Struin



DIGITALE UITGAVE VAN COSIS VOOR CLIËNTEN • NUMMER 2023-2 • OKTOBER 2023

INHOUD

	2	**Inhoud**
	3	**Colofon**
	3	**Voorwoord** door de redactie van Struin
BOEK	4	**Boek van Sietske Bakker: ASSistentiehond**
REPORTAGE	6	Cosis Dienstengroep GC Veendam
VERSLAG	8	Cosis hijst de **regenboekvlag**
REPORTAGE	10	Meer aandacht en interesse voor **deelraden CCR!**
RECEPT	12	**Pompoensoep**
SAMENWERKING	13	**Panta Rhei school in Coevorden werkt samen met Cosis**
REPORTAGE	15	**Inloophuis Meppel**
NIEUWS	17	Gewoon Anders: **Cosis' eigen werktheater**
REPORTAGE	19	**Jan pakt de Mangaanstraat an**
INTERVIEW	21	4 vragen, 1 droom: **Fleur de Boer**

foto voorkant:
Cosis hijst de regenboekvlag, zie blz. 8



STRUIN

het online magazine voor mensen die gebruik maken van de ondersteuning van Cosis op het gebied van LVB, GGZ en Ambulante hulpverlening.

Beste lezer,

In deze Struin delen we weer de nodige verhalen met jullie.
Sietske publiceerde onlangs haar eigen boek waarin ze haar persoonlijke verhaal deelt over het hebben van autisme en hoe haar hond Lilly hielp biedt. Verder deelt Jan de tuinman waarom hij veel plezier haalt uit het onderhouden van tuinen. Daarnaast lees je dat Cosis de regenboogvlag hees in het bijzijn van een grote groep collega's.
Veel plezier met deze Struin,

de redactie

COLOFON
Dit is een uitgave van Cosis | T 088 839 3000
communicatie@cosis.nu
STRUIN verschijnt digitaal op
www.cosis.nu/magazines
Redactie: Afdeling Communicatie
Ontwerp en opmaak: AlbertsKleve BNO

Input voor de redactie?
Mail naar communicatie@cosis.nu of stuur een brief: Cosis, redactie STRUIN
afd. Communicatie,
Postbus 214, 9400 AE Assen

ASSistentiehond: het boek van Sietske Bakker

Sietske Bakker is een jonge vrouw die een periode bij de Cosis woonlocatie aan de Mangaanstraat in Groningen heeft gewoond. Daar kreeg ze de psychosociale hulphond Lilly. Sietske besloot er een boeiend en indrukwekkend boek over te schrijven. Een openhartig verhaal over jarenlang keihard werken.



Moed

Tegenwoordig woont Sietske bij de Cosis woonlocatie in Peize. Samen met Lilly uiteraard. Ze noemt Lilly haar maatje en beste vriendin voor het leven. Samen met Lilly heeft Sietske grote stappen kunnen maken naar een gelukkiger en meer vanzelfsprekend leven. Ze is er nog niet, er valt nog veel te ontdekken en te overwinnen, maar de sterke wil en de vechtlust van Sietske zal haar zeker verder brengen. Ze straalt moed uit, hoewel ze in het boek ook vaak aangeeft dat iets weer niet lukt. Dat is dan een teleurstelling, maar tevens een winstpunt omdat het meer inzicht verschaft in de eigen mogelijkheden.

Traject

Sietske heeft ASS, een Autisme Spectrum Stoornis. Die diagnose kreeg ze betrekkelijk laat. Ze beschrijft in het

"Ik geloof dat hulphonden een waardevolle aanvulling zijn op de huidige GGZ."



boek een kindertijd en een tienerjeugd die allesbehalve makkelijk was. Angsten, spanningen, teleurstellingen. En de behoefte aan veiligheid en voorspelbaarheid die door de buitenwereld steeds weer geweld aangedaan werd. Sietske gebruikt veel ruimte om te vertellen over Lilly. Over de vele hobbels die ze moest overwinnen om daadwerkelijk in aanmerking voor een psychosociale hulphond te komen. En dan het hele traject van trainen, ook met vallen en opstaan. Toch is het voor haar een van de allerbeste stappen die ze in haar leven heeft genomen.

