalen
- 1 deel komijnzaad, gemalen
- 1 deel venkelzaad, gemalen
- 3 delen mosterdzaad, gemalen
- 1 deel fenegriek, gemalen
- 2 delen selderijzaad, gemalen

Recepten voor de kruidenmengsels worden weergegeven in delen. Een deel is dan bijvoorbeeld een theelepel of eetlepel. Afhankelijk van hoeveel je van de mix wil maken, vergroot je simpelweg de delen. Zolang je voor alle delen dezelfde schep of lepel gebruikt, is de mix dan altijd in balans. Een weegschaal is niet nodig. In afgesloten potjes is de droge mix lang houdbaar.

Bloemkool à la Polonaise

Ingrediënten:
- 1 bloemkool
- 100 gram zoutloze boter
- 2 eieren, hard gekookt en grof gehakt
- 1 eetlepel Spice Wise Bloemkool Strooimelange
- 6 eetlepels Panko (Japans paneermeel) of zelfgemaakt zoutloos paneermeel
- 4 eetlepels verse peterselie, fijngehakt

Bereiding:
1. Kook de hele bloemkool 20 minuten in ruim water.
2. Laat hem uitlekken en dep droog.
3. Houd de bloemkool warm in de pan of onder folie.
4. Smelt de boter en laat hem uitbruisen, maar niet verkleuren.
5. Doe de eieren, de Spice Wise Bloemkool Strooimelange, panko en peterselie erbij en meng alles goed.
6. Verdeel het warme mengsel over de bloemkool en serveer meteen.
7. Hak de hardgekookte eieren fijn.
8. Smelt de boter tot deze niet meer bruist en nog niet is gekleurd.
9. Voeg nu alle ingrediënten in één keer erbij en roer glad.
10. Schep en verdeel het warme mengsel meteen op de warme bloemkool.

Serveer direct.

Recepten van SVH Meesterkok Michel Hanssen uit het boek 'Spice Wise Green. Smaakvolle groenten met kruiden en specerijenmixen zonder zout.'



@FvdMosselaar
"Morgenavond ga ik koken voor mijn ex-vrouw. Werkt in de zorg en is een kanjer, nooit ziek, altijd maar door... zo kan het ook."

Catharina Hettinga
"Bakbloedworst en balkenbrij. In deze winterperiode zijn dat herinneringen aan vroeger en dus herkenbaar."
Catharina is gastvrouw/kok bij Vila Nuova.

Joery Hollemans
"Ik ben ontzettend trots op onze maaltijdbezorgers die (ondanks hun eigen leeftijd) toch elke dag klaarstaan om maaltijden te bezorgen bij (kwetsbare) ouderen in onze gemeente."
Joery is chef-kok bij Riederborgh.

@FvdMosselaar
"Cliënt belt. Is opgenomen na hartstilstand. Geluk gehad door reanimatie. Maar ja, dat ziekenhuiseten. Meneer lust geen gekookte aardappelen, dus ging wel vragen of zijn kinderen frietjes kwamen brengen. Ik wilde echt schreeuwen door de telefoon."

Rixt Baas
"Zorgmedewerkers zijn een veel te groot deel van hun tijd bezig met verslaglegging van niets. Ze werken in de zorg en niet in een administratieve functie. Laat iedereen gewoon doen waar hij of zij goed in is."

@ZwanyHuiting
"Soms zijn zaken simpel: lekker eten maakt ouderenzorg goedkoper."

Judith van Heerde
"Ga maar in de zorg werken. Dat is mooi werk. Flink aanpakken en de boel wat opfleuren, dat kun jij wel, zei m'n moeder."
Judith is coach met verschillende specialiteiten.





"VRIJHEID IS NIET HETZELFDE ALS ONGEBONDENHEID. VRIJHEID IS HET VERMOGEN OM KEUZES TE MAKEN EN JE AAN DATGENE TE BINDEN WAT HET BESTE VOOR JE IS"

Paulo Coelho, Braziliaans schrijver

JAARVERGADERING 2021

Bestuur WijGastvrij is herbenoemd

Het voltallige bestuur van WijGastvrij is tijdens de Algemene leden-/jaarvergadering van 20 januari jongstleden herbenoemd. Het jaarverslag van 2021 is goedgekeurd. De jaarvergadering over 2021 was naar voren gehaald in verband met het statutair voorgeschreven herbenoemen van het bestuur. Dat was voor een periode van vier jaar gekozen, terwijl het al vijf jaar zitting heeft. Door toedoen van perikelen, die ontstonden door corona, was de herbenoeming er vorig jaar bij ingeschoten.

Dat is nu rechtgetrokken, zo bleek tijdens de digitale jaarvergadering van 20 januari. Voorzitter Michel Overwijk liet weten dat er geen aanmeldingen waren van kandidaten die zitting wilden nemen in het bestuur. De vijf zittende bestuursleden werden herbenoemd voor een tweede termijn.

Leemans vervangt Keizer

Het bestuur werd decharge verleend. De algemene ledenvergadering keurde de financiën en de uitvoering van het beleid goed. Herman Keizer trad af als lid van de kascontrolecommissie omdat zijn termijn erop zit. Hans Leemans zal hem vervangen, zo werd vastgesteld.

Voorzitter Overwijk liet enkele activiteiten van WijGastvrij in het kort de revue passeren: excursie in Rotterdam, Wijs Academie, het komende Festival van de Gastvrijheid, sociale media en de overige media, zoals het magazine Uitblinkers en de websites Wijgastvrij.nl en Uitblinkersindezorg.nl.

Ook de Uitblinkers Awards die tijdens de beurs Zorgtotaal van 14 tot en met 16 juni 2022 te Utrecht worden uitgereikt werden belicht. Overwijk: "Laten we hopen dat we elkaar de komende tijd weer fysiek kunnen ontmoeten." Leden kunnen het jaarverslag 2021 en het financieel jaarverslag 2021 op de site van WijGastvrij bekijken.

VITAM

Traktatie voor ruim 80 zorginstellingen

Je hoort en ziet het regelmatig. Bewoners en medewerkers van zorginstellingen en ziekenhuizen die aandacht en attenties krijgen van bedrijven. Zo werden medewerkers van ruim 80 zorginstellingen en 10 ziekenhuizen getrakteerd op soep. Met dank aan cateraar Vitam en coöperatie VGZ. Het initiatief was een hart-onder- de riem-steker voor zorgmedewerkers die nog steeds zware tijden doormaken als gevolg van corona.

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.

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: Lisette Bossert, Geert Hilferink, Wenda Kielstra 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)*

AGENDA*

23 MRT
Het Jaarcongres Zelforganisatie 2022. Teams moeten in de zorg in toenemende mate zelfredzaam zijn. Maar zelfsturing mislukt vaak. Waar gaat het mis? En hoe moet het wel? Ervaringsdeskundigen komen met antwoorden.
www.managersacademie.nl

22-23 APR
De Zorg en welzijn Carrièrebeurs richt zich op (bijna) afgestudeerde zorg- en welzijnkandidaten. Op deze beurs kunnen zij in contact komen met interessante werkgevers, belooft de beursorganisatie. En andersom is dat natuurlijk ook het geval.
www.carrierebeurs.nl

19 MEI
Het Festival van de Gastvrijheid staat opnieuw gepland. Opnieuw nodigt WijGastvrij je uit voor een paar uur geluk. "Een dag om jullie te bedanken, te laten lachen, te raken na een hectische tijd." Van 11.00 tot 16.00 uur in de Speeldoos in Baarn. Richard de Hoop, Milo Berlijn en Annemarieke Driessen gaan je verrassen en inspireren.
www.wijgastvrij.nl/evenementen



25 MEI
Masterclass De Psychologie van het Beïnvloeden. Je maakt kennis met de nieuwste psychologische inzichten op het gebied van gedragsbeïnvloeding, belooft de organisatie. Je leert op een andere manier het gedrag van medewerkers te bekijken en ermee om te gaan.
www.managersacademie.nl

14-16 JUN
De Vakbeurs Zorgtotaal is vastgesteld van 14 tot en met 16 juni in Jaarbeurs Utrecht. Met als thema: samen werken aan een toekomstbestendige zorg. Het programma staat nog niet vast. Wel staat vast dat op deze beurs de Uitblinkers Awards worden uitgereikt.
www.zorgtotaal.nl

13 OKT
Het congres voor vrouwelijke leiders in zorg en welzijn. In Flint Theater en Congressen te Amersfoort. Wil vrouwen inspiratie bieden op het gebied van leiderschap, talent en ontwikkelingen.
www.vrouwelijkeleidersindezorg.nl

5 NOV
De Parkstad Gezondheidsbeurs 2022 met thema's zoals Zorg & Welzijn, Leren & Werken en Eten & Drinken. Vindt plaats op zaterdag 5 november in het Parkstad Limburg Stadion te Kerkrade.
www.parkstadgezondheidsbeurs.nl

**Deze agenda is op 6 februari samengesteld. Aanpassingen in verband met coronamaatregelen kunnen zich in de tussentijd voordoen. Wees daarop bedacht. Wees ook bedacht op achterhaalde datums. Mede door toedoen van corona heeft een aantal beursorganisaties haar informatie op internet niet op orde. Zie voor het laatste nieuws ook de agenda op www.uitblinkersindezorg.nl.*



LIMITED EDITION
Optimel drinkyoghurt Bosvruchten

Proef nu de nieuwe limited edition van Optimel: drinkyoghurt Bosvruchten. Limited Editions bij Optimel wisselen drie keer per jaar. Optimel drinkyoghurt Bosvruchten is heerlijk fris en vol van smaak en is verpakt in een handige beker, aldus FrieslandCampina. "Gevarieerde voeding en een gezonde leefstijl zijn belangrijk." Optimel drinkyoghurt is van nature een bron van calcium en proteïne. Calcium is goed voor je botten en proteïne draagt bij aan de groei en het onderhoud van je spieren. De producten van Optimel bevatten 0% vet en geen toegevoegde suikers. "Bewust genieten doe je met Optimel!"



