

FLOOR

#2 | MEI 2022



Verpleegkundige

Julia

vluchtte uit
Oekraïne

**Seksueel
grensoverschrijdend
gedrag in de zorg**

**Comedian Philippe Geubels
liep stage in het ziekenhuis**

nursing

Congressen
agenda 2022

Uitgelicht



24 mei

Ede

Topsprekers in de ouderenzorg

Leren over ouderenzorg doe je het best van diegene die de kunst van vertellen combineren met hun eigen praktijkervaringen. Daarom staan op dit congres alleen de best beoordeelde sprekers van Nursing voor jou op het podium! Extra toegevoegd: Teun Toebes sprak nooit eerder bij Nursing, maar nu opent hij de dag over zijn ervaringen als bewoner in een verpleeghuis.

Uitgelicht



30 juni en 1 juli

Ede

Nursing Experience: summer edition

De Nursing Experience 30 juni en 1 juli belooft een exclusieve editie te worden. We maken er weer een ware experience van, maar dan met een zomers tintje. Met de allerbeste Nursing sprekers, uiteenlopende thema's, een uitgebreide beursvloer, lekker eten en drinken. Kun jij ook niet wachten om er weer op uit te gaan samen met je collega's? Zorg dat je er bij bent: de leukste leerzame dag voor zorgprofessionals! Tickets al vanaf € 64,95 excl. btw.

31 mei

Een andere kijk op gedrag in de Gerontopsychiatrie

Utrecht

8 juni

Congres hart- en vaatziekten

Ede

14 juni

Het Diabeteszorg congres

Ede

17 juni

Klinisch redeneren

Ede

23 juni

Psychiatrie in de Thuiszorg

Utrecht

1 september

Nursing Skills Lab

Veenendaal

8 september

Zorg voor de oncologische cliënt in de wijk

Doorn

8 september

Het Pijn congres

Ede

13 september

Het Jaarcongres Palliatieve Zorg

Ede

15 september

Dag van de Verzorgende

Ede

22 september

Congres Leefstijl-geneeskunde in de spreekkamer

Utrecht

27 september

Niet-aangeboren hersenletsel

Ede

4 oktober

Dag van de Medicatieveiligheid

Ede

10 oktober

Nursing Brein College

Ede

2 & 3 november

Nursing College:

anatomie - pathologie - fysiologie

Nijmegen

9 november

Hét Dementie congres

Ede

**SAMEN LEREN
SAMEN WERKEN
SAMEN ZORGEN**

Kom jij
bij ons
(verder)
studeren?



Opleidingen

- Anesthesiemedewerker
- Hbo-verpleegkunde
- Klinisch perfusionist
- Mbo-verpleegkunde
- Operatieassistent

Nascholingen o.a.

- Diabetes
- Hartziekten
- Intensive Care
- Kinderverpleegkunde
- Multiculturele zorg
- Oncologie
- Palliatieve zorg
- Transplantatie
- Werkbegeleiding

Verpleegkundige Vervolgopleidingen

- Dialyse
- Endoscopie
- Geriatrie
- Oncologie

- Basis Acute Zorg
- Cardiac Care
- Intensive Care Volwassenen
- Medium Care
- Recovery
- Spoedeisende Hulp

- High Care Neonatologie
- Intensive Care Neonatologie
- Intensive Care Kinder
- Kinder
- Obstetrie

MEER INFO!



Reacties

Ook na de vorige editie van FLOOR ontvingen wij weer heel veel reacties. Enkele daarvan willen we graag met jullie delen:

Het artikel over het hospice: zo mooi, waardig en eerlijk geschreven. Een eyeopener! | **Het artikel over Integrative Nursing** heeft mij een nieuw en verhelderend inzicht gegeven. We gaan hier veel cliënten mee helpen, vooral omdat het dichter bij de mens staat op een natuurlijke wijze én zonder medicatie. | **Het artikel over verpleegkundig leiderschap.** Het is zo mooi om te kijken naar de toekomst van ons vak.