Het boek

"ASSistentiehond, mijn lichtpunt na jaren GGZ" is een boeiend boek. Sietske: "Een boek over je persoonlijke verhaal uitgeven vind ik meer dan spannend, maar ik hoop er mensen mee te kunnen helpen. Ook hoop ik dat deskundigen uit de GGZ door dit boek kennis kunnen maken met een nieuwe begeleidingsvorm, namelijk het hebben van een psychosociale hulphond. Ik geloof dat hulphonden een waardevolle aanvulling zijn op de huidige GGZ."

ASSistentiehond, mijn lichtpunt na jaren GGZ
is uitgegeven door Lusus publishing.
ISBN: 9789083355207.
www.sietskebakker.nl

Doen waar je goed in bent!

Cosis Dienstengroep GC Veendam



In 2020 opende in Veendam het Gezondheidscentrum Lloyd's Terras, een hypermodern zorgcentrum. Op de eerste verdieping werken zes cliënten van Cosis. Vijf daarvan hebben een beperking. Deze valt helemaal weg omdat ze volledig gelijkwaardig geïntegreerd zijn binnen het centrum.

Visitekaartje

Ze noemen zichzelf de Dienstengroep Gezondheidscentrum. Manon werkte er als eerste. Manon: "Vlak nadat ik hier begon te werken liep de groep leeg omdat er door corona niet veel kon. Ik bleef zo goed als alleen over. Ik deed schoonmaakwerkzaamheden, zorgde voor de was, eigenlijk deed ik zo'n beetje alles. Dat was wel wat eenzaam, maar ik deed veel ervaring op en leerde noodgedwongen zeer zelfstandig werken. Ik ben blij dat we nu op volle sterkte zijn."

Leuk contact

Haar collega Mariska vult aan: "We rouleren een beetje met de taken, maar ik ben onder andere degene die voor de was zorgt. We doen de was voor de fysiotherapeuten en de huisartsen en voor onszelf natuurlijk. Er worden dagelijks heel wat handdoeken en keukendoeken gebruikt." Bianca en Danique hebben deze dag dienst als gastvrouw. Bianca: "We hebben een plekje bij de ingang en we helpen bezoekers met het zoeken naar de juiste afdeling. Dat is leuk, want zo hebben we veel contact met heel veel verschillende mensen. Je bent een beetje het visitekaartje van het Centrum." Erwin houdt zich, naast schoonmaakwerkzaamheden bezig met alles buiten het gebouw om. Erwin: "Ik houd het groen om het gebouw schoon en zorg ervoor dat de parkeerplaats en de entree er netjes uitzien."

Vanzelfsprekend

De groep heeft een begeleider, maar eigenlijk is de Dienstengroep zo zelfstandig dat zij twee dagen ergens anders is gaan werken. Ze is dan wel per telefoon te bereiken, mocht er echt iets dringends zijn. Begeleider Edytha: "Het geeft aan hoe zelfstandig deze groep is. In die zin ben ik best trots op ze."
De groep wordt als volledig volwaardig gezien en behandeld door de medewerkers van de praktijken en afdelingen. Ze horen er helemaal bij. Erwin: "We gaan ook wel eens met meerdere Centrum-medewerkers uit eten. Dan worden wij ook vanzelfsprekend uitgenodigd." De groep van Cosis is niet meer weg te denken uit het centrum. Ze zouden het zelf niet eens willen. Ze mogen doen waar ze goed in zijn, het wordt gewaardeerd en het werk is meer dan zinvol. Gezondheidscentrum Lloyd's Terras maakt daar dankbaar gebruik van.



Cosis hijst de REGENBOOGVLAG

Binnen Cosis is de Regenboog-club actief. Het is een platform voor cliënten en medewerkers die vallen binnen de groep die binnen de samenleving wordt aangeduid met LHBTIQ+. Ze komen samen om met elkaar te praten over hun positie binnen de maatschappij en daarbij bij Cosis in het bijzonder. Tijdens een van de samenkomsten werd het idee geopperd om een van de drie Cosis vlaggen bij het Servicebureau in Assen te vervangen door een regenboog-vlag. De vlag is een teken van trots en diversiteit.