DAGELIJKSE DORSTLESSER
Pickwick Lekker Fris

Wil je patiënten, bewoners en medewerkers helpen om een gezonde levensstijl te onderhouden? Met Pickwick Lekker Fris geef je koud water een frisse smaak. 100% natuurlijk, cafeïnevrij en zonder suiker, meldt JDE Professional.

Pickwick Lekker Fris is een reeks van kruiden- en fruitmelanges die een heerlijke, verfijnde smaak geeft aan je koude water. De piramidezakjes zijn perfect voor gebruik in een waterfles en voor 'on the go'. Verkrijgbaar in drie smaakvarianten: citroen limoen munt, ananas mango gember en aardbei framboos munt. "Pickwick Lekker Fris is de lekkere dorstlesser, de hele dag door", aldus JDE. Meer weten? Kijk op: www.jacobsdouweegbertsprofessional.nl/thee

DUURZAAM
Schakel stapje voor stapje over op plantaardig

Dierlijke eiwitten vervangen door plantaardige is beter voor het milieu. Maar het wordt niet zomaar geaccepteerd. Door kleine stappen te zetten kun je succes boeken. Dit was een van de tips die tijdens de digitale sessie 'Duurzaam omgaan met eten en drinken' van de VKGE naar voren kwam. Het advies was afkomstig van sustainability consulent Emma Kallen van Factor Delta.

Ze ging onder andere in op de eiwittenkwestie. Ze gaf aan dat een kilo rundergehakt een factor tien meer impact heeft op het milieu dan een kilo vegetarisch gehakt. "We zouden dus van dierlijk naar plantaardig moeten gaan. Maar je kunt dierlijke eiwitten niet één op één vervangen door plantaardige."

Dat dat niet kan heeft onder meer te maken met het feit dat plantaardige eiwitten in veel gevallen minder essentiële aminozuren bevatten dan dierlijke. "Ze kunnen ook minder goed verteerbaar zijn en het gebruik kan ertoe leiden dat patiënten of cliënten grotere hoeveelheden moeten gaan eten om aan dezelfde voedingswaarde te voldoen, terwijl zij helemaal geen zin hebben in zo'n groot, vol bord."

Door kleine aanpassingen door te voeren kom je verder. Een plantaardige vervanger van room in de soep bijvoorbeeld, aldus Callen. "Kies voor soepen zonder vleescomponent. Als je in het hoofdgerecht al vlees hebt verwerkt, is het niet nodig, denk ik, om de tomatensoep te voorzien van gehaktballetjes."

"JE KUNT DIERLIJKE EIWITTEN NIET ÉÉN OP ÉÉN VERVANGEN DOOR PLANTAARDIGE"



Monique Cremers en Erik Denneman: "Ik kreeg regelmatig te horen dat eten en drinken niet zo ingewikkeld is."

Eten en drinken is veel belangrijker voor mensen in de zorg dan veel medewerkers en managers van De Zorgcirkel aannamen. Dat is veranderd. Hoe ging dat in zijn werk? Bestuurder Monique Cremers en ad-interim-adviseur eten en drinken Erik Denneman van 8Solutions leggen het uit.

Monique Cremers, bestuurder van De Zorgcirkel:

"ETEN EN DRINKEN BEPALEND VOOR KWALITEIT VAN LEVEN"

"Eten en drinken is bepalend voor de kwaliteit van leven van mensen die afhankelijk zijn van zorg. Je kunt er échte tevredenheid en échte blijdschap mee creëren", zegt Monique Cremers, bestuurder bij De Zorgcirkel, zorgaanbieder met een kleine dertig locaties in Noord-Holland. Om toe te voegen: "Vanuit dat startpunt zijn wij in 2017 aan de slag gegaan met het formuleren van een visie op eten en drinken."

Hoe kwamen jullie tot dit inzicht?

Cremers: "We hadden veel gedoe met voeding. Het eten was in principe goed, maar de logistiek liet te wensen over. Er ging veel mis. We deden er van alles aan, maar het hielp niet, het ene probleem na het andere stak de kop op. We hebben ons de vraag gesteld: wie voelt zich bij De Zorgcirkel verantwoordelijk voor eten en drinken? Is het een volwaardig onderdeel van het primair proces of valt het tussen wal en schip? Dat laatste, zo ontdekten we."

Waar lag het probleem?

Cremers: "We hadden door kunnen gaan met het oplossen van moeilijkheden, maar daarmee zouden we er niet komen. Onze probleemanalyse was: eten en drinken wordt niet gezien als een volwaardig onderdeel van de zorg. We organiseren het niet als een essentieel punt van waarde in het leven."

Waaruit bleek dat?

Erik Denneman die als adviseur en projectleider eten en drinken op interimbasis bij De Zorgcirkel actief is: "Ik kreeg regelmatig te horen dat eten en drinken niet zo ingewikkeld is. Het was voor mij lastig om aan de managers duidelijk te maken dat het een professie is binnen een professionele organisatie en niet iets wat je er zomaar even bij doet. Het vereist kennis en vaardigheden."

Wat was het gevolg van die kijk op eten en drinken?

Cremers: "Dat dingen op het gebied van het eten niet goed genoeg waren. Het dekken van de tafel, het serveren, de hygiëne, de temperatuur, de smaak. We hebben ook locaties waar het wel goed ging, maar over de hele linie waren we niet tevreden."

Hoe ging het verder?

Cremers: "Als we dit intens willen oppakken, kunnen we het niet zelf, concludeerden we. Het ontbrak ons aan capaciteit en een frisse kijk op de materie hadden we ook niet in huis. We hebben in 2017 een bedrijf ingeschakeld dat ons hielp met het ontwikkelen van een visie. Deze mensen hebben de behoeften gepeild van alle betrokken partijen. In 2018 hebben we dit traject afgerond. Vanaf dat moment lag er een visie."

"ER WAS WEL EEN BEPAALDE PASSIE, MAAR DE KENNIS SCHOOT TEKORT"

E-learning

Dit jaar starten diverse regio's van De Zorgcirkel met e-learning voor alle medewerkers die werken met eten en drinken. Vervolgens worden alle nieuwe medewerkers getraind op 'cruciale' onderdelen zoals voedselveiligheid, en eten en drinken bij slikproblemen.

Lees verder ››

Monique Cremers naar Amsta
Monique Cremers is begonnen aan haar laatste weken als bestuurder van De Zorgcirkel. Ze wordt per 15 maart 2022 voorzitter van de raad van bestuur bij Amsta in Amsterdam. Samen met Ronald Buijs vormde Cremers sinds 2016 de raad van bestuur bij De Zorgcirkel. “Ik vertrek met pijn in het hart, maar zo’n functie bij zo’n organisatie in mijn stad Amsterdam is voor mij te mooi om ‘nee’ tegen te zeggen.”

“ALS JE ETEN EN DRINKEN ONDERDEEL MAAKT VAN DE ZORG, KOM JE HET DICHTST BIJ DE BEWONER”

Intussen was Erik Denneman aan de slag gegaan als ad-interimbedrijfsleider van Cirkeldis, de centrale productiekeuken van De Zorgcirkel. Hij zegt: “De colour locale speelt bij de locaties van De Zorgcirkel een grote rol. In Volendam eten ze vis met rodekool, terwijl ze daar op andere locaties niets van moeten hebben. En zo heeft iedere streek haar eigen voorkeuren. Cirkeldis kon niet voldoen aan al die verschillende wensen.”

Was er te weinig kennis op het gebied van eten en drinken?
Cremers: “We kwamen erachter dat de professionaliteit rondom eten en drinken matig was. Er was wel een bepaalde passie, maar de kennis schoot tekort. Het regenereren van de maaltijden was op sommige plaatsen dramatisch.”

Waar lag dat aan?
Cremers: “De oorzaak werd gezocht bij de degene die de maaltijd produceerde, terwijl het probleem daar meestal niet lag. Dit leidde af van de vraag waar het nou werkelijk om ging. Daarom was het nodig om te erkennen dat we een groot probleem hadden. We moesten een nieuwe visie formuleren. We hebben het beleid ten aanzien van eten en drinken van scratch af aan (vanaf nul , red) opgebouwd.”



In 2020 sloten jullie de centrale keuken om in te gaan kopen bij een maaltijdproducent. Hoe gaat het nu?
Denneman: “Er is nu veel meer aandacht voor diversiteit. Al onze locaties worden op hun wenken bediend. Dat is een verschil met vroeger. Daarnaast nemen meer managers en medewerkers hun verantwoordelijkheid ten aanzien van eten en drinken. Dat komt doordat eten en drinken nu onder verantwoordelijkheid van de zorg valt.”

Maar de facilitaire dienst heeft toch meer verstand van eten en drinken?
Cremers: “Bij ons ligt dit allemaal heel divers. In situaties waarin de cliënt zelfstandig woont, is de cliënt verantwoordelijk voor eten en drinken. Op locaties waar mensen wonen in een verpleeghuis is het de verantwoordelijkheid van de zorg, ondersteund door de facilitaire dienst. De zorg weet beter wat de cliënt nodig heeft. Die heeft contact met de familie en weet wat hij of zij wel en niet wil of mag eten. Daarom zien wij eten en drinken als een verantwoordelijkheid van de zorg.”