Daar zijn we als verpleegkundigen zelf verantwoordelijk voor: het blijven leren en de ontwikkeling van ons werk, maar ook alle mooie situaties die we meemaken. | **De column van Luka!** Ze laat prachtig zien hoe belangrijk stabiliteit onder collega's in de zorg is. | **'We lachen hier meer dan dat we huilen.'** Een mooie uitspraak, omdat dit denk ik voor alle werkvelden geldt. Hopelijk blijft dat ook zo! | **De column van Willem.** Wat hij beschrijft en doet, dat is zorg. Zorg met een warm hart. Er zijn voor die mevrouw, ook als ze wacht op de taxi. Puur en simpel. Dat was ooit de zorg. Het heeft mij ontroerd. | Ik vond **het artikel over Maaïke** het mooïst. Zorg hoeft niet per definitie alleen maar serieus te zijn. Ik werk zelf op een pg-afdeling en daar doet gekkigheid het altijd goed. | **Het artikel over de HIC+ methode,** omdat in dit artikel het contact met de patiënt centraal staat. Contact is sowieso van belang, maar bij onvrijwillige zorg misschien nog wel meer. | **Tijd voor een nieuwe stap in je werk.** Ik krijg op deze manier weer een nieuwe boost én meer motivatie. | **De**



RONRUTTEN

JAN BUWALDA FOTOGRAFIE



unieke spoedpolikliniek in Dokkum. Wat een geweldig initiatief! Ik hoop zo dat men dit over een paar jaar gaat uitrollen door het hele land. Zo wordt de druk weggehaald bij huisartsen en op de SEH. Mensen worden snel en kundig geholpen. Ik zou hier graag willen werken! | **Verpleegkundig leiderschap,** omdat we ons als verpleegkundigen (bijna) altijd te bescheiden opstellen. We vinden alles wat we doen maar gewoon.

Vrijheid

Eerder schreven we al over de zorg in conflictgebieden. In recente oorlogen en conflictsituaties lijken zorgprofessionals steeds vaker het doelwit te zijn. In de oorlog in Oekraïne is dat helaas niet anders, met steeds grotere dieptepunten. Bewuste aanslagen op ziekenhuizen en andere zorginstellingen zijn inmiddels al vaak gemeld. De omvang hiervan wordt echter pas later duidelijk, omdat veel informatie op dit moment uit veiligheidsoverwegingen niet naar buiten wordt gebracht. Deze onvoorstelbare daden maken het werk van de zorgprofessionals ter plaatse steeds moeilijker en gevaarlijker. Toch gaan zij door, vaak onder geïmproviseerde omstandigheden. Op veel plaatsen is het echter zo onveilig geworden dat burgers massaal op de vlucht slaan. Onder deze vluchtelingen bevinden zich talloze zorgprofessionals die vaak voor grote dilemma's kwamen te staan. Uiteindelijk hebben ze alles achter zich gelaten. Voor deze editie spraken we met een verpleegkundige die in Nederland terecht is gekomen. Ook spraken we met haar collega's. Sommige zijn nog in Oekraïne aan het werk. Andere collega's zijn inmiddels ook op de vlucht. Het zijn aangrijpende verhalen die ons laten inzien wat vrijheid is en wat het is om in die vrijheid te mogen leven.

Naast dit aangrijpende verhaal hebben we in deze uitgave weer genoeg artikelen over de zorg. Zeggenschap is het terugkerende thema en heeft deze keer wederom volop de aandacht. Zeker nu 12 mei, de Dag van de Verpleging, in het teken staat van zeggenschap. Er zijn mooie voorbeelden vanuit de praktijk waarin collega's al volop met dit thema bezig zijn. Maar er is op dit punt ook nog veel te leren. Er zijn nog steeds collega's die het vrijwel onmogelijk wordt gemaakt om hún verhaal, over hun eigen werk, te vertellen.



FOTO: TON DE BRUIN

Sommige werkgevers zien dit als een bedreiging. Ze zijn bang voor iedere kritische opmerking en gaan daarbij compleet voorbij aan het feit dat alleen op deze manier de zorg kan ontwikkelen en verbeteren. Hier valt nog een wereld te winnen. We moeten ervoor zorgen dat zeggenschap niet alleen een modewoord is, maar de inhoud krijgt waarop iedere zorgprofessional recht heeft. Dit komt de zorg uiteindelijk alleen maar ten goede. Ook werkgevers, die nu nog met koudwatervrees toekijken en iedere uitspraak van een zorgprofessional proberen te sturen, ervaren uiteindelijk dat we deze slag moeten maken. Dat moet samen voor de zorg van morgen.

Ik wens hierbij alle zorgprofessionals een mooie Dag van de Verpleging en vooral: heel veel zeggenschap over hun eigen vak!

Michel van Erp

Hoofdredacteur

Niet praktiserend verpleegkundige

michel@floormagazine.nl

DIT WENS IK ZORGPROFESSIONALS TOE OP DE DAG VAN DE VERPLEGING:



“Alweer een aantal jaar geleden schreef ik zelf voor FLOOR en het vakblad van NU'91. Wat me in alle gesprekken met zorgprofessionals opviel, is het enorme hart voor de mens en het vak. Jullie hebben een van de belangrijkste beroepen en ik wens dat jullie daar meer waardering voor krijgen. Niet alleen in woorden, maar juist in daden. Want dat is nodig! Meer salaris, minder werkdruk en meer tijd voor de mens. Den Haag, leest u mee?”

Loes van Vugt
fotograaf



“Dankzij de fotoreportages die ik de laatste jaren maakte voor FLOOR, heb ik door de ogen van zorgprofessionals kunnen kijken. Jullie toewijding, professionaliteit en liefde voor het werk en de patiënten, heb ik zelf kunnen zien en horen. Ik wens en hoop dat jullie dit, ondanks de hoge werkdruk, met liefde voortzetten!”

Ton de Bruin
fotograaf



“Hopelijk is de Dag van de Verpleging een kantelpunt na deze absurde coronajaren. Na al het harde werk verdienen jullie rust. Ik hoop dat jullie een zorgeloze periode tegemoet gaan, waarin jullie meer tijd hebben om leuke dingen te doen met vrienden en familie. Ik wens jullie toe dat de waardering tijdens de coronacrisis door blijft groeien in meer zichtbaarheid en zeggenschap.”

Hèlen Rijs
redacteur



“Vorige maand heb ik van heel dichtbij ervaren hoe het is om te zijn toevertrouwd aan de zorg van zorgprofessionals. Ik vond het bijzonder om de passie en gedrevenheid, die elke keer weer in de reportages van FLOOR naar voren komt, nu zelf aan den lijve te mogen ervaren. Ik wens alle zorgprofessionals van Nederland toe, dat zij op de Dag van de Verpleging de aandacht en waardering zullen krijgen die zij verdienen.”

Ron Rutten
grafisch vormgever

Mitgelicht

26



ZORGVILLA OME JAN

Ervaren verpleegkundige Ellen raakte helemaal verzot op de recent geopende zorgvilla Ome Jan. “Omdat we particulier zijn, hoef ik niet meer tientallen lijstjes af te vinken. We kijken echt naar onze bewoners en bepalen zo wat ze nodig hebben. Ik zou iedereen, zowel cliënten als zorgprofessionals, een omgeving als Ome Jan gunnen. Hier hebben we net die ruimte om dat kleine beetje extra zorg te leveren.”



COLOFON

Hoofdredacteur: Michel van Erp | **Adjunct-hoofdredacteur:** Femke van der Palen
Eindredactie: Anouk Leenders | **Redactie:** Jasmijn Beekers, Marloes te Pas en Hèlen Rijs
Aan deze editie werkten verder mee: Ton de Bruin, Job Dijsselbloem, Joke Heikens, André Jagt en Loes van Vugt
Ontwerp en vormgeving: Ron Rutten - LOGO grafisch ontwerp, Oss
Druk: Q-Promotions, Tilburg | **Advertenties:** Marcus Meeuwissen - De Media Collega's - marcus@demediacollegas.nl
Redactieadres: FLOOR - Nevelgaarde 52, 3436 ZZ Nieuwegein - redactie@floormagazine.nl
Deze uitgave werd mogelijk gemaakt door NU'91, de beroepsorganisatie voor zorgprofessionals.
© 2022 - FLOOR

floormagazine.nl

ALS VLUCHTELING AAN HET WERK

Verpleegkundige Julia Disseldorp ontvluchtte de oorlog in Oekraïne. Tijdens een interview vertelde ze ons wat ze heeft doorgemaakt. Ze wil hier graag aan het werk, maar dat is niet zo makkelijk.



18



SEKSUEEL GRENSOVER-SCHRIJDEND GEDRAG

NU'91 peilde hoe vaak zorgprofessionals met dit gedrag te maken hebben. We spraken wijkverpleegkundige Esther, die dit gedrag haast wekelijks meemaakt. Docent verpleegkunde Mathilde Bos vertelt hoe belangrijk het is dat dit bespreekbaar wordt.

EEN COMEDIAN IN HET ZIEKENHUIS

Comedian Philippe Geubels vertelde aan FLOOR over zijn ervaring als stagiair in het ziekenhuis. Wat vond hij heftig? En wat is hem positief opgevallen?



8

52

40 **Angila motiveert zorgprofessionals via sociale media**

Op sociale media zet Angila haar vervelende schoolervaringen om in positiviteit. Samen met haar volgers maakt ze taboes als racisme bespreekbaar en zet ze zich in voor mentale gezondheid.

44 **Verpleegkundig Leiderschap**

In het Antoni van Leeuwenhoek is het programma Verpleegkundig Leiderschap draaiende. Verpleegkundige Nelly Schep vertelde FLOOR de ins- en outs van dit gestructureerde programma.

48 **De gehandicaptenzorg goed in beeld**