Op een zonnige dag afgelopen zomer hadden meer dan 50 collega's en cliënten zich bij de drie vlaggenmasten verzameld bij het Servicebureau om getuige te zijn

van het bijzondere moment. De aanwezigen werden welkom geheten door Marlies Lanjouw, een medewerkster die veel aandacht kreeg door Cosis-breed aan te kondigen dat ze niet langer als man door het leven wilde gaan.
Raad van Bestuur voorzitter Bert Hogeboom vervolgde met te zeggen dat de Raad van Bestuur en de directie van Cosis het initiatief warm ondersteunt. "We willen inclusief zijn", zei hij. "We willen niemand uitsluiten, geen cliënten, geen medewerkers en geen familie en andere betrokkenen. LHBTIQ+ mensen moeten zich net zo welkom bij Cosis voelen als ieder ander. Het gezamenlijk hijsen van de regenboogvlag onderschrijft deze wens."

Dirk Nijveen, als client betrokken bij de Regenboogclub, las vervolgens een prachtig gedicht voor:

Als de wereld geen verschil meer zag
Tussen de woorden 'ik' en 'jij'
Dan werd blank, zwart, homo, hetero
Ineens heel vreedzaam 'wij'



Meer aandacht en interesse voor deelraden CCR!

"We zetten de deur open voor onze achterban"

**"De CCR? Wat is dat? Oh ja, daar heb ik wel eens van gehoord, maar daar heb ik niks mee."
Frieda Reiche en Harald Dunnink zijn leden van de CCR deelraad GGZ. Ze zijn teleurgesteld als ze dit soort signalen krijgen. "Er zijn te veel mensen die niet weten wat medezeggenschap inhoudt. Dat is onterecht en dat moet veranderen."**

Opkomen voor...

De drie CCR deelraden besloten een werkgroep in te richten die zich bezig houdt met de naamsbekendheid van de cliënt- en verwantmedezeggenschap. Frieda en Harald zitten in deze werkgroep en willen naast naamsbekendheid ook de noodzaak van medezeggenschap uitdragen. Frieda: "We doen ons cliëntenraadswerk niet voor onszelf. We doen dat omdat we de stem willen laten horen van iedereen binnen Cosis die zorg en dienstverlening ontvangt." Harald: "We weten dat er kritiek, nonchalance en zelfs onverschilligheid is ten aanzien van de medezeggenschap. Maar ik hoop dat mensen beseffen dat we voor ze opkomen. De gezamenlijke centrale cliëntenraden brengen regelmatig een nieuwsbrief uit. Deze komt bij alle lokale cliëntenraden terecht, maar dat beslaat maar een deel van de clientèle van Cosis. Niet alle locaties hebben een cliëntenraad."

Acties

Harald: "We moeten dus andere middelen vinden om het raadswerk onder de aandacht te brengen. We hebben een paar acties bedacht. Zo hebben we visitekaartjes laten drukken die we her en der verspreiden. Mochten mensen contact willen met een raad, dan hebben ze in elk geval de gegevens bij de hand. We hebben aan de Raad van Bestuur gevraagd of we nieuwe cliënten een soort welkomsttas kunnen aanbieden waarin ook materiaal zit van de medezeggenschap. Dit zodat men meteen op de hoogte is van het bestaan van de cliënt medezeggenschap."
Frieda: "We hebben ook een pagina op de website van Cosis waarop alle informatie staat. We zijn alleen nog bezig om deze wat toegankelijker te maken. Verder hebben we de online bijeenkomsten. Die worden goed

bezocht en daar ben ik heel blij mee. Maar ook die zouden uitgebreider kunnen. We proberen ze al afwisselend te houden op de middag en de avond vanwege het verschil in beschikbaarheid van de mensen."

"Mijn droom is dat iedereen ons weet te vinden. Dat iedereen zich ervan bewust is dat er mensen zijn die opkomen voor je belangen. Dat je zeker weet dat je vertegenwoordigd wordt."