Werkt dat beter?
Denneman: “Als je eten en drinken onderdeel maakt van de zorg, kom je het dichtst bij de bewoner. En kun je die bewoner beter betrekken bij het hoe, het wat en het wanneer van eten en drinken. Op de meeste locaties van De Zorgcirkel is dit nu nog centraal geregeld, maar er zijn ook enkele locaties waar ze per afdeling gaan regenereren en deels koken, zodat die afdelingen zelf kunnen bepalen hoe laat en waar er gegeten wordt. Minder gestandaardiseerd. Daar wil De Zorgcirkel naartoe.”

Hoe loopt het nu?
Cremers: “Onze managers en medewerkers krijgen steeds beter in de gaten dat je met eten en drinken een enorme gedragsbeïnvloeder in huis hebt. En ze doen daar ook wat mee. Heel eenvoudig, heel makkelijk. Ligt ook aan de toegenomen professionaliteit op het gebied van eten en drinken. Daar heeft Erik voor gezorgd. Daardoor raken steeds meer mensen doordrongen van het therapeutisch karakter van eten en drinken. Heeft te maken met hoe je het serveert, op welk moment, welke mensen je bij elkaar zet, de hele organisatie eromheen en of je de mensen zelf laat meehelpen bij het bereiden van de maaltijd. Soms kan dat goed werken.”

Leidt deze aanpak tot een grotere tevredenheid bij de bewoners en een afgenomen gebruik van medicatie?
Cremers: “Daar willen we naartoe. Ik krijg geen klachten meer over het eten, maar dat zegt niet zo heel veel omdat ik niet dicht op het proces zit. Maar ik geloof zeker dat het nu veel beter gaat. Het is prettig om te zien dat eenieder actie onderneemt op zijn of haar manier.”
Denneman: “De grote winst is dat er in alle regio’s van De Zorgcirkel gepraat wordt over eten en drinken. Het staat op de kaart. Men is bereid om er tijd voor vrij te maken er z’n best voor te doen. Eten wordt binnen De Zorgcirkel serieus genomen.”

“MET ETEN EN DRINKEN KUN JE ÉCHTE TEVREDENHEID EN ÉCHTE BLIJDSCHAP CREËREN”

Hebben jullie nog nadelen ondervonden van het sluiten van jullie keuken in 2020?
Denneman: “Het eten moet van goede kwaliteit zijn. Het gaat er niet om waar het vandaan komt, maar om wat er daarna mee gebeurt. Dat gaat nu stukken beter.”
Cremers: “De producent waar wij mee werken, levert maatwerk, in tegenstelling tot onze voormalige centrale keuken. Kant-en-klare maaltijden, componenten, verse producten, alles is mogelijk. We hebben overigens ook twee locaties waar keukens in gebruik zijn. Naar volle tevredenheid. Dit past binnen onze visie. We hebben niet gekozen voor een one-fits-all oplossing, maar voor een flexibele aanpak. Wel met één bedoeling: werken volgens de visie.”



Medewerker gastvrijheid voor thuis
De medewerker gastvrijheid voor thuis is een nieuw fenomeen in de zorg. De Zorgcirkel zet deze medewerkers sinds kort in om mensen, die thuis zorg nodig hebben, te ondersteunen op het gebied van eten en drinken. Zo’n medewerker houdt zich bijvoorbeeld bezig met het checken van de koelkast. Ook kan hij of zij nagaan of de cliënt hulp nodig heeft bij het regenereren of eten. Desgewenst kan de medewerker bijspringen tijdens het eten. Monique Cremers: “Het is een functie die veel mensen gepassioneerd kunnen invullen. De belangstelling vanuit de arbeidsmarkt is groot.”



SMAAKPUPIL

App tegen smaakverlies

Smaakpupil is een nieuwe methode en app voor mensen die door ziekte, medische behandeling of ouderdom last hebben van smaakverlies. De methode werd bedacht door chef-kok Michael van 't Hoff, die de app ontwikkelde met behulp van bureau Doordacht uit Bodegraven. "Op basis van een persoonlijk profiel krijgen mensen advies op maat over het toevoegen van smaakmakers aan de maaltijd, die helpen bij verbetering van de smaakprikkels en de eetlust", meldt Van 't Hoff. Hij voegt toe dat de methode is getest in zorginstellingen.





WEBINAR

Medici willen meer aandacht voor smaakverlies

De belangstelling voor selectieve smaaksturing tegen smaak- en reukverlies groeit. Langzaam maar zeker beginnen ook steeds meer medici zich hiermee bezig te houden, zo bleek tijdens het Webinar Selectieve Smaaksturing voor Patiënten met Kanker op 3 februari jongstleden.

Een van de sprekers was Jacco de Haan, internist-oncoloog in het UMCG in Groningen. Uit zijn verhaal kwam naar voren dat smaak- en reukstoornissen tal van oorzaken kunnen hebben. Daarom is het vaak lastig en soms zelfs ondoenlijk om aan te geven waar de storing aan te wijten is. Dat belemmert het zoeken naar oplossingen.

De Haan is van oordeel dat medici meer aandacht zouden moeten besteden aan smaakverlies. Zijn collega Pieter Vandecandelaere, arts in AZ Delta te Roeselare in België, is die mening ook toegedaan. Hij stelde vast dat mensen die kampen met smaakstoornissen daar ernstige hinder van ondervinden. "De problematiek wordt onderschat."

Vooruitgang

Dat neemt niet weg dat er de laatste tien jaar vooruitgang is geboekt. Er zijn opleidingen gestart voor chefs en smaakcentra opgericht die zich toeleggen op selectieve smaaksturing. Patiënten kunnen daar geholpen worden.

Voorafgaand aan het webinar was al bekendgemaakt dat een onderzoeksgroep Vlaanderen – Nederland van start gaat met een gestandaardiseerde en wetenschappelijk onderbouwde aanpak van smaaksturing. De groep bestaat uit artsen, wetenschappers, ingenieurs, verpleegkundigen, diëtisten en chefs gastro-engineering uit Vlaanderen en Nederland. Patiënten met smaakafwijkingen door chemotherapie kunnen zich gratis laten bijstaan in ziekenhuizen in Vlaanderen en Nederland.

Het Nationaal Fonds Tegen Kanker uit Amsterdam, Stichting tegen Kanker België, Three Rivers FoodDelta en enkele farmaceutische bedrijven maken dit mogelijk.

BEDRIJFSLEDEN

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



Sevgi Kus: "Ik heb van huis uit meegekregen hoe het is om voor oudere mensen te zorgen."

Selfmade kok kookt op smaak in verzorgingshuis Spaar en Hout

SEVGI KUS SPEELT IN OP INDIVIDUELE VOORKEUREN

Koken en zorgen. Dát zijn haar dingen. Van iedere bewoner weet ze wat hij of zij lekker vindt én mag eten. Sevgi Kus (40) is als selfmade kok werkzaam in de keuken van verzorgingshuis Spaar en Hout te Haarlem.

"GEEN KEUKEN MET RAM- EN-SMIJTKOKS ZOALS JE DAT VROEGER VAAK ZAG"

Sevgi Kus emigreerde in 2001 vanuit Istanbul naar Nederland. Ze startte 17 jaar geleden bij verzorgingshuis Spaar en Hout te Haarlem, onderdeel van Stichting Pro Senectute. Aanvankelijk in de schoonmaak, daarna in de keuken. Het werk bestond voornamelijk uit het opwarmen van kant-en-klare maaltijden. Tot vijf jaar geleden, toen Spaar en Hout overstapte op vers koken.

Vers koken betekent meer uitdaging. In het begin ging er wel eens wat fout: vlees te gaar of te taai, bloemkool te hard. Van fouten kun je leren. Dat deed ze. Iedere dag werd Sevgi beter en verfijnde ze haar vaardigheden.

En dat zonder professionele koksopleiding gevolgd te hebben. Ze volgde alleen een kookopleiding voor volwassenen bij een ROC. Binnenkort gaat ze aan de Horeca Academie in Den Haag overigens van start met een versnelde opleiding tot zelfstandig werkend kok. Een functie die ze al vervult. "Mooi dat ik nu de gelegenheid krijg om mezelf extra te ontwikkelen."



Hard werken

Sevgi deed in de keuken van Spaar en Hout niet alleen ervaring op als zelfstandig werkend kok, maar ook als chef-kok. Een jaar lang was ze verantwoordelijk voor het bereiden van 45 maaltijden (inclusief uitbrengmaaltijden) .

Maarten Bijlsma, teammanager locatie Spaar en Hout, zegt daarover: "Waanzinnig dat zij dat heeft gedaan. Ze runde een complete keuken met alles wat daarbij hoort. Normaal gesproken heb je daar een chef-kok voor nodig. Intussen breidde ze de dagelijkse menukeuze ook nog eens uit van één naar drie."

Klassiek diner

Het interview met Sevgi Kus en Maarten Bijlsma vond op vrijdag 17 december plaats. Op die dag bereidde Sevgi samen met de chef-kok en een keukenassistent een vijfgangendiner ter gelegenheid van de naderende kerst. 47 bewoners van Spaar en Hout zaten aan. De 26 bewoners van afdeling Tussenhout kregen het diner de avond daarvoor al geserveerd. Een harpist zorgde voor stemmige muziek.

Het diner bestond uit de volgende vijf gangen:

1) Amuse stokbrood met kruidenboter, ossenstaartbouillon.
2) Voorgerecht. Gerookte eendenborst met een kalkoenpaté, gegarneerd met een balsamicodressing, vijgenbrood en cranberrycompote.
3) Tussengerecht. Spoom. Citroen-sorbetijs met prosecco.
4) Hoofdgerecht. Hertenrollade met rode-wijnsaus geserveerd met gebakken kastanjechampignons en rode ui, Roseval aardappelen en kastanjepuree. Gebakken spruitjes met spek en stoofperen.
5) Dessert. Koffie/ thee met een proeverij van chocolade.

Dat was hard werken, veel uren maken. Zo was ze de afgelopen herfst, gedwongen door de omstandigheden, zonder weekendverlof zes weken onafgebroken in touw. Dat hoeft nu niet meer. Sinds november heeft Spaar en Hout een chef in dienst. De chef, Sevgi en een keukenassistent koken nu voor meer personen dan aanvankelijk: 71 in plaats van 45. Ze hebben de afdeling Tussenhout, waar 26 pg-bewoners verblijven, erbij gekregen.

Lees verder ››

Turkse invloeden

Gevraagd naar haar specialiteiten zegt ze: van alles, maar in het bijzonder soepen en voorgerechten. Ze verwerkt Turkse invloeden in de gerechten. Dat betekent hier en daar extra kruiden en specerijen, extra smaak dus. “Ik gebruik relatief veel uien en knoflook. De bewoners hier vinden dat lekker, absoluut.”

Zout wordt in de keuken nauwelijks nog gebruikt. Niet nodig, want kruiden en specerijen doen het als smaakmakers uitstekend. De zoutvaatjes op de tafels worden nauwelijks nog aangeraakt. “Toen we kant-en-klare maaltijden serveerden, moesten we die zoutvaatjes vaak bijvullen, mensen gebruikten veel zout om het eten smaak te geven. Dat is nu niet meer nodig.”

Meerwaarde keuken

“Een eigen productiekeuken in een verzorgings- of verpleeghuis heeft een grote meerwaarde”, zegt Maarten Bijlsma. De koks kennen de individuele voorkeuren van de bewoners en spelen daarop in.

Een eigen keuken is ook niet duurder dan kant-en-klaar inkopen, voegt hij toe. “De integrale voedingsdagprijs, waarbij alle kosten zijn meegerekend, is ongeveer gelijk. Tenzij je genoegen neemt met goedkope budgetmaaltijden, die kwalitatief onder de maat zijn. In dat geval is inkopen voordeliger, maar ik geloof niet dat je dat moet willen.”

Voorwaarde van de eigen keuken is wel dat de koks ambachtelijk en met liefde voor het vak te werk gaan, zoals Sevgi dat doet, zegt Bijlsma. “Geen keuken met ram-en-smijtkoks zoals je dat vroeger vaak zag. Zo’n keuken heeft geen meerwaarde.”



Maarten Bijlsma: “Een eigen productiekeuken in een verzorgings- of verpleeghuis heeft een grote meerwaarde.”

ZE VERWERKT TURKSE INVLOEDEN IN DE GERECHTEN. DAT BETEKENT EXTRA KRUIDEN EN SPECERIJEN, EXTRA SMAAK

Zorgkok van de toekomst

Sevgi Kus is de zorgkok van de toekomst, zegt Maarten Bijlsma, teammanager locatie Spaar en Hout. “Ze kookt vers waarbij ze rekening houdt met voorkeuren van de bewoners. Daarnaast houdt ze zich bezig met een stukje zorg door ook in het restaurant een oogje in het zeil te houden. Ze gaat na of de borden, het bestek, de stoelen en de tafelaankleding in orde zijn voor de betreffende mensen. En als het nodig is zorgt ze voor aanpassingen.”

Voor kleinschalige woonvormen waarbij mensen in groepen van circa tien mensen op een afdeling verblijven, zijn er andere oplossingen. Daar nemen de zorgmedewerkers het koken - al dan niet samen met de groep of met anderen - geheel of gedeeltelijk voor hun rekening.

“JE KUNT DE SMAAKVOORKEUREN VAN AL DIE MENSEN ONTHOUDEN ALS JE ÉCHT VAN DIT WERK HOUDT EN HET ÉCHT ZO GOED MOGELIJK WILT DOEN”

Voorkeuren bewoners

Met voorkeuren van bewoners wordt in Spaar en Hout nadrukkelijk rekening gehouden. Sevgi weet welke wensen er leven. “Een van de bewoners zou het liefst elke dag stamppot eten met een stukje vlees. En hij geeft de voorkeur aan puree boven gekookte aardappelen. Tomaten en tomatenpuree lust hij niet, terwijl tomatensoep er weer wel in gaat. Dat soort dingen weten we en we houden er rekening mee.”

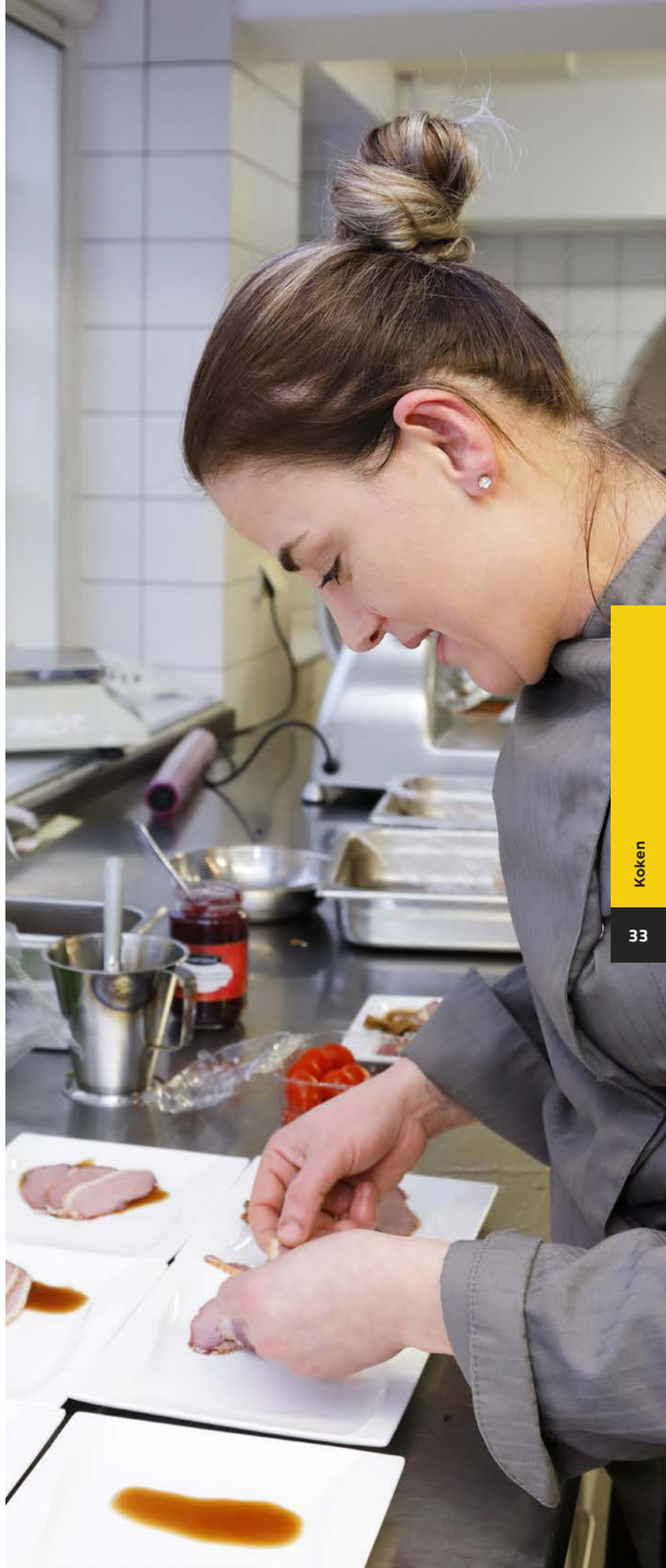
Van een andere bewoner, een mevrouw, weet Sevgi precies wat ze wel en niet mag hebben. “Alles gekookt, graag aardappelen of rijst, klein beetje zout, theelepeltje boter, anders wordt ze ziek. Ze heeft last van haar darmen, vandaar.”

Gezorgd voor verlamde opa

Een andere vrouw houdt van omelet met groenten. Ze wil vegetarisch eten, maar toch ook weer niet altijd, want drie keer in de week wenst ze kip. En dat krijgt ze. “Die wensen en voorkeuren heb ik allemaal in m’n hoofd.”

Maar hoe kun je al die dingen onthouden van ruim 70 mensen? Sevgi: “Het is mogelijk als je écht van dit werk houdt en het écht zo goed mogelijk wilt doen. Komt bij dat ik hier al 17 jaar werkzaam ben. Enkele andere collega’s werken hier ook al heel lang, sommige zelfs langer dan ik. We weten met z’n allen heel goed wat er leeft.”

En dan is er nog iets. Ze is van huis-uit gewend om te zorgen en rekening te houden met hulpbehoevende mensen. Haar opa was verlamd. “Die heb ik in Turkije verpleegd. En daar veel van geleerd. Een cultuurkwestie. In Turkije verzorgen we de ouderen thuis, terwijl ze hier in Nederland elders zorg krijgen aangeboden. Ik heb van huis uit meegekregen hoe het is om voor oudere mensen te zorgen.”



CONVENIENCE VIS

Noorse zalmfilets met hoisinsaus



Kabeljauwfilets met honing-mosterdsaus



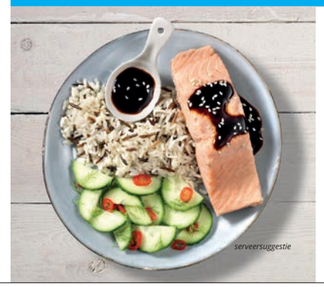
Scholfilets met wittewijnsaus



Lekkere sous-vide gegaarde kabeljauw, schol en zalm met zakjes saus!

Omdat de vis langzaam vacüum gegaard wordt blijven de smaak, vitamines en textuur optimaal.

De gegaarde vis hoeft maar 2 minuten in de magnetron opgewarmd te worden en kan vervolgens worden uitgeserveerd.



AMfish convenience

Informeer bij uw verkoopadviseur naar de mogelijkheden.

AMfish B.V.
E verkoop@amfish.nl
T 071 408 08 08
I www.amfish.nl





“PROBEER ER TE ZIJN VOOR ANDEREN. ALS JE DAARIN SLAAGT, IS DE KANS GROOT DAT JE GAAT VOELEN DAT JE LEEFT, DAT JE EEN WEDERKERIGE RELATIE OPBOUWT MET DE PATIËNT OF CLIËNT”
Theoloog Ad van Nieuwpoort tijdens de Dag van het Werkplezier in de Zorg.

MONDHYGIËNIST

Vraagtekens bij meerdere eetmomenten

De zorg is op tal van plaatsen in het land overgestapt op meerdere eetmomenten voor cliënten in de ouderenzorg en patiënten. Maar mondhygiëniste Lieneke Steverink-Jorna vraagt zich af of dat wel zo goed is voor de mond. Ze reageert op LinkedIn op een bericht van het Slingeland Ziekenhuis te Doetinchem dat is gestart met de pilot Pruuverije, onderdeel van het programma Gezond Vooruit! Doel van de pilot is om patiënten verspreid over de dag meerdere keren te verleiden om verantwoord te eten, waardoor ze uiteindelijk meer en gezonder eten. Want: gezonde voeding draagt bij aan het herstel, aldus het ziekenhuis.

Steverink-Jorna is ongerust. “Als mondhygiënist vraag ik me wel af wat ‘meerdere keren per dag’ inhoudt. Zeker bij mensen met een aandoening en medicatie ontstaan er snel mondproblemen.” Om toe te voegen: “Bij veel aanbod gedurende de dag zijn er wellicht te veel momenten voor een gezonde mond. Is de mondhygiënist die werkzaam is in het ziekenhuis, betrokken bij dit project?”



VITALIS

Bewoners vermaken met je eigen hobby

Je hobby uitoefenen doe je in je eigen tijd. Althans, normaal gesproken. Het kan ook anders als je werkzaam bent in de zorg. Je kunt bewoners vermaken met je hobby. In de baas zijn tijd. Die mogelijkheid hebben medewerkers van Vitalis Woonzorg Groep, zo bleek tijdens een online event ter gelegenheid van de Dag van het Werkplezier in de Zorg op 25 januari.

Maaike Mul, coördinator Kunst en Cultuur bij Vitalis Woonzorg Groep, was een van de sprekers. Zij verplaatste zich in de cliënt wiens leven leeg geworden is. De man of vrouw die voor zich uit staart en denkt: wat nu? “Hoe zorg je ervoor dat zijn of haar dag weer zinvol wordt? Die vraag hebben wij bij onszelf gesteld.”
Men kwam op het idee om medewerkers op te roepen om iets te gaan doen voor de bewoners. Muziek verzorgen, een workshop houden, huisdieren laten zien. Dave, een collega van Mul, besloot gitaar te gaan spelen voor bewoners die lijden aan dementie. Dave daarover: “Ik voelde al heel snel een connectie met de bewoners waarvoor ik speelde.”

DEMENTIE

Dieren vermaken ouderen in de zorg

Dieren zoals paarden, pony’s, honden en katten kunnen een positieve uitwerking hebben op ouderen die kampen met dementie. Daarvoor worden ze ook ingezet. Maar een ezelin kan dat ook. Bella bewijst dat. Bella is de naam van een 22-jarige ezelin die goede diensten bewijst aan bewoners van ouderencentra in het Duitse Bocholt, net over de grens bij Aalten. Ze is slim en gevoelig, zegt eigenares Wibke Steverding op Uitblinkersindezorg.nl. Ouderen met vergevorderde dementie hebben baat bij de bezoekjes die de ezelin aflegt. Zij tovert een lach op het gezicht van een doofstomme aan dementie lijdende bewoonster, zo wordt gemeld. Deze vrouw woont in zorgcomplex Azurit.



Martini Ziekenhuis weert frituur en suikerrijke dranken

ALLÉÉN GEZONDE KEUZES



Alléén gezonde keuzes. Geen vette hap, geen frisdranken met suikers en andere ongezonde lekkernijen. In het Martini Ziekenhuis te Groningen hebben ze die stap een jaar geleden gezet. Het wordt geaccepteerd. Hoe gingen ze te werk?

Geen ongezonde keuzes meer in het Martini Ziekenhuis te Groningen. Frituur en suikerhoudende frisdranken verdwenen. Daarvoor in de plaats kwamen gezonde producten, zoals een breder assortiment maaltijdsalades, dranken en smaakwaters zonder toegevoegde suikers. Water is gratis verkrijgbaar.

Het Martini Ziekenhuis is een van de ziekenhuizen die inspeelt op de doelen in het Nationaal Preventie Akkoord. Via het project Goede Zorg Proef Je werken ze aan een gezonder aanbod van eten en drinken. Het Groningse ziekenhuis is een voorloper onder het motto: laten we de discussie over gezond niet onnodig ingewikkeld maken en het gewoon doen.

Ongezonde verleidingen

We spreken met Roel Baarda (manager hotelservices), Ruud Homan (manager operations zorg van Albron) en Joni Beintema (adviseur gezonde voeding van Albron).

Het begon met het ontwikkelen van een nieuwe visie op gezonde voeding. Met als uitgangspunt dat voeding eraan bijdraagt dat patiënten zich weer fitter gaan voelen, niet slechter. “En daarom hebben we ongezonde verleidingen in het ziekenhuis weggenomen, want die dragen niet bij aan herstel en welbevinden”, zegt Roel Baarda.

Dus geen producten meer zoals saucijzenbroodjes, friet, hamburgers en cola. Vanaf september 2020 verdwenen ze.

“WE VINDEN PATIËNTEN-VOEDING ZÓ BELANGRIJK DAT WE DAT ZELF BEREIDEN”

Lees verder ››

Bijzondere gerechten
De kaart van de restaurants in Het Martini Ziekenhuis bevat verschillende bijzondere gerechten, samengesteld door Albron. De Carrotcake bowl bijvoorbeeld. Bestaat onder meer uit sap, banaan, havermout, dadels, Griekse yoghurt, tofu, pompoenpitten en granola. Een ander opvallend gerecht is Poké bowl pinda. Bestaat onder meer uit rijst, zwarte bonen, paprika, rode pepers, broccoli, gembersiroop, linzen, cashewnoten en kipdijreepjes. Ook de Smoothie bowl appel mag er zijn, opgebouwd uit onder meer granola, yoghurt, zonnebloempitten, banaan, spinazie, appel en avocadoblokjes.

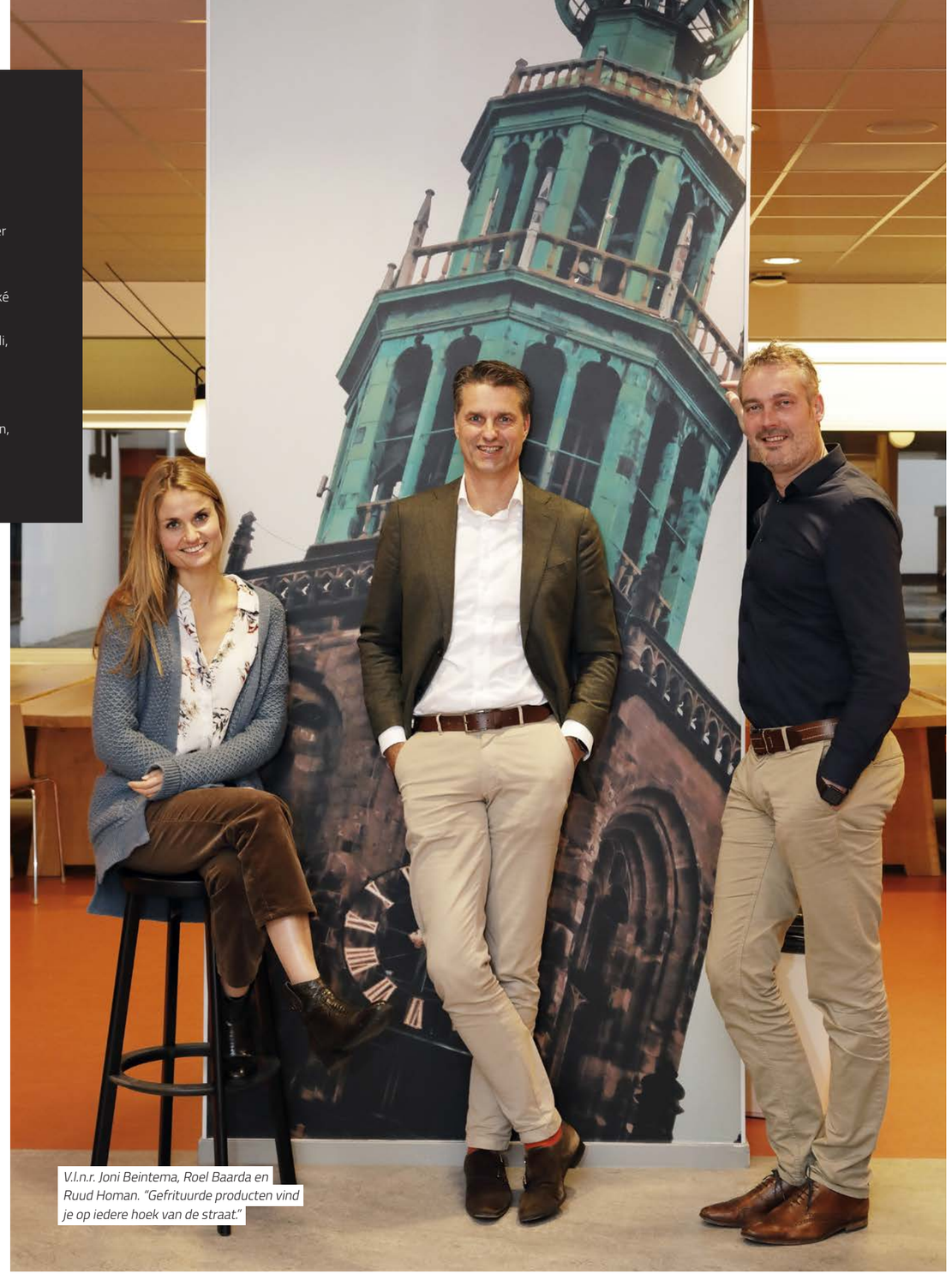
Kiek'n wat 't wordt

Op z'n Gronings koos men voor de formule kww, kiek'n wat 't wordt. Er brak geen opstand uit onder de medewerkers, maar enkele afdelingen mopperden. Moet dit nou? Kan het niet anders? Uitleg over het waarom volgt dan.

Het ziekenhuis kiest voor een gezond aanbod omdat dat beter is voor de patiënten en de vitaliteit van de medewerkers. De reden is niet omdat het moet van Roel Baarda, zoals in het begin wel eens is gezegd.

Verder is het vooral een kwestie van verleiden met gezonde, lekkere gerechten en dranken. Het aanbod daarvan is breder geworden, beter ook, de mogelijkheden groter, zegt Ruud Homan van Albron, dat in het Martini Ziekenhuis de restaurants voor de bezoekers en de medewerkers exploiteert.

Homan: "We zijn met onze medewerkers in gesprek gegaan. Welk antwoord geef je als mensen vragen waarom we geen saucijzenbroodjes of appelgebak meer aanbieden? Dat is essentieel voor de bewustwording bij medewerkers en gasten."



V.l.n.r. Joni Beintema, Roel Baarda en Ruud Homan. "Gefrituurde producten vind je op iedere hoek van de straat."

"WELK ANTWOORD GEEF JE ALS MENSEN VRAGEN WAAROM WE GEEN SAUCIJZENBROODJES OF APPELGEBAK MEER AANBIEDEN?"

Verwijderd

De saucijzenbroodjes zijn uit het assortiment gehaald vanwege het hoge vetpercentage, het appelgebak vanwege het hoge suikergehalte. En zo krijgt ieder gerecht een beoordeling. Als iemand vraagt waarom een bepaald gerecht is verdwenen, zal de medewerker hem of haar dat vertellen en wijzen op de alternatieven.

Voor appelgebak zijn dat: tartelettes met fruit (kleine gebakjes), vijgencake, bananenbrood of wat anders. Joni Beintema: "Een grote groep gaat daarin direct mee, anderen niet meteen, die hebben wat meer tijd nodig."

Een ziekenhuis heeft als doel om mensen beter te maken. Waarom bied je dan ongezonde keuzes qua voeding aan? Dat moet je niet willen, zegt Baarda. "Dat een kleine groep patiënten en medewerkers daar moeite mee blijft houden, kun je niet voorkomen. Wat je ook doet, je kunt niet iedereen tevreden houden."

Duidelijke keus

Een andere tactiek om gezonde voeding op de kaart te zetten, is dat mensen zelf moeten kunnen kiezen tussen gezond en minder gezond. Daarbij worden gezonde keuzes extra in het zicht gelegd en wellicht ook goedkoper aangeboden. De vette, ongezonde producten worden duurder. Nudging heet dat. Zou die aanpak goed kunnen werken?

Baarda: "Waarom zouden we dat doen? Gefrituurde producten vind je bij wijze van spreken op iedere hoek van de straat. Deze stad bevat meer dan zestig supermarkten waar je alles kunt kopen. Moeten wij dat dan ook maar gaan doen? Nee, die keus hebben we nadrukkelijk gemaakt en wordt ook gedragen door de cliëntenraad, de directie en de raad van bestuur."

Kroketfans eten nu gezond

Kim Bouwes is als horecamanager namens Albron verantwoordelijk voor de restaurants voor bezoekers en voor medewerkers in het Martini Ziekenhuis. De recepturen voor de nieuwe, gezonde gerechten zijn afkomstig van Albron. Soepen, maaltijdsalades en verse smoothies zijn de hardlopers. Over het schrappen van ongezonde keuzes, zoals kroketten, zegt hij: "In het begin vond men daar wat van, maar we hebben uitgelegd waarom we naar een gezonder aanbod toe willen en daar zijn de mensen in meegegaan. Ik ken medewerkers die iedere dag een broodje kroket of een broodje frikandel namen en die nu iedere dag wat anders bestellen. En daar ook van genieten. Het mooie is dat deze kroketfans gewoon blijven komen."

Lees verder ››

Gemiddelde besteding
De gemiddelde besteding in het bezoekers- en personeelsrestaurant is op peil gebleven. Per bezoeker bleef de omzet gelijk. De totale omzet ligt wat lager, maar daar kunnen niet veel conclusies aan verbonden worden, omdat coronamaatregelen zorgden voor stagnatie van het aantal bezoekers.

De marge van de producten is iets gedaald, op snacks verdien je meer dan op gezonde producten, zo blijkt. Homan daarover: “Uiteindelijk gaan we als maatschappij toe naar gezonder eten en drinken. De volumes worden straks groter en dan zullen de marges zich herstellen. We zijn er blij mee dat we dit nieuwe gezonde assortiment hier kunnen inzetten. Het ene product, zoals de maaltijdsalades, is een succes, het andere wat minder. Helemaal niet erg, dan passen we dat gewoon aan, dat zal je blijven houden.”



Kim Bouwes: “We hebben uitgelegd waarom we naar een gezonder aanbod toe willen.”

Nutri-Score
Producten in de restaurants en de automaten van het Martini Ziekenhuis worden door Albron beoordeeld aan de hand van voedselkeuzelogo Nutri-Score. De scores A (hoogste) tot en met E (laagste) worden aangegeven. In de automaten zijn alleen producten verkrijgbaar met Nutri-Score A en B.

Het logo is in Nederland nog niet van kracht omdat het nog niet helemaal aansluit bij de Schijf van Vijf, meldt het Voedingscentrum. Joni Beintema van Albron: “De producten die A en B scoren zijn oké, met de C’s, de D’s en de E’s in ons assortiment moeten we wat doen: of saneren, of verbeteren. Sommige producten komen wat lager uit op de Nutri-Score maar passen wel goed binnen de patiëntenvoeding.”

Zoute zalm mag blijven
Zalm scoort bijvoorbeeld lager vanwege het hoge zoutgehalte, maar kan goed zijn voor de herstellende patiënt vanwege het hoge eiwitgehalte, zegt Beintema. “Smoothies bevatten veel suiker, maar zijn vanwege de eiwitten wel een goede keuze wanneer je ze in combinatie met zuivel aanbiedt. Andersom heb je een product als witbrood: Nutri-Score A, maar weinig vezels, wil je dat wel aanbieden? Nee, wij bieden volkerenbrood aan.”

Spagaat
De Zorgmonitor Gezond en Duurzaam biedt inzicht in de mate van gezondheid en duurzaamheid van het assortiment. Het percentage dierlijke eiwitten is hoog in het Martini Ziekenhuis. Dat betekent veel eiwitten en die zijn goed voor het herstel van patiënten. Maar dierlijke eiwitten hebben veel impact – grote footprint en hoge CO2-uitstoot – op het milieu en zijn dus niet duurzaam. Roel Baarda: “Wat goed is voor het een is minder goed voor het ander. Wat dat betreft zitten we in een spagaat, want je streeft naar een assortiment dat duurzaam én gezond is.”

Maar er komen meer alternatieven, zegt Ruud Homan van Albron. “Plantaardige room in plaats van slagroom, plantaardige kazen.” Joni Beintema meldt dat de Hogeschool van Amsterdam onderzoek doet naar de aminozuursamenstelling van eiwitten in plantaardige producten. “Met de uitkomsten daarvan kunnen we straks completere gerechten samenstellen, duurzaam en herstelbevorderend, vooral geschikt voor de patiënten.”



Gezonde troostvoeding
Het begrip troostvoeding staat voor hapjes en gerechten die doorgaans niet al te gezond zijn. Zoet of vet of zout. Maar troostvoeding hoeft niet ongezond te zijn, zegt Joni Beintema van Albron. “Gezonde voeding kan en moet ook gewoon lekker en verleidelijk zijn. We zijn nu bijvoorbeeld aan het experimenteren met plaatpizza’s. Dunne bodem, seizoensgroenten erop, kleinere porties voor mensen die zin hebben in een snack.” Albron heeft het saucijzenbroodje als comfortfood uit het assortiment gehaald.

“SMOOTHIES BEVATTEN VEEL SUIKER, MAAR ZIJN VANWEGE DE EIWITTEN WEL EEN GOEDE KEUZE WANNEER JE ZE IN COMBINATIE MET ZUIVEL AANBIEDT”

Preventieakkoord
Volgens Alliantie Voeding in de Zorg houden dertig ziekenhuizen zich bezig met een gezond voedingsaanbod voor patiënten, bezoekers en medewerkers. Zij proberen de doelstellingen binnen het Nationaal Preventieakkoord te behalen. Twintig ziekenhuizen zetten zich in om die doelstellingen in 2022 al te halen. Tien ziekenhuizen zitten in de beginfase en hebben meer tijd nodig.

Een assortimentsanalyse ligt ten grondslag aan de keuze wel of niet aanbieden. Beintema: “We kijken daar samen naar. Welke producten willen we? Welke niet? Welke producten kunnen we verbeteren of per portie verkleinen zodat mensen minder suikers, vetten en calorieën binnenkrijgen?”

Pilot patiëntenvoeding
Het Martini Ziekenhuis is in november jongstleden op twee afdelingen van start gegaan met een pilot voor een nieuw concept voor de patiëntenvoeding. Zes eetmomenten per dag, eiwitrijke hapjes, herstelbevorderend, bereid in de eigen keuken, met eigen koks, om en nabij de tien procent waste in plaats van 25.

Baarda: “We vinden patiëntenvoeding zó belangrijk dat we dat zelf bereiden. We beschikken over de nodige kwaliteit in de keuken. Twee van onze koks zijn opgeleid aan het Center for Gastrology in Leuven. Dat zegt wat over het niveau.”

Patiënten bepalen straks zelf waar, wanneer en met wie ze eten. Bijvoorbeeld op de begane grond in het Martini Restaurant. Ze treffen daar geen ongezonde keuzes aan. Baarda: “De patiëntenvoeding is het uitgangspunt, de kapstok waar we alles aan ophangen, dus ook het aanbod voor medewerkers en bezoekers.”

Onderzoek van de Radboud Universiteit heeft aangetoond dat deze opzet leidt tot een sneller herstel van de patiënten. Baarda: “Dat onderzoek gaan we hier ook doen, zodat we straks, over twee jaar, kunnen zeggen: als je hier wordt opgenomen ga je eerder naar huis, want je herstelt sneller.”



Michel Overwijk is voorzitter van WijGastvrij en manager f&b en schoonmaak in OLVG te Amsterdam

Klaar voor jouw herstart

Wat een heerlijk idee dat we nu midden in de winter – ik schrijf dit op de laatste dag van januari – vooruit kunnen kijken naar het voorjaar. Alles wat we ons in de afgelopen twee jaar hebben moeten ontzeggen, komt langzaam weer in beeld. Beperkingen, lockdowns, nieuwe varianten, covid, omikron, quarantaine, besmettingsvrees, vaccinatieangst verdwijnen langzaam uit beeld.

We hoeven niet meer bang te zijn welke variant ons zal treffen als we de weg oversteken: delta, omikron of iets anders. Ook hoeven we ons niet meer af te vragen of we moeten werken op de Cohortafdeling of een coronadienstje moeten draaien op de ic.

Heerlijk om hier de komende tijd even niet mee bezig te zijn. Maar na te denken over leuke zaken. Zoals, welk theater gaan we bezoeken: Tuschinski, Kleine Komedie of toch Carré? Even naar je favoriete restaurant : Frans, Turks, Italiaans, zeg het maar, het kan. Of lekker naar Loetje! Gaan we carnavallen of doen we een bloemencorso dan wel de Keukenhof? Of gewoon lekker de stad in om te shoppen? Even tijd op de zaak voor een jubilaris, pensionado of voor een gezellige receptie.

Lekker klussen en gewoon naar de Ikea zonder schuldgevoel naar al die andere branches die op slot zaten, want dat is verleden tijd. Kortom, een mooie tijd om te gaan genieten met en van elkaar.

Doe dat. Menigeen heeft er keihard voor gewerkt. Al diegenen verdienen het om positief een herstart te maken. Met nieuwe energie.

Proef nu
de Optimel
Limited Edition
Bosvruchten





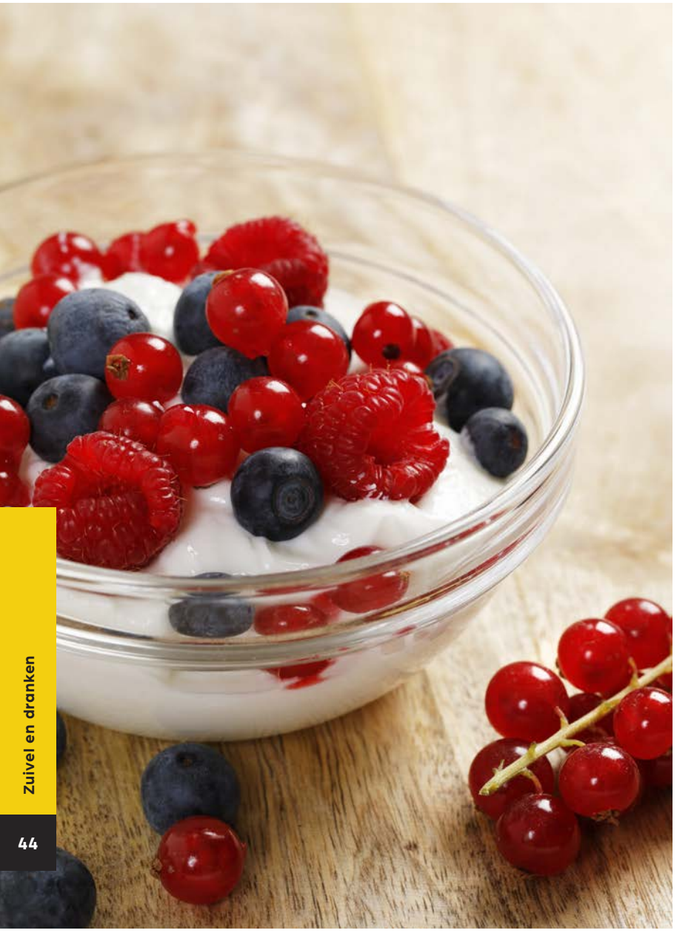


Herstelbevorderende gerechten die goed smaken

ZONDER ZUIVEL GAAT HET NIET

De zorg kan niet zonder zuivel. Uit oogpunt van eiwitten niet en uit oogpunt van het lekkere verwennen ook niet. Hoe kijkt ‘de praktijk’ hier tegenaan? Woordvoerders uit de ziekenhuiswereld en de ouderenzorg geven hun mening.

Lees verder ››



“IN ONZE WINKELTJES KOPEN MENSEN OPVALLEND VEEL ZUIVELPRODUCTEN”

Kauw- en slikproblemen
Voor mensen met kauw- en slikproblemen zijn melkproducten geschikt. Deze zijn er in verschillende diktes zodat er vaak een geschikte keuze bij zit. Verder bevatten ze goede voedingsstoffen. Ze zijn een bron van calcium en eiwitten. Calcium is nodig voor de instandhouding van botten, en eiwitten dragen bij aan de instandhouding van de spiermassa. Een derde voordeel is dat melkproducten verschillende smaken kunnen bevatten. “Zo blijven de smaakpapillen wakker”, meldt de website Voedingindezorg.nl.

“HET MENU ZAL HOE DAN OOK VOLDOENDE GESCHIKTE EIWITTEN EN DE JUISTE VOEDINGSSTOFFEN MOETEN BEVATTEN”

Een ‘kickstart’ met Skyr omdat daar veel eiwitten in zitten. Daarmee kunnen de patiënten van de Sint Maartenskliniek te Nijmegen de dag aanvangen. Nog voor het echte ontbijt. Zodat ze al een behoorlijk stap hebben gezet in de richting van de gewenste 90 tot 130 gram eiwitten per persoon per dag. Dat is het streven van de kliniek.

Vooral voor patiënten die revalideren is het van belang om, verspreid over de dag, voldoende eiwitten en calcium binnen te krijgen. Want eiwitten zijn in combinatie met bewegen belangrijk voor de spieropbouw. Als je revalideert of herstelt van een operatie zijn ze onmisbaar.

Herstel bevorderen
Jelle Ferwerda van adviesbureau Smaak van het Huis laat weten dat het menu van de Sint Maartenskliniek afgestemd is op het bevorderen van het herstel van patiënten. “Herstellen is topsport”, zegt hij. “Zuivelproducten zijn daarbij belangrijk.”

Verdeeld over de dag krijgen patiënten eiwitrijke hapjes aangeboden. En niet te vergeten de toetjes na de warme maaltijd zoals yoghurt, vla, mousses, fruit en desgewenst extra slagroom.

Vegetarische gerechten zijn in opmars. Dat is toe te juichen vanuit dierenwelzijn en milieu. Maar hoe zit het met de eiwitten? Ferwerda: “We zullen er hoe dan ook voor moeten zorgen dat het menu voldoende geschikte eiwitten en de juiste voedingsstoffen bevat. Een leuke uitdaging voor koks om samen met diëtetiek menu’s te ontwikkelen die voldoen aan deze randvoorwaarden.”

Drinkvoeding
Drinkvoeding is vloeibare voeding die calorieën, eiwitten, vetten, koolhydraten, vitamines en mineralen bevat. Het gebruik van drinkvoeding – in overleg met een diëtist – is een manier om het eten energierijker en/of eiwitrijker te maken, zo meldt Isala in een patiëntenfolder. Voldoende voeding en vocht zijn extra belangrijk tijdens ziekte of herstel van ziekte. We kennen drinkvoeding op basis van melk, sap en yoghurt. Geadviseerd wordt om de drinkvoeding langzaam op te drinken. De zoete smaak vermindert door de drank koud te serveren. Het is aan te raden om verschillende smaken van verschillende fabrikanten uit te proberen. Om eventuele slijmvorming na het drinken tegen te gaan, kan een slokje water of een ijsklontje uitkomst bieden, adviseert Isala.

Ouderenzorg
Natuurlijk is gezondheid in de ouderenzorg ook belangrijk. “Maar wij willen toch vooral dat de mensen lekker eten”, zegt Jankees de Beer. Hij is als hoofd voeding verantwoordelijk voor 480 tot 500 warme maaltijden - de helft uitbrengmaaltijden - per dag voor vier locaties van Rijnwaal Zorggroep.

Bewoners kunnen kiezen tussen twee maaltijden. Bij de toetjes gaat het om vla- dan wel yoghurtproducten of kwarkproducten. Vanillevla, chocoladevla, aardbeienvla en yoghurt zijn gewild. De Beer: “In de restaurants kleden we de toetjes extra mooi aan met een toef slagroom of een chocolaatje.”

Uit de oude doos
En zo nu en dan worden ‘hits’ uit de oude doos afgestoft, zoals griesmeelpap met bessengelei, warme rijstepap met bruine suiker, custardvla en hangop. De Beer: “Tijdens thema-avonden doen we dat nogal eens. We voorzien die nagerechten van bessen en ander fruit. Dat zorgt voor herkenning bij de ouderen.”

Over de hangop zegt hij: “Die kunnen we zelf maken natuurlijk, maar je kunt het ook kant-en-klaar kopen. Ook van een prima kwaliteit.”

De Rijnwaal Zorggroep beschikt over winkeltjes waar de bewoners, die dat nog kunnen, hun eigen inkopen doen. Zij stellen zelf hun ontbijt samen. De Beer: “In onze winkeltjes kopen mensen opvallend veel zuivelproducten zoals kwark met vruchten in een eenpersoonsverpakking of een halve liter pap. Niet iedereen heeft zin om te ontbijten met brood.”

Kritiek weerlegd
Dat de zorg blij is met zuivel wil niet zeggen dat er geen kritiek is. Uit het oogpunt van duurzaamheid zou het gebruik van zuivelproducten niet wenselijk zijn omdat de productie CO2-uitstoot met zich meebrengt. Zo laat de organisatie Animal Rights weten dat duurzame zuivel niet bestaat.

Maar de NZO (Nederlandse Zuivel Organisatie) waarin dertien producenten zijn vertegenwoordigd, ziet dat anders. Zuivel levert een grote bijdrage aan de inname van belangrijke voedingsstoffen, zoals calcium, vitamine B2 en B12 en eiwitten van hoge kwaliteit, aldus de NZO. “Melk, yoghurt en kaas (30+) hebben een vaste plek in de Schijf van Vijf van het Voedingscentrum. Eén glas melk levert van de aanbevolen dagelijkse hoeveelheid 25% vitamine B2, 35% vitamine B12, 30% calcium en 30% fosfor.”

Wie minder of geen zuivel eet, maar wel gezond wil blijven eten, moet veel plantaardige producten eten om dezelfde hoeveelheid voedingstoffen binnen te krijgen, meldt de organisatie. “Die producten hebben gezamenlijk vaak een even grote impact op de CO2-uitstoot, zoals eerder is gebleken uit berekeningen die door Blonk Consultants zijn uitgevoerd.”



ZO NU EN DAN WORDEN ‘HITS’ UIT DE OUDE DOOS AFGESTOFT, ZOALS GRIESMEELPAP MET BESSENGELEI, WARME RIJSTEPAP MET BRUINE SUIKER, CUSTARDVLA EN HANGOP

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.

Geen discussie, gewoon doen

Ik denk dat het voor heel veel ouders erg herkenbaar is: discussies met de kinderen over het eten. Vaak begint dat al als de kinderen nog jong zijn. 'Dat lust ik niet', 'moet ik mijn bord helemaal leeg eten?', 'wanneer eten we eens iets lekkers?'. Discussies waar je eigenlijk niet op zit te wachten. Je wilt ze als ouders immers gevarieerd en liefst zo gezond mogelijk eten voorzetten. En wat krijg je als dank? Chagrijn aan tafel!

Aangezien ik zelf een makkelijke eter ben en vrijwel alles lust, sta ik er niet vaak bij stil dat ook volwassenen zo hun eigen voorkeuren en eetwensen hebben. En daarbij maakt niet iedereen altijd een gezonde keuze. Hoe je daar als zorg- of gezondheidsinstelling mee moet omgaan, lijkt mij een behoorlijke uitdaging. Zoveel mensen zoveel wensen, dus ik geef het de mensen in de keukens en op de afdelingen te doen. Ondanks keuzemenu's en gevarieerd aanbod zal het opnemen van de bestellingen en het uitserveren van de maaltijden regelmatig voor discussies zorgen.

Om die discussies – en de daaruit voortvloeiende frustraties – voor te zijn, hebben ze in het Groningse Martini Ziekenhuis een rigoureuze stap gezet. De frituur is de deur uit en frisdranken en andere producten met toegevoegde suikers komen er niet meer in. Gewoon doen, luidt de nuchtere noordelijke aanpak. Daar houd ik als oosterling wel van! Het wegnemen van de verleiding brengt rust en duidelijkheid. Een glas cola? Nee, dat hebben we niet. Appelgebak bij de koffie? Sorry, niet in dit huis.

Een harde en dwingende maatregel misschien, maar die werken over het algemeen het beste. Iets met zachte heelmeesters en stinkende wonden... Door bovendien te zorgen voor smaakvolle, gezonde alternatieven laten ze in Groningen veel mensen kennismaken met gezonde voeding. Een kennismaking die anders misschien wel achterwege was gebleven... Hulde voor dit initiatief!

ANTONIUS SNEEK

Satellietkeuken vervangt productiekeuken

Geen centrale productiekeuken meer, maar een satellietkeuken en afdelingskeukens waar ze maaltijden op maat bereiden. Dat is de nieuwe opzet van Antonius met locaties in onder andere Sneek en Emmeloord.

De centrale keuken in het ziekenhuis te Sneek verliest voor een deel haar functie. Hier worden alleen nog speciale eiwitverrijkte gerechten bereid. Een externe producent gaat componenten en maaltijden leveren. Men bereidt de aangepaste maaltijden, zo meldt Antonius, in een satellietkeuken.

Het gaat om voeding die is afgestemd op diëten of aandoeningen. Denk ook aan maaltijden voor mensen met slik- of kauwproblemen, een pijnlijke keel of smaakverlies. Daarnaast verzorgt de satellietkeuken sauzen, toetjes en rauwkost. "Het eten van een gezonde en lekkere maaltijd draagt bij aan een sneller herstel en het voorkomen van ziekte."

In de nieuwe opzet vragen voedingsassistenten aan de patiënten wat zij willen eten, ze registreren de wensen. Vervolgens worden de maaltijden in de afdelingskeukens bezorgd. Daar worden ze geregenereerd en geportioneerd.



"ER ZIJN MILJOENEN MENSEN DIE NAAR ONSTERFELIJKHEID VERLANGEN, MAAR DIE NIET EENS WETEN WAT ZE OP EEN REGENACHTIGE ZONDAGNAMIDDAG MOETEN DOEN"
Susan Ertz, Brits romanschrijfster 1894-1985

Accolade Zorg
locatie De Wijngaard









'Een fijne woonomgeving waar de bewoner zich thuisvoelt is belangrijk.'

Dat is één van de uitgangspunten van Accolade Zorg. Dit vinden zij niet alleen belangrijk voor hun bewoners, maar ook zeker voor hun medewerkers. Bij locatie De Wijngaard in Bosch en Duin heeft Van Gestel daarom het personeels-restaurant vernieuwd. Mede dankzij het plaatsen van een wandkoelmeubel, die niet alleen geschikt is voor het presenteren van gekoelde producten maar zeker ook voor het bewaren ervan, is het aanbod verbeterd. De combis-teamer van MKN is een perfecte toevoeging voor onder andere het vers afbakken van broodjes.

van gestel
GROOTKEUKENTECHNIEK
055 - 526 33 33
www.vangestelhoreca.nl

Op zoek naar advies of inspiratie? Scan de QR-code en ontdek meer van onze gerealiseerde projecten!

kiwa gecertificeerd ISO 14001

Knorr®
PROFESSIONAL

Maak het verschil met de slimme basis van Knorr Professional

De soepen van Knorr Professional bieden een slimme basis en geven de zekerheid van constante smaak en kwaliteit. Zo kan jij een soep direct serveren, of naar eigen smaak personaliseren.

Bekijk alle Knorr Professional soepen op ufs.com



Unilever Food Solutions

Support. Inspire. Progress.