

nummer 3  
2019

# PRONK

Verwantenmagazine  
van Cosis



## Heel Cosis Klust

De Verbinding met  
de Blauwe Stad

Ontmoetingsdag  
Gezinshuizen

Delfzijl  
Aan de rand  
van Cosis

Op pad met  
Tanja Zwiers

# Koffie met...



## Jan en Anneke Adams

'We hebben meer dan een dubbele betrokkenheid met Cosis.'

Jan en Anneke Adams wonen in het Drentse Vledder. Ze hebben drie kinderen, Tim, Johnny en Natalia. Tim en Johnny hebben een verstandelijke beperking en wonen op verschillende locaties van Cosis. En ook voor de dagbesteding gaan ze naar andere voorzieningen. Als dus de vraag gesteld wordt hoe de betrokkenheid met Cosis is, kan het antwoord alleen maar "maximaal" zijn.

Anneke: "Toen Tim, onze oudste, een jaar was hadden we al wel een vermoeden dat hij erg achter was in zijn ontwikkeling. Onderzoeken bevestigden dat en we kregen de mededeling dat Tim een 'ligkind' zou blijven, ernstig meervoudig beperkt. Je stelt je daar als ouders, zo goed en zo kwaad als dat kan, op in en het was dan ook een enorme verrassing toen Tim op zijn 7e besloot recht op te gaan zitten en zichzelf leerde voort te bewegen als een zitvoetballer."

Jan: "Op basis van erfelijke kansberekeningen over het krijgen van nog een kind met een beperking hebben we besloten twee kinderen te adopteren. Johnny en Natalia kwamen uit Colombia en completeerden ons gezin. Toen na verloop van jaren bleek dat Johnny ook een ontwikkelingsachterstand had, groeide het besef dat ons leven voor een groot gedeelte over was genomen door kinderen met een beperking. Het doet dag en nacht een beroep op je zorgen en gedachten. De betrokkenheid blijft maximaal en bepaalt voor een groot deel je levensritme."

Anneke: "We zijn zeer actief betrokken bij de Cosis locaties waar onze zonen wonen, Schoonvelde in Hoogeveen en de Beatrixlaan in Zuidwolde." Jan: "We hebben destijds als ouders hard gewerkt om een woonvoorziening te realiseren voor kinderen met een EMB. Dat is Schoonvelde geworden en daar zijn we

tot vandaag de dag zeer trots op. Een periode waarin we veel hebben geleerd over wet- en regelgeving als het gaat om het realiseren van een zorginstelling. Maar het was tevens een tijd waarin onze kinderen volwassen werden. Dan moet er ook erg veel geregeld worden, curatele, bewindvoering en/of mentorship. Verschillende nieuwe indicaties, enzovoort, enzovoort. Het is best een gecompliceerd doolhof voor ouders, die er mee te maken krijgen. Dit gegeven was voor ons een aanleiding om zitting te nemen in een EMB kenniskring bij Cosis. Momenteel zijn we bezig met het verzamelen van informatie rond genoemde onderwerpen met als doel op afzienbare termijn een overzichtelijke brochure uit te geven voor ouders, die te maken krijgen met deze wet- en regelgeving. Het is fijn om je in te zetten voor lotgenoten, die voor hetzelfde traject staan waar wij al veel ervaring mee hebben."

# Inhoud

- 2** Koffie met... **Jan en Anneke Adams**
- 4** **'Heel Cosis Klust'**  
Klus en verhuis-initiatief voor en door cliënten
- 7** **De verbinding met 'de Blauwe Stad'**
- 8** #met zorg gemaakt
- 9** COLUMN: Uitgekookt – Kijk lees luister
- 10** Drie betrokkenen aan het woord  
**Ontmoetingsdag Gezinshuizen**
- 11** Sprakeloos
- 12** **Delfzijl** Aan de rand van Cosis
- 16** **Martin is Andy's maatje**
- 17** Sprakeloos
- 18** **Op pad met...** Tanja Zwiers!
- 20** **Radiostation Robintimo Radio**
- 22** **Nieuws!**
- 23** TWEETS – LEES VERDER – KLACHTEN – COLOFON
- 24** **Pronkt**

---

foto omslag: Kanonschieten Bourtange tijdens één van de drie vrijwilligersdagen met thema 'openluchtmuseum'.





# Heel Cosis Klust

Initiatief van het GGz-programma van Cosis

Klus en verhuis-initiatief voor en door cliënten

# De inzet van 'Heel Cosis Klust' blijkt zeer effectief!

**Heel Cosis Klust is de naam van een zeer dynamisch project binnen de GGZ kant van Cosis. Cliënten met een psychische beperking knappen meubelen op om medecliënten te helpen een stap te maken naar het betrekken van een eigen woning.**

## Vóór en dóór

De 'godfathers' van *Heel Cosis Klust* zitten gebroederlijk aan de kantoor-tafel van het pand in Assen dat sinds juli gehuurd wordt. Willem Dijkstra is vrijwilliger en een van de initiatiefnemers. Willem: "Sinds de BW's de opdracht hebben gekregen om op termijn te ontmantelen, hebben veel bewoners de stap gezet om een eigen woning te betrekken met ambulante begeleiding. In de praktijk zie je dan dat er een probleem ontstaat. De meubels en veel spullen in de BW zijn van Cosis en de meeste cliënten zijn niet of slecht in staat geweest aan een eigen uitzet te werken. *Heel Cosis Klust* is in het leven geroepen om deze mensen bij te staan. We ontvangen gebruikte meubels, witgoed en andere huishoudelijke spullen in ons gebouw. We knappen ze daar waar het nodig is op en bieden ze aan aan de mensen

die gaan verhuizen."

Jack Poel is medewerker bij Cosis. Jack: "En daar houdt het niet bij op, we kunnen ook helpen met het verhuizen en het stofferen en inrichten van de nieuwe woning. We doen dat niet voor de persoon, maar samen mét. Bij wat ze zelf kunnen en waar hun netwerk kan helpen willen we graag aanvullend zijn. We hopen dat de bewoners en de medebewoners, nadat we ze geholpen hebben, zich opgeven om volgende keer opnieuw als vrijwilliger een volgende verhuizer te helpen. Op deze manier is het mooi vóór en dóór."

## Bruikbare spullen

Willem: "We zijn nu met een team van vijf mensen dat actief is voor *Heel Cosis Klust*. In ons gebouw slaan we meubels op die binnen komen. We krijgen regelmatig wat aangeboden en

hier en daar moet er wat opgeknapt of gerepareerd worden. Daar hebben we een werkplaats voor ingericht. We staan altijd open voor nieuwe spullen, maar hopen wel dat mensen die ze doneren beseffen dat we goed materiaal nodig zijn. Meubels en spullen die de bringer zelf ook in zijn interieur zou willen gebruiken. Het allerliefst willen we dat mensen ons eerst even mailen, het allerliefst met een foto er bij, voordat ze spullen komen brengen. Alles wat gebracht wordt en niet bruikbaar is moeten we zelf afvoeren en dat brengt veel kosten met zich mee." Jack: "We proberen ook het bedrijfsleven te prikkelen om ons te helpen met materialen. Verf, schilder benodigdheden, behang, gereedschap, we hebben behoefte aan veel materiaal. We onderhouden contacten met bouwmarkten en aannemers en vragen of ze iets voor onze doelgroep willen betekenen.

‘We hopen dat de bewoners en de medebewoners, nadat we ze geholpen hebben, zich opgeven om volgende keer opnieuw als vrijwilliger een volgende verhuizer te helpen. Op deze manier is het mooi vóór en dóór.’



aanvullend kunnen zijn in werk en materiaal. Mensen die dit lezen en graag meubels en materialen willen doneren nodigen wij daartoe van harte uit.

Willem heeft onlangs na een gesprek een zeer forse korting bij Carpet Right op laminaat weten te regelen.”

### Tussenkopje

Willem: “Op termijn willen we natuurlijk graag groeien. We zitten nu nog alleen in Assen, maar de behoefte aan een inzet als *Heel Cosis Klust* bestaat ook in Meppel, Hoogeveen, Emmen, Groningen, Veendam en meer. Ook willen we graag het team uitbreiden. En als mensen graag op oproepbasis mee willen helpen kan dat ook. En behalve het helpen met verhuizen zijn we aan het onderzoeken hoe we op de langere termijn workshops kunnen aanbieden zoals, schilderen, elektriciteit en misschien zelfs een cursus budgettering.”

Jack: “Als mensen zich willen aanmelden doen we eerst een soort intake waarbij we inventariseren hoe we

Wel graag eerst even contact zoeken via [heelcosisklust@cosis.nu](mailto:heelcosisklust@cosis.nu) of 06 206 100 92 we kunnen dan even overleggen over het aanbod en misschien een tijdstip voor het brengen afspreken. We hebben nu een paar mensen geholpen met verhuizen en het is bewezen dat *Heel Cosis Klust* een effectief initiatief is. Dat motiveert ons dagelijks om door te gaan en hopelijk u als lezer om ons te steunen.”

### Kim is *Heel Cosis Klust* zeer dankbaar

Sinds 10 september woont Kim in een flat in Assen Oost. Het uitzicht is erg mooi. Geen grijze muren of coniferen van burens, maar een verse groene weide tot aan een bosrand. Kim is zeer content met haar nieuwe woning. Kim: “De mensen van *Heel Cosis Klust* hebben me verhuisd en daar ben ik erg blij mee. Zonder hen was het me nooit gelukt.”

Kim moest dringend uit haar vorige woning vanwege gezondheidsredenen. Kim: “Maar ik had geen idee hoe ik dat zou moeten regelen. Ik beschik niet over een netwerk dat me zou kunnen helpen en in mijn eentje zou ik niet in staat zijn om grote en zware spullen te vervoeren en verslepen. De onzekerheid over de oplossing bezorgde me veel stress, maar gelukkig werd ik op het pad gezet van *Heel Cosis Klust*. Ik had al wel verschillende dozen en kleiner materiaal naar de flat gebracht, maar de rest kon door de mensen van *Heel Cosis Klust* in een

dag verhuisd worden. Je snapt dat ik het een fantastisch initiatief vind. Ik wilde heel graag wat terug doen en dus heb ik aangeboden om de catering te verzorgen bij de opening van *Heel Cosis Klust* op 17 oktober. Ik werk in de Inloop aan de Brink in Assen, waar ik bardienst draai en help in de keuken. Die ervaring kan ik mooi inzetten en heb ik het dankbare gevoel dat ik iets terug kan doen voor de fijne hulp.”





# De verbinding met de Blauwe Stad

**De Blauwe Stad in de gemeente Oldambt is een onderdeel van de Provincie Groningen. Het personeel van de Blauwe Stad had een personeelsuitje gepland. Voorafgaand aan een bierproeverij en een etentje wilden ze iets doen voor een bijzondere doelgroep. Ze kwamen terecht bij de mensen van WDL locatie de Verbinding in Winschoten die het voorstel met enthousiasme omarmden.**

Begeleidster Bianca van Heukelum: “Het was een prachtige gelegenheid om de deuren open te zetten. Het is fijn om andere mensen eens te laten zien wat er binnen onze muren allemaal gebeurt. En zo ontstaan voor de deelnemers ook mooie ontmoetingen.”