Laagdrempelig

Frieda: "Om cliënten te vertegenwoordigen, willen we graag op de hoogte zijn van wat er leeft. Daarvoor zijn we natuurlijk afhankelijk van de input van de mensen zelf. Nu krijgen we wel suggesties bij de online bijeenkomsten, maar er zijn nog zoveel honderden meer cliënten en verwanten die ook graag hun mening kunnen laten horen. We streven ernaar om laagdrempelig en makkelijk benaderbaar te zijn. Deze werkgroep zet de deur weer opnieuw verder open voor de grote achterban. Mijn droom is dat iedereen ons weet te vinden. Dat iedereen zich ervan bewust is dat er mensen zijn die opkomen voor je belangen. Dat je zeker weet dat je vertegenwoordigd wordt."



Harald: "De nieuwsbrieven worden goed gelezen binnen de lokale raden. Zeker daar waar een coach aanwezig is staat de nieuwsbrief standaard op de agenda. Maar er zijn zoveel meer cliënten dan die in de raden zitten. Die moeten ook de weg naar de medezeggenschap weten. Of zich in elk geval bewust zijn van het grote belang ervan."

Pompoensoep

De makkelijkste en allerlekkerste soep voor de herfst!

Wat heb je nodig?

- 1 kg pompoen (in blokjes)
- 3 eetlepels olijfolie
- 250 gram winterwortel (in stukken)
- 1 gesnipperde ui
- 1 theelepel chilipoeder
- 1 theelepel komijnpoeder
- 1,2 liter groentebouillon
- 250 gram crème fraîche *(kan ook vegan, bijvoorbeeld de haver variant)*
- stukje van ongeveer 3 cm gember, geschild en geraspt of in heel kleine stukjes gesneden
- ¼ theelepel cayennepeper

En wat nog meer?

- pan
- mes
- snijplank
- staafmixer of stamper



Heb jij de **pompoensoep** gemaakt? Verras ons dan met jouw creatie en stuur een foto naar communicatie@cosis.nu. We zijn benieuwd!

Hoe maak je het?

- Haal de pitten en de draden van de pompoen. De schil (goed gewassen) kun je gewoon gebruiken.
- Verhit de olijfolie en bak hierin de pompoen, de wortelstukken en ui gedurende 5 minuten.
- Doe er dan de chilipoeder, komijn en cayennepeper door. Giet de bouillon erbij en kook op laag vuur ongeveer 20 minuten.
- Pureer nu de soep en schep de helft van de crème fraîche erdoor. De rest van de crème meng je met de gember. Doe een hoopje van het crème fraîche-gembermengsel vlak voor het serveren op de soep. Eventueel kan je het nog garneren met een klein beetje cayennepoeder.

Tip

Eigenlijk heeft de soep geen crème fraîche nodig. Laat je die weg, dan heb je een soep met veel groente maar minder calorieën.

Panta Rhei school in Coevorden werkt samen met Cosis

“Inclusief onderwijs toekomstbestendig maken”

“Het gaat heel goed met Thijs. Hij is 5 jaar en draait nu een jaar mee in de kleutergroep van de Panta Rhei school in Coevorden. Hij begon bij het Expertisecentrum van Cosis omdat bij hem een ontwikkelingsachterstand was geconstateerd. Het aantal boze buien van Thijs is enorm afgenomen en hij gebruikt veel meer taal. De brede doelgroep op de school is een enorme stimulans voor hem.”



Het zijn de woorden van de ouders van Thijs. Zij waren te gast bij een bijeenkomst op de Panta Rhei school met vertegenwoordigers van het ministerie van Onderwijs, Cultuur en Wetenschap,

...Kinderen met een ontwikkelingsachterstand draaien mee op school in de kleutergroep.

van de gemeente Coevorden, van de Panta Rhei school en van Cosis. De ouders zijn blij met de toepassing van inclusief onderwijs op de school. Hun zoon Thijs plukt daar de vruchten van en dat willen ze graag laten weten. Hun oprechte betoog maakte indruk op de aanwezigen.

Inclusief onderwijs wordt in Nederland veel gepraktiseerd. De integratie van groepjes kinderen gebeurt met name in het speciaal onderwijs, de scholen voor Zeer Moeilijk Lerenden. De kinderdagcentra voor kinderen met een verstandelijke of meervoudige beperking werken op grote schaal samen binnen het speciaal onderwijs om de overstap naar het onderwijs voor kinderen zo vloeiend mogelijk te laten verlopen. De situatie in Coevorden wijkt in zoverre af dat de Panta Rhei school eenzelfde samenwerking is aangegaan met Cosis. De Panta Rhei school valt onder het reguliere basisonderwijs. Kinderen met een ontwikkelingsachterstand draaien mee op school in de kleutergroep. In de groep zijn een leerkracht van school en een begeleider van Cosis actief. In de stad Coevorden is geen speciaal onderwijs school, maar de Panta Rhei school maakt zich al lange tijd hard voor inclusief onderwijs. Sterker nog, ze dragen hun visie op dat onderwerp zeer gedreven uit.

Naast een presentatie aan de verschillende betrokken instanties, ligt het belang van de Panta Rhei school en Cosis bij het toekomstbestendig maken van het inclusief onderwijs. De aanwezige wethouder Jeroen Huizing van Coevorden, met Onderwijs in zijn portefeuille, sprak de intentie uit om het goede voorbeeld van deze vorm van onderwijs integratie sterker te maken en toe te rusten op een toekomst van verdere uitbreiding. Daar moeten alle betrokkenen hun steentje aan bijdragen. Landelijk, regionaal en lokaal. “De sleutel van inclusief ligt bij het collectief”.



Inloophuis Meppel

“Wat, als het Inloophuis er niet was geweest?!”

“In Meppel kent iedereen het gebouw aan de Burgemeester Knopperslaan 1 en komt er vaak langs, maar niet veel mensen weten wat zich er binnen afspeelt. Er staan fietsen en auto’s geparkeerd en met enige regelmaat zie je mensen in- en uitlopen. Toch is het voor de inwoners van Meppel van belang dat men weet welke functie het Inloophuis van Cosis heeft, want het heeft al voor veel bezoekers een groot verschil gemaakt.”

Een lage drempel

Het zijn de woorden van begeleider Inge Crouse, ze zit aan de grote stamtafel van het Inloophuis. Aan dezelfde tafel zit een aantal bezoekers koffie te drinken, elkaar de laatste nieuwtjes uit te wisselen of even de ochtendkrant door te lezen.



Inge: “Iedereen is welkom in het Inloophuis. Veel mensen kiezen ervoor om hier hun sociale isolement te doorbreken en contacten op te doen. Laagdrempeligheid is een belangrijk woord bij ons.
Er is begeleiding aanwezig die goed oplet hoe het met bezoekers gaat. Ze kennen de verhalen en de wensen, maar ook de kwetsbaarheden van de mensen en proberen daarop in te spelen. We hebben een luisterend oor voor wie dat nodig heeft en we kunnen mensen verwijzen met bijzondere vragen.”

Zinvol werk

Naast de Inloop zijn er de Werkprojecten. Er is een houtwerkplaats, een naaiatelier, een keuken en er wordt tuinonderhoud gedaan. Veel bezoekers

hebben zich bij een werkproject aangesloten om weer wat structuur in hun leven te krijgen.
Begeleider Sanne van der Weerd: "Een goed voorbeeld van wat de Werkprojecten voor iemand kunnen betekenen is Martin. Hij kwam op een dag een beetje schuchter binnen. Na een tijdje hebben we hem aangesproken en hem gemotiveerd om zich aan te sluiten bij de houtwerkplaats. Dat ging eerst in kleine stappen, maar op een bepaald moment zag je dat hij steeds enthousiaster werd. Hij merkte dat een zinvolle dagbesteding hem goed deed. We hebben toen een trajectbegeleider ingeschakeld die met Martin op zoek is gegaan naar regulier werk. Zo heeft hij een poosje zonder loon ervaring op mogen doen als koerier bij DHL. Dat ging zo goed dat hij daar nu een vaste baan heeft. Inmiddels woont hij zelfstandig en is zijn eigenwaarde enorm gegroeid. Hij heeft voor een groot gedeelte zijn leven weer op de rit."

Ertoe doen

Even later sluit Léon zich aan bij de stamtafel. Hij kookt vandaag voor de bezoekers die tegen een kleine vergoeding een warme maaltijd komen nuttigen.
Léon: "De Inloop betekent heel veel voor me. Ik was kok in een Italiaans restaurant, maar kwam thuis te zitten met een burn-out. Ik werd mantelzorger van mijn zieke moeder en raakte meer en meer in een isolement.
Via horen zeggen kwam ik bij de Inloop terecht. Dat was een van de beste acties die ik ooit heb ondernomen. Ik kon mijn oude vak weer gaan uitoefenen door in de Inloop voor anderen te koken. De waardering daarvoor heeft me erg goed gedaan. Ik deed er weer toe. Inmiddels ben ik een regelmatig bezoeker en ben hier verdere talenten aan het ontdekken. Ik blijk best creatief te zijn en ben nu aan het werk om een desk voor een bevriende dj te maken. Ik kwam van ver en heb hard moeten werken om weer wat vertrouwen in de buitenwereld te krijgen. Ik vraag me vaak af wat er van me was geworden als het Inloophuis er niet voor me was geweest."





Gewoon Anders

Cosis' eigen werktheater

De klas Volwassen educatie van het Drenthe College in Emmen is in verwarring. Werktheater groep Gewoon Anders heeft de leerlingen gevraagd om de autist in hun gezelschap aan te wijzen. Het levert enige gêne op. En dat is precies wat Gewoon Anders voor ogen had.

Binnen woonzorglocatie de Schans in Emmen werkt een groep cliënten van Cosis. Ze doen verschillende klussen. Ze beheren de afwaskeuken, zorgen voor het tafeldekken in het restaurant, bemannen de winkel, bevoorraden de koeling en de diepvries en brengen de post rond. Maar elke maandag tussen half 11 en 2 moet je ze niet storen. Dan zijn ze bezig met schrijven en repeteren van voorstellingen voor hun werktheater. De groep hebben ze 'Gewoon Anders' gedoopt. Ze treden regelmatig op en daarbij is de klant koning.

Begeleider Roelie Kamps is de initiatiefnemer van het werktheater. Roelie: "In coronatijd zijn we voorstellingen gaan schrijven. We noemden het eerst een cabaretgroep, maar we kwamen erachter dat een werktheater-vorm ons beter lag. Bij het bedenken van de onderwerpen hadden we sterk de neiging om ons publiek aan het denken of aan het werk te zetten. Interactief met onze toeschouwers aan de slag om issues aan de kaak te stellen. Zo hebben we bijvoorbeeld op het Drenthe College een aantal voorstellingen gedaan met de titel 'Bewust Worden'. Het ging over vooroordelen. Dat we als mensen geneigd zijn om erg snel medemensen in een hokje te plaatsen en ze vervolgens ook volgens dat stempel te behandelen. We gingen voor de klas staan en vroegen aan de leerlingen om de autist, de universitair afgestudeerde, de licht verstandelijk beperkte of gewoon de oudste en de jongste aan te wijzen. Confronterend, maar ook prikkelend en het zet je tot nadenken."
Roelie: "Dit uiteraard om tot de conclusie te komen dat je mensen nooit enkel op hun uiterlijk moet beoordelen. Want de leerlingen zaten er heel vaak naast. Onze werktheatergroep heeft een zeer gemêleerde samenstelling. Alle 'groepen' worden vertegenwoordigd. GGZ, LVB, PTSS, 24 uur begeleid, autisme, begeleider, vrijwilliger, noem maar op. Maar als we samen aan het werk zijn met onze voorstellingen, valt dat onderscheid, mocht dat al bestaan, volledig weg. En dat is een van de aspecten die we graag, in werktheatervorm, willen uitdragen."

Werktheatergroep Gewoon Anders bestaat uit **Leona, Winnie, Antwan, Lucinde, Geraldien en Roelie. Tinus, Gretha en Desiré** zijn als vrijwilliger verbonden en **hulphond Emma** maakt ook deel uit van de cast. Iedereen die dat wil kan ze inhuren. Roelie: "We kunnen voorstellingen op maat maken. Het kan zijn dat je als groep een thema wil behandelen. Wij zijn in staat daar een voorstelling bij te schrijven. Het uitgangspunt is bijna altijd dat het interactief is. We gaan met de zaal aan de slag, zoals in het voorbeeld over vooroordelen met de leerlingen van het Drenthe College. Alles is bespreekbaar. Gewoon even een mailtje naar **r.kamps@cosis.nu.** Het moet wel heel gek lopen als we er niet inhoudelijk uit komen. **Wat de vraag ook is, werktheater Gewoon Anders is er klaar voor."**

JAN pakt de Mangaanstraat an



Jan van der Wal (23) woont sinds anderhalf jaar aan de woonlocatie van Cosis aan de Mangaanstraat in Groningen. Voordat hij daar kwam wonen, was hij al begonnen met een eigen hoveniersbedrijfje. Inmiddels heeft Jan zijn oude beroep voortgezet aan de Mangaanstraat. De tuin van de woonlocatie heeft er nog nooit zo verzorgd uitgezien.



Saaie entree

Jan: "Momenteel doe ik zo goed als het hele tuinonderhoud van de locatie. Alle groene aanslag is inmiddels van de tegels, van de tuinmeubelen en van de stenen pingpongtafel. De meeste heggen zijn gesnoeid en een keer per week maai ik het gras. De saaie entree heb ik wat kleuriger gemaakt met twee plantenbakken en leuke plantjes. Er is nog genoeg te doen, maar we zijn al een heel eind op weg." Jan woonde eerst op de eerste verdieping, maar verhuisde naar beneden toen er een plek vrij kwam. Daarmee kreeg hij een klein tuintje bij zijn appartement. Meteen ging hij aan de slag en maakte daar een keurig terras bij. Eindelijk kon hij weer doen wat hij het allerliefste doet: tuinen onderhouden.

Platteland

Jan: "Ik kom uit Oldehove waar ik tot voor kort nog bij mijn ouders woonde. Op een gegeven moment ging het thuis niet meer. Door een aantal traumatische ervaringen in mijn jeugd was ik snel gestrest en dat gaf thuis problemen. Ik kreeg wel ambulante begeleiding, maar ik had meer zorg en hulp nodig dan ik thuis kon krijgen en daarom ben ik verhuisd naar de Cosis woonlocatie aan de Mangaanstraat in Groningen. Ik ben geen liefhebber van de stad, ik woon liever op het platteland, dus dat was eerst wel even wennen. Daarnaast had ik sterk het gevoel dat ik een stempel had gekregen omdat ik in een instelling moest wonen. Helemaal toen werd gezegd dat ik een lichte verstandelijke beperking had. Het leverde een gevoel op dat ik minderwaardig was."

Motivatie groot

Jan: "Toen ze me vroegen wat ik qua werk wilde doen, was het antwoord snel gegeven. Ik ben gediplomeerd hovenier en werk het liefst in het tuinonderhoud. Ik heb het een poosje gedaan vanuit de dagbestedingslocatie van Cosis aan het Hoendiep, maar dat beviel niet zo goed. Het liefst werk ik in particuliere tuinen, dat je het als het ware voor de mensen, de eigenaren van de tuin, doet. Ik heb zelf een bestelauto met het nodige tuingereedschap en bood aan om het onderhoud rondom de Mangaanstraat te doen. Daar is genoeg werk, want het groen rondom de woonlocatie was matig onderhouden. Toen het team enthousiast reageerde, werd mijn motivatie ook groot. Ik heb een lijst met ideeën doorgesproken met Krista, onze teamcoördinator en die gaf mij het vertrouwen. Er is veel te doen. Ik kan al mijn energie en mijn creativiteit erin kwijt. Ik overleg ook met medebewoners of ik hun tuintje ook moet meenemen. Ik maak er mensen blij mee, ik krijg veel complimenten en dat geeft mij het fijne gevoel dat ik zinvol werk lever."



Droom

Jan: "Mijn droom is om na verloop van tijd weer te verhuizen naar een dorp in de gemeente Westerkwartier en daar mijn hoveniersbedrijf nieuw leven in te blazen. Het zou helemaal fantastisch zijn als de Mangaanstraat dan nog steeds van mijn diensten gebruik wil maken. Ik zou het graag voor ze doen, want ze hebben mij ook de kans gegeven om het allermooiste werk dat er is te kunnen blijven doen."

4 vragen, 1 droom

Fleur de Boer: "Een dag zonder uitdaging is een dag niet gewerkt"

Wie ben je en wat doe je?

"Ik ben Fleur de Boer. Ik ben Teamcoördinator van Thuisplus provincie Groningen. Ik doe dat werk sinds januari 2023. Daarvoor was ik Teamcoördinator van het Ambulant team Eemsdelta."



Waarom doe je dat?

"Ik houd van de dynamiek die hoort bij het werken in het sociaal domein. Je hebt veel contacten die je allemaal samen moet zien te brengen om de ondersteuning van een client zo goed mogelijk vorm te geven. Het netwerken past bij me. Ik voel me niet prettig als ik heel lang hetzelfde moet doen. In mijn baan is een dag nagenoeg onvoorspelbaar, dus nooit hetzelfde. Thuisplus Groningen staat nog grotendeels in de

"Laten we maar eens wat meer durven in plaats van eerst alle risico's en punten en komma's op voorhand te willen tackelen."

steigers en ik mag helpen om de werkprocessen vorm te geven."

Waar krijg je energie van?

"Ik vind het fijn om in het belang van de cliënt de best mogelijke combinatie van zorg- en dienstverlening te organiseren. Dat vergt veel communicatie en combineren. Het vergt een vorm van analytisch denken. Als ik dat kan doen, ben ik op mijn best en voel ik me als een vis in het water. Ik vind het contact met collega's elke dag weer mooi. Het afstemmen met elkaar. Wie pakt welke rol. Ik krijg energie van de helicopterview die daarvoor nodig is. Een verbindende factor zijn. Uitdaging is belangrijk voor me. Dat houdt me scherp. Ingewikkelde casussen doen een intens beroep op onze creativiteit, draagkracht en flexibiliteit. Daar voel ik me prettig bij. Ik vind het ook fijn om coachende gesprekken te houden met collega's. Ik merk nog vaak dat we als begeleiders onze cliënten te veel uit handen nemen. Als we ze willen leren om de eigen regie te pakken, zullen we ze daar ook toe moeten uitrusten. 'Zorg je dat de cliënt een fiets krijgt of help je hem zelf een fiets te regelen?' En waar ik helemaal energie van krijg, is het stadium waarin Thuisplus Groningen zich bevindt. Ik mag een actieve rol spelen in het verder vorm geven van Thuisplus in de provincie. De combinatie van deze aspecten van mijn werk geven me dagelijks weer bergen energie."

Waar krijg je geen energie van?

"Oeverloos lullen zonder concreet te worden. Ik wil snel doorpakken. We zijn vaak veel te voorzichtig met zijn allen. Laten we maar eens wat meer durven in plaats van eerst alle risico's en punten en komma's op voorhand te willen tackelen. Je kan ook te voorzichtig zijn. Het komt het benodigde tempo van de zorg niet ten goede. Van de stroperigheid van een grote organisatie als Cosis krijg je een haperende samenwerking met andere externe partijen. Dat knaagt aan mijn energie. Soms moet je, om je werk goed te kunnen doen, ook wel eens buiten het boekje."

Wat is je droom?

"Ach, ik ben niet zo'n dromer. In mijn werk is er geen ideale wereld. Er is geen eind aan, het is nooit klaar. En dat is maar goed ook. Stilstaan is een allergie voor mij."