En zo ondernamen 13 Blauwe Stad medewerkers allerlei activiteiten met de deelnemers. Samen de lunch voorbereiden, een potje sjoelen, samen fotoboeken bekijken, samen de was

opvouwen of een tafel repareren in de werkplaats. De werkzaamheden waren zeer divers, maar de sfeer was uitstekend. Amber Cocrits van de Blauwe Stad: “Het voelt goed om met z’n allen eens iets te doen in het kader van, wat zo mooi heet, maatschappelijk ondernemen. Het was een zeer geslaagde dag en ik moet wel eerlijk bekennen dat onze harten bij Cosis zijn gestolen. Wat een enorm lieve en hartelijke cliënten, we hebben ons erg welkom gevoeld. De begeleiders zijn ook top-pers trouwens, niet te vergeten!”

# #metzorggemaakt



Bij Cosis maken cliënten in de WDL-locaties dagelijks met passie, liefde en kwaliteit veel mooie en verkoopbare producten. Van uniek keramiek tot professioneel drukwerk. Van openhaardhout tot de zorgvuldige demontage van oude of defecte elektrische en huishoudelijke apparaten. Onze producten zijn #metzorggemaakt.

In deze Pronk zetten we de producten van **de Spont en het Ambacht uit Coevorden** 'In de etalage'. U kunt bij deze locaties terecht voor houten decoraties of een geschenk-bierkratje inclusief flesopener, zelf gegoten kaarsen, gevouwen en bedrukte papieren tassen en nog veel meer. Het Ambacht is in de periode voor kerst betoverend met diverse sfeervolle kerstgeschenken.

*De Spont: Dr. Picardtweg 19 Coevorden  
Het Ambacht: Friesestraat 64 Coevorden.*  
Op onze website **Over Cosis > Alles over Cosis > #metzorggemaakt** is een lijst opgenomen van onze andere #metzorggemaakt WDL-locaties.

**Van harte welkom bij onze winkels/verkooppunten!**

Margareth Sulmann is de oudere zus van Astrid. Astrid woont in Coevorden, 'In de Goorn' en Margareth is daar lid van de cliëntenraad. Margareth is werkzaam in de jeugdzorg bij Cosis en sinds kort ook logeergezin van Cosis. Samen met haar broers en zussen heeft zij de zorg voor Astrid overgenomen van hun ouders. Dit doen zij vanuit liefde voor en met liefde voor hun zusje.

Margareth



## Een opnamedag

Ik haal haar op. Het is nog vroeg en hoe leg ik uit wat er vandaag gaat gebeuren? Ze wordt opgenomen voor een dagje, mijn zusje Astrid. Ze heeft het syndroom van Down en snapt de wereld niet altijd. Ze praat niet meer maar begrijpt goed wat er tegen haar gezegd wordt. Onderweg in de auto vertel ik dat we naar de dokter gaan. En dat ze in een heel mooi bed mag liggen en ook dat José komt. Ze vindt autorijden leuk en reageert niet op mijn verhaal. In het ziekenhuis is ze zichtbaar blij om José te zien. We melden ons bij de balie en even later ligt ze daadwerkelijk in een bed. Of die nou zo mooi is laten we maar in het midden. Ze ondergaat het allemaal gewillig. Het is niet de eerste keer dat dit gebeurt en dat scheelt. Dan komt de KNO-arts om uit te leggen wat hij gaat doen. We luisteren en vertalen voor haar. Ze vindt het best, zolang ze haar eigen speeltjes maar mee mag nemen. Die houdt ze stevig vast. Meestal zijn dit kraaltjes en kettingen, liefst zo glimmend mogelijk. Ja, ons zusje heeft wel smaak. Dan mag ze naar de OK. Zonder verdoving staat ze niet toe dat er aan haar gerommeld wordt en dus worden behandelingen aan gebit, ogen en oren en wat zo meer onder algehele narcose gedaan. Ik ga mee en krijg een blauw pak aan en een muts op. We lachen erom. Ze kijkt met grote ogen om zich heen. Blijven praten, neem ik me voor. Dan hoort ze tussen al dat geroezemoes van vreemde stemmen toch een vertrouwde stem. Ze krijgt een prik, vindt ze vervelend en laat dat merken door te huilen. Zachtjes, stilltjes... Dan door naar de OK. Ik blijf erbij, ze werkt mee door zelf op de operatietafel te gaan liggen, blijft kijken, haar ogen zoekend, haar handen om haar speeltjes geklemd. Dan vallen ze dicht, die grote, bruine kijkers. Nu mag ik stil zijn. En mijn tranen wegslikkend verlaat ik de OK.

# KIJK LEES LUISTER

### KIJK

Vrijwilligers zijn van on-schatbare waarde voor onze cliënten. Op welke manier dat vrijwilligerswerk vorm krijgt, is te zien op de website [www.cosis.nu](http://www.cosis.nu) – keuzeknop: vrijwilligers – keuzeknop: verhalen over vrijwilligerswerk.



### Leestip

Boek over de recente geschiedenis van de gehandicap-tenzorg In april verscheen het boek *Niet-normaal, Ontwikkelingen en dilemma's in de Nederlandse gehandicaptenzorg*.

Publicist Jos van der Lans heeft op verzoek van de VGN boek geschreven over de geschiedenis van de gehandicaptenzorg. In de periode na de Tweede Wereldoorlog is er veel veranderd. Hoe kijken we terug op die geschiedenis? Waar staan we nu?

Aan de hand van gesprekken met zestien hoofdrolspelers wordt het onderwerp in kaart gebracht. Het boek kan besteld worden bij Uitgeverij De Graaff en kost € 29,99.



### Luistertip

Begin oktober doken de Rappe Gasten van Cosis de studio in. Op 20 december komt hun eerste single *Blij dat ik hier woon* uit. Zie ook hun Facebookpagina *Rappegasten*.

# Gezinshuizen

Bij Cosis zijn enkele tientallen Gezinshuizen actief. Het betreft gezinnen die een of meerdere kinderen met een beperking een thuis bieden. Zo nu en dan treffen de gezinnen elkaar op een cursus of een themabijeenkomst, maar de Cosis medewerkers die zich met de gezinnen bezig houden vonden het tijd worden om ze eens uit te nodigen voor een ontspannen ontmoetingsdag. Om de gezinnen eens in het zonnetje te zetten en om te laten zien dat Cosis hun inzet enorm waardeert en op prijs stelt.

En dus kwamen ruim twintig gezinnen, in totaal zo'n zeventig personen, naar de Burcht in Wedde om te kletsen, te kanoën, van de kabelbaan te gaan, poffertjes te eten, met paard en wagen te rijden en vooral te ontspannen en bij te kletsen. Aan het eind van de dag, die zich gelukkig door het weer geheel buiten kon afspelen, was iedereen erg positief. Met dank aan de Vrienden aan Cosis voor hun financiële ondersteuning.



**Gerard Ingwerda:** "We hebben in Winschoten een zorgboerderij en een gezinshuis. Toen we de uitnodiging kregen voor de ontmoetingsdag hoefden we niet lang na te denken of we zouden gaan. De locatie is geweldig. En we ontmoeten er veel mensen van andere gezinshuizen die we al wel kennen, maar het is altijd goed om regelmatig bij te praten. Een netwerk onderhouden en uitbouwen met andere gezinshuizen is belangrijk omdat je regelmatig even wilt sparren over allerlei zaken. Deze dag is een mooi initiatief."



**Ruud Platje:** "Ik ben gezinsbegeleider en medeorganisator van de ontmoetingsdag. Ik kom bij een aantal gezinnen eens per zes weken langs voor voortgangsgesprekken en hulp bij allerlei administratieve en bureaucratische perikelen. Het is erg leuk om veel van die gezinnen op een plek als deze te ontmoeten. Het is allemaal veel informeler en je leert elkaar ook op een andere manier kennen. Dat heeft een grote meerwaarde voor de verdere samenwerking in de toekomst."



**Floortje Mollema:** "We hebben een gezinshuis met twee eigen kinderen en vier 'zorgkinderen' in Veeningen, vlak bij Hoogeveen. Het is een boerderij waar we met z'n allen zorgen voor de dieren die er rondlopen. Ik vind het erg leuk om in Wedde te zijn met de andere gezinnen. In de gesprekken met elkaar doe je goede ideeën op. Je hebt zelf wel een idee hoe je een gezinshuis wilt runnen, maar het kan inspirerend zijn om van anderen te horen hoe zij het doen."

# SPRAKELOOS

A young child with blonde hair, wearing a red long-sleeved shirt and white leggings, is lying on their back on a green inflatable mat. The child's legs are raised and bent at the knees, with their feet pointing towards the top of the frame. The child is surrounded by large, colorful inflatable pillows in shades of red, yellow, and blue. The background shows a grassy area and a clear sky.

*Veertig kinderen werden verwend op de zonnige Gezinsontwikkeling-dag in Wedde*

Aan de rand van Cosis

# Delfzijl

**Cosis als organisatie beslaat twee provincies. Het verst uit elkaar liggen de Trekschuit in Meppel en de Ede Staal Staete in Delfzijl. Je moet 115 kilometer rijden om van de ene naar de andere locatie te komen. En eenmaal aangekomen in Delfzijl ben je ook meteen aangekomen bij het eind. Aan de oever van de Eems houdt Nederland op.**

## **Trots op Ede Staal Staete**

Cosis zit ook in Delfzijl. Er staat een ruime woonvoorziening met de naam Ede Staal Staete en er wordt dagbesteding geboden in een multifunctioneel centrum van de gemeente. En Thuisondersteuning heeft er een kantoor. “Maar toch komt Delfzijl binnen de organisatie niet vaak onder de aandacht”, zegt teamcoördinator Pim van der Schoor. “Het lijkt soms wel alsof het na Appingedam ophoudt, alsof er een muur staat achter de buurgemeente die qua inwonertal minder dan de helft is van Delfzijl. Je komt op een doorreis in de organisatie ook niet langs Delfzijl. Er zal ook niet zo snel een centrale bijeenkomst van de organisatie in Delfzijl worden georganiseerd. Dat is ook wel een beetje logisch. We voelen ons daarom wel een beetje een eiland. En eerlijk gezegd is dat ook wel eens prettig. Onder de NOVO-vlag zijn we begonnen met het organiseren van woonvoorziening de Ede Staal Staete en daar zijn we trots op. We beschikken over een mooie ruime locatie met 27 appartementen en een aantal grote open centrale ruimtes. En dat hebben we toch maar mooi voor elkaar gekregen.”

“Dat de verbinding met de rest van de organisatie vanaf het begin wat heeft gehaperd komt deels door het feit

dat we al zes verschillende managers hebben gehad. Dan raak je ook een beetje vertrouwd met het feit dat je veel op jezelf aangewezen bent. Immers, zij kunnen goed voortrekkers zijn in verbindingen met elders. We willen graag ondersteund worden door Cosis als organisatie, maar als Delfzijl al voelt als een uithoek en de communicatie met andere eenheden moeizaam is dan trek je je wat eerder terug. En eerlijk gezegd is er momenteel in Delfzijl een hoge mate van tevredenheid. Cliënten zijn gelukkig, medewerkers functioneren in een geolied team en verwanten geven aan tevreden te zijn. Inmiddels zijn we samen met Appingedam een zorgpost en daardoor merk je wel dat verbindingen al beter gaan lopen. En dat is ook prima. Maar in Delfzijl wordt het geïsoleerd zijn niet als probleem ervaren. Een buitenstaander ziet dat wellicht anders.”

## **Team als sterk collectief**

Pim werkt pas kort bij Cosis in Delfzijl. Hiervoor werkte hij ook in de zorg in Rotterdam. Is er een groot verschil tussen het begeleiden van mensen met een verstandelijke beperking in de Randstad en Delfzijl? Pim: “Dat verschil is er zeker. De problematiek ligt gemiddeld genomen op een ander vlak. In Rotterdam zijn de verleidingen voor mensen met

"... We voelen ons daarom  
wel een beetje een eiland.  
En eerlijk gezegd is dat ook  
wel eens prettig.."





een lichte verstandelijke beperking groter. We hadden veel op te lossen in de schuldhulpverlening. En problemen met drugs en alcohol lagen sneller op de loer. In de Randstad zijn mensen meer op zichzelf aangewezen. In Delfzijl is de betrokkenheid en de invloed van het netwerk veel groter. We voeren hier in het uiterste noor-

den andere gesprekken met de cliënten. Leerdoelen liggen hier meer in de sfeer van groeien naar een grotere zelfstandigheid of het willen halen van een rijbewijs. In Delfzijl ligt de nadruk in de begeleiding nog wel eens op 'zorgen-voor' in plaats van 'zorgen-dat'. Daar zouden nog stappen in gemaakt kunnen worden. Delfzijlers

onder elkaar is wel ons-kent-ons, maar minder op de 'noaberschap' wijze van kleinere dorpen. Er is iets meer afstand, ieder leeft op zijn eigen stukje. Maar het team van Cosis in Delfzijl is een sterk collectief. En dat is mede dankzij het eerder omschreven eiland gevoel."

"... in Delfzijl wordt het geïsoleerd zijn niet als probleem ervaren. Een buitenstaander ziet dat wellicht anders."



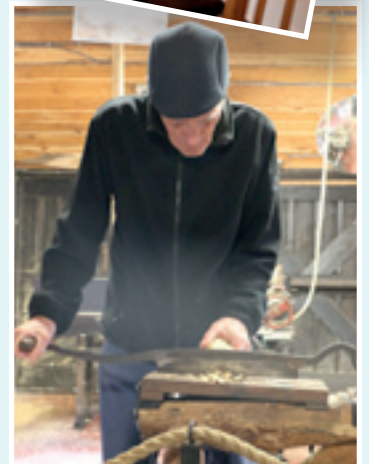
## Geslaagde opening ATC Assen

Begin oktober opende het appartementen trainingscentrum in Assen (ATC Assen) haar deuren. Wethouder Pauwels knipte samen met Sharonique en Melanie het lint door waarmee de locatie officieel geopend was. In het ATC wonen jongeren tijdelijk en leren ze onder begeleiding vaardigheden om later zelfstandig of gedeeltelijk onder begeleiding te gaan wonen. In die paar leerjaren proberen ze grip te krijgen op het leven. Bewoners en medewerkers zongen een zelf geschreven openingslied na de toespraken. Na de opening was er ook open huis voor de buurtbewoners. En ter afsluiting voor bewoners en het team een goed verzorgde barbecue

## Spontane ontmoetingen op de Cosis vrijwilligersdagen

Cosis heeft ongeveer 1200 vrijwilligers. Waardevolle mensen die hun werk doen voor de cliënt bij hen in de buurt. Cosis zet jaarlijks de vrijwilligers graag in het zonnetje om daarmee het enorme belang van de vrijwilligers stevig te onderschrijven. Als lezer kom je de vrijwilligers vast ook tegen op locaties.

In oktober waren er drie vrijwilligersdagen. Het thema was 'openluchtmuseum' en daar hebben we in Groningen en Drenthe drie van. De vrijwilligers konden kiezen uit een dag in Warffum, in Bourtange of in Orvelte. Bij alle musea was het gezellig druk. De genodigden waren, net als ieder jaar, weer zeer enthousiast. En wederom was het erg leuk om te zien dat er allerlei spontane ontmoetingen ontstonden. Mensen sloten zich gemakkelijk bij elkaar aan omdat ze natuurlijk een overeenkomstige factor delen: ze zijn allemaal vrijwilliger bij Cosis. De vrijwilligers voelden die dag de waardering van Cosis en daarmee is het grootste doel van de vrijwilligersdagen bereikt.



# Martin is Andy's maatje



**Op de foto zie je links Martin van Veen die op een terras in Emmen een selfie maakt met Andy Kracht. Martin is het maatje van Andy. Andy woont in woonvoorziening Stroomdal in Schoonebeek. Martin is coördinerend begeleider van logeerhuis de Kajuit in Meppel.**

Martin: “Ik heb een tijd lang op Stroomdal gewerkt en was de pb’er van Andy. We hadden wel een klik met elkaar. Andy is rolstoel gebonden en komt daarom minder de deur uit. Zijn sociale netwerk is niet erg groot en zijn financiële middelen zijn ook beperkt. Maar Andy is een dynamisch type met veel humor en energie en is nieuwsgierig naar de wereld. Ik ben op zoek gegaan naar een vrijwilliger die er zo nu en dan met hem op uit kon gaan, maar dat is niet gelukt. Toen ik een andere baan kreeg heb ik maar besloten om zelf die rol bij

Andy te gaan vervullen. Nu ben ik officieel zijn maatje. Ik heb een vrijwilligersformulier ondertekend bij Cosis.”

Andy: “Martin is als een tweede vader voor me. We kunnen erg goed met elkaar opschieten en ik kan erg goed mijn verhaal bij hem kwijt. Ik kan goed met hem praten, lachen en ouwehoeren. Martin neemt mij serieus. Ik heb best vrienden, maar ik mis iemand die met me op stap gaat, of een keer naar de kroeg. Eens per maand komt Martin en dan mag ik zeggen wat ik graag wil doen. Het liefst ga ik samen met hem naar Emmen. Even een paar winkels in en daarna naar de Brasserie voor een Turkse tosti op het terras. Heerlijk vind ik dat. Ik heb best veel meegemaakt en heb het wel nodig om mijn verhaal kwijt te kunnen. Ik ben niet heel snel met iemand zo vertrouwd dat ik meteen alles maar vertel. Ik ben geen klein

kind en Martin snapt dat. En ik vind het fijn dat Martin een man is. We praten op een gelijkwaardige manier. Het liefst zou ik nog een keer met hem naar Defqon gaan, dat is een hardcore festival. Die keiharde bassen vind ik lekker. Ik weet niet of Martin dat ook ziet zitten, maar als ik mag zeggen waar ik graag naar toe wil...”

Martin: “Ik denk dat er bij Cosis veel cliënten als Andy zijn. Een maatje kan een groot verschil maken. Voor mij geldt dat het een kleine moeite is met een groot effect. En op deze manier ga je toch anders met je maatje om dan dat je dat als professional doet. Ik weet dat er bij Cosis de komende tijd veel aandacht aan het werven van maatjes besteed gaat worden. Persoonlijk kan ik het aanbevelen omdat ik zie hoeveel Andy er aan heeft.”

# SPRAKELOOS



Op de Cosis Gezinshuizendag in  
Wedde wilde Jerry clown Bassie zijn

*Op pad met...*

Tanja Zwiërs



# “Alles draait om oprechte aandacht”

**Tanja (41) is Adviseur Vrijwilligerswerk bij Cosis. Tijdens een zonovergoten voorjaarswandeling die niet alleen langs prachtige natuur voert, spreekt ze over de pareltjes van Cosis: de vrijwilligers.**

## **Een les voor het leven**

Met iemand die zes keer per week fanatiek sport aan kop, zit de pas er flink in. De gebaande paden laten we links liggen. Tanja kiest liever voor smalle bospaadjes, uitgesleten zandweggetjes, ruitersporen: “veel mooier”.

Onderwijl vertelt ze dat ze ooit chemisch laborante wilde worden. Gaandeweg ontdekte ze dat liever iets concreets voor een ander wilde doen. Weggestopt in een kil laboratorium paste daar eigenlijk niet bij. Ze gooide het roer om en koos voor de SPH.

Na de SPH ging ze als teamleider aan de slag bij een logeershuis. Tanja: “Daar was ik op mijn plek. Veel regelen, organiseren: de spil in het geheel. Nauw betrokken bij cliënten, het team. En ook voortdurend in contact met ouders. Van te voren was ik er nog voor gewaarschuwd: die ouders zijn óntzettend lastig. Maar ik zag juist hele betrokken en kritische ouders. Door ze aandacht te geven, écht naar ze te luisteren en terug te geven wat je deed, kon je er juist prima mee samenwerken. Een les voor het leven.”

Vrijwilligers voegen écht iets toe aan de kwaliteit van leven van cliënten

## **Schrijver en tekentherapeut**

Na vijf jaar sloot het logeershuis z'n deuren. Zelf liep Tanja tegen haar grenzen aan. “Het is een bekend fenomeen bij teamleiders: het roosteren tijdens piekperiodes was niet te doen. Ik kreeg de bezetting nauwelijks rond. En dan pakte ik die avonddienst zelf maar op: kostte me minder energie dan urenlang achter mensen aan te bellen. Maar ja, er komt een moment dat die balans tussen werk en privé een beetje doorschiet.”

Ze nam ontslag, liet de dingen op z'n be- loop; ‘er komt altijd wel een kans voorbij’. Zo schreef ze voor uitgeverij EduActief mee aan meerdere lesboeken voor Zorg & Welzijn. En ze richtte een eigen praktijk voor tekentherapie op. Anderhalf jaar daarna, ging ze bij Promens Care aan de slag als projectcoördinator bij SNOEK (Sterk Netwerk Op Eigen Kracht). Tegenwoordig is ze samen met collega Judith Adviseur Vrijwilligerswerk.”

## **Zuinig op vrijwilligers**

Voor die vrijwilligers, Cosis telt er ruim twaalfhonderd, gaat ze met hart en ziel. “Een hele diverse club mensen”, vertelt Tanja. “De jongste is vijftien, de oudste 89. De één doet klusjes, een ander helpt bij de begeleiding van activiteiten. Weer een ander is chauffeur. Deze mensen voegen écht iets toe aan de kwaliteit van leven van cliënten. Omdat we dit steeds belangrijker vinden, groeit het belang van vrijwilligers. Daarin willen we investeren.”

“We hebben vrijwilligers die al meer dan dertig jaar betrokken zijn. Het liefst willen we meer van die pareltjes. De trend is helaas dat mensen zich niet meer voor langere tijd willen binden. Voor onze cli-

ënten is het vaak vervelend wanneer iemand na drie maanden iets anders gaat doen. Met ons beleid [zie kader] willen we daarom zoveel mogelijk duurzame relaties opbouwen. Dit doen we door vrijwilligers een duidelijke plek te geven in onze organisatie. Dat de organisatie oog en oor heeft voor vrijwilligers. “Uit gesprekken met vrijwilligers blijkt dat oprechte aandacht en betrokkenheid ontzettend belangrijk zijn. Voelt iemand zich thuis bij ons: krijgt iemand een kopje koffie aangeboden? Komt er een dankjewel wanneer iemand op huis aan gaat...? Dat zijn de kleine dingen die ervoor zorgen dat iemand de volgende keer er weer staat. Op alle Cosis-locaties werken we inmiddels met aandacht functionarissen. Zij hebben contact met vrijwilligers. Om hen te begeleiden, wegwijs te maken en betrokken te houden.”

## **COSIS VRIJWILLIGERSBELEID**

**Onze vrijwilligers zijn onbetaalbaar. Daarom willen we als Cosis iets teruggeven voor hun inzet. In ons vrijwilligersbeleid zorgen we ervoor dat alles goed geregeld is. Zo starten we binnenkort met een online systeem waarin vrijwilligers eenvoudig hun eigen gegevens kunnen beheren. We zorgen ook voor een collectieve zorgverzekering, een kerstpakket en bieden training en scholing aan. En één keer in het jaar pakken we groots uit een met de Vrijwilligersdag: een dag waarin Cosis alle vrijwilligers in het zonnetje zet.**

# Robin heeft zijn eigen radiostation

**Robin Boltjes woont in de Woongemeenschap van Cosis in Scheemda. Hij runt er zijn eigen radiostation Robintimo Radio. Robin is vanwege spasme aan een rolstoel gebonden, maar hij laat zijn beperking niet in de weg staan. Het is werkelijk bewonderenswaardig wat hij, dankzij een stevig doorzettingsvermogen, allemaal al gerealiseerd heeft.**

## **Passie voor muziek**

Robin: “Vanuit mijn appartement in Scheemda zend ik 24 uur per dag uit. Dat is grotendeels non stop muziek en een paar uur per dag heb ik live programma’s. Ik zend uit via de website Robintimo.nl. Dat ik radio ben gaan maken komt vooral vanwege mijn passie voor muziek. Ik ben in het bezit van meer dan 90.000 nummers van 1965 tot nu. Toen ik 19 was had ik samen met mijn vader een drive-in discotheek. We draaiden door heel Nederland en ik zorgde voor de muziek. Ik kondigde de platen aan en startte ze in. Mensen vonden het misschien wel eens vreemd dat ik met mijn spasme in een rolstoel aan het draaien en aan het dj-en was, maar ik heb daar nooit problemen mee gehad. Om het ijs te breken riep ik de feestgangers wel eens op om ook spastisch te gaan dansen. Een soort gezonde zelfspot waarmee je de afstand flink

verkleinde. Het was een prachtige, maar wel pittige periode. Prachtig omdat ik mensen plezier kon doen met muziek en pittig omdat we soms ’s morgens vroeg om een uur of 5 pas weer thuis waren. Maar ik had het voor geen goud willen missen.”

## **Start eigen radiostation**

“Toen we stopten met de discotheek wilde ik toch erg graag in mijn vrije tijd iets met muziek doen en zo zag ik een oproep voor een radio dj in Hoogezand. Ik heb dat een paar maanden gedaan, maar toen zei de eigenaar dat hij niet met mij verder wilde omdat luisteraars gezegd zouden hebben dat ze mij niet konden verstaan. Nou, dacht ik, dan begin ik toch gewoon mijn eigen internetradio. En zo werd Robintimo Radio geboren. Ik heb Buma Stemra gebeld om te vragen wat er allemaal voor nodig was om een eigen radiostation te beginnen.

Daarna heb ik apparatuur aangeschaft zoals een goede mengtafel en ben gewoon begonnen. Naast non stop muziek heb ik ook een verzoekplatenprogramma en zijn er nog vier andere dj’s die hun programma uitzenden via mijn station. Bij live-uitzendingen hebben we tussen de 40 en de 60 luisteraars en tijdens non stop muziek gemiddeld 20. Ik draai alle genres, maar ik merk dat meer nostalgische muziek het best beluisterd wordt. En in mei heb ik van Robintimo Radio zelfs een stichtingsvorm gemaakt.”

“Ik heb er mijn handen vol aan, maar ik geniet er ook met volle teugen van. Als ik thuis kom ga ik even vlug eten en dan meteen berichten checken. Dan vaak even muziekprogramma’s updaten. En zorgen dat de live programma’s goed lopen.



*Robin achter zijn  
mengtafel met zanger  
William Bossong van  
Mooi Wark in gesprek*

### **Maximale uit het leven halen**

's Morgens sta ik iets eerder op om te checken of de uitzending nog loopt en daarna ga ik naar mijn werk in het NS stationsgebouw van Winschoten. Ik vind dat je ondanks een beperking het maximale uit het leven moet halen. En ik vind het fijn om mezelf uit te dagen. Zo organiseer ik ook eens per jaar een motormiddag voor zieke kinderen in Scheemda. Robintimo Radio brengt mij in contact met veel mensen en artiesten. Het verrijkt mijn leven. Ik zou nog heel graag eens contact willen hebben met Sanne Hans, oftewel Miss Montreal. Zij heeft net als ik een spraakbeperking, maar

ze heeft er, ook net als ik, lak aan. Dat bewonder ik zeer en ik zou daar graag eens met haar zelf over willen spreken. Maar voorlopig draaien Robintimo Radio en ik gewoon lekker door.”  
[www.robintimo.nl](http://www.robintimo.nl)

**“Robintimo Radio brengt mij in contact met veel mensen en artiesten. Het verrijkt mijn leven.”**

# NIEUWS!

## Congres donderdag 27 februari 2020 'Pronkjewaitjes uut Noorden'



**Het is niet onze gewoonte u te attenderen op onderzoeken of symposia via de Pronk. Voor een Gronings onderzoek naar de dagelijkse praktijk van mensen met een verstandelijke beperking maken we graag een uitzondering.**

Op donderdag 27 februari 2020 organiseert het UMCG samen met de Rijksuniversiteit Groningen en de Hanzehogeschool het congres 'Pronkjewaitjes uut Noorden - Van Gronings onderzoek naar de dagelijkse praktijk van mensen met een verstandelijke beperking'.

Het congres is speciaal bedoeld voor familieleden en zorgmedewerkers van mensen met een verstandelijke beperking. Laagdrempelig, interactief en multidisciplinair. Het congres vindt plaats in het UMCG, Fonteinpatio en Blauwe Zaal, Hanzeplein 1 in Groningen.

Aanmelden is gratis en kan via **[www.vb-dementie.nl/congres](http://www.vb-dementie.nl/congres)**. De dag is van 9.00 tot 17.00 uur en u krijgt een lunch, koffie en thee aangeboden.

Naast het ochtendprogramma met gevarieerde lezingen, de grote quiz en de première van een minidocumentaire, is er in de middag ruimte voor verdere verdieping. In de middag zijn er 16 keuzeworkshops binnen vier thema's:

- 1 Gezondheid van mensen met een (zeer) ernstige verstandelijke (en meervoudige) beperking
- 2 Familie van mensen met een (zeer) ernstige verstandelijke (en meervoudige) beperking
- 3 Leefstijl van mensen met een verstandelijke beperking
- 4 Dementie bij mensen met een verstandelijke beperking

Op de website [www.vb-dementie.nl](http://www.vb-dementie.nl) vindt u meer informatie over de sprekers.

Heeft u belangstelling?

Schrijf u snel in, want vol = vol.

## Bewegen tijdens PRAAT- EN DOEMIDDAG VB

Meerdere doe-activiteiten tijdens deze middag, waaronder bewegen, sporten met gewichten, maar ook spaarvarkens maken.

Vooraf veel doen en minder praten.



# Tweets

**Karin Huiskens** @karinhuiskens – 23 juli  
Traktatie 1 jaar Cosis #tRak Muntendam @SameninCosis



**Sylvia M** @Semmeke – 2 sept.  
@SameninCosis Onze medewerkers hebben prachtige bolchrysanthen gekweekt. Te koop voor 6,- @HetHogeland Wie maakt ons los? Ossegang 14a Uithuizen



**Cosis**@SameninCosis – 20 september  
#cvdk @RenePaas genoot vandaag van de lunch in dorps huis de Fakkels in #Uithuizen verzorgd door onze mee-werkers die daar werken: een prachtig voorbeeld van vermaatschappelijking van zorg. #trots #participatie #dagbesteding



## Lees verder op cosis.nu

[www.cosis.nu/alles-overcosis/verhalen](http://www.cosis.nu/alles-overcosis/verhalen) of scan de QR-code



Stotteren vol overtuiging



"Ik mag blij zijn dat ik bij Cosis terecht ben gekomen."



"Ik kan niet wachten tot het weer vrijdagavond is."

## Klachten? Blijf er niet mee rondlopen!

Een klacht kun je bespreken met de betrokkene(n) of leidinggevende. Kom je er samen niet uit? Of wil je om wat voor reden dan ook jouw klacht liever niet bespreken met begeleiding of leidinggevende? Dan kun je terecht bij onze interne klachtenfunctionaris Wemmy van Loobergen. Zij ondersteunt je als je een klacht wilt indienen. Wemmy is bereikbaar op 088 839 3217 of [klachtenfunctionaris@cosis.nu](mailto:klachtenfunctionaris@cosis.nu). Als je iemand van buiten Cosis mee wilt laten denken, kun je ook een klacht indienen bij de onafhankelijke Interprovinciale Klachtencommissie IPKC. Op [www.ipkc.nl](http://www.ipkc.nl) kun je precies lezen wanneer en hoe je een klacht kunt indienen. Interprovinciale Klachtencommissie Groningen/Drenthe Postbus 30014, 9400 RA Assen, telefoon 06-30346998. Ook kun je op de website van de IPKC bij 'Contact' een klacht digitaal indienen.

## Vertrouwenspersoon

Hiervoor zijn Jannetje Smith en Lout van der Velde bereikbaar. Jannetje Smith: 06 51 00 72 17 of e-mail [j.smith@cosis.nu](mailto:j.smith@cosis.nu) Lout van der Velde: 06 51 01 39 43 of e-mail [l.vandervelde@cosis.nu](mailto:l.vandervelde@cosis.nu)



Dit is een uitgave van Cosis | T 088 839 3000 | [communicatie@cosis.nu](mailto:communicatie@cosis.nu) | [www.cosis.nu](http://www.cosis.nu) | PRONK verschijnt driemaal per jaar | Redactie: Afdeling Communicatie Cosis Fotografie: Marcel J. de Jong en anderen | Ontwerp en opmaak: AlbertsKleve BNO | Druk: Marnedrukkers | Oplage: 2000 stuks  
Input voor de redactie? Mail naar [communicatie@cosis.nu](mailto:communicatie@cosis.nu) of stuur een brief: Cosis, redactie PRONK, Postbus 214, 9400 AE Assen | Het volgende nummer verschijnt eind maart 2020. Adreswijzigingen of opzeggingen voor het magazine PRONK kunnen gemaild worden aan: [communicatie@cosis.nu](mailto:communicatie@cosis.nu).



# Pronkt!

ze is lang  
paardenstaart in haar haren  
een jasje met zwarte broek

mijn begeleidster

wij praten in de middag  
over het weekend en werk

mijn allerliefste begeleidster

ik heb allemaal vragen  
hoe jong ben jij?  
ik wil vragen welke kleur heeft jou auto?  
heeft ze ook een tuin?  
en dieren heeft ze die ook?

ze zegt vaak ik heb goed gewerkt, ik ben blij met haar

Inez Renkema



## Ode aan de persoonlijk begeleiders bij Cosis

Inez komt in het kunstatelier van Cosis in Appingedam. Behalve kunst maken ze daar ook gedichten. Op een dag lag dit mooie gedicht op het bureau van de persoonlijk begeleidster van Inez.

Het zegt veel over de waardering van Inez voor haar pb'er. En vol trots mogen we het gedicht op de achterkant van onze magazines publiceren.

Zo'n blijk van waardering tilt je even op, kleurt je dag. En bezorgt je hopelijk een glimlach bij het lezen.

Deze rubriek geeft een podium aan cliënten om met trots een zelfgemaakt product te tonen. Suggesties mailen naar [communicatie@cosis.nu](mailto:communicatie@cosis.nu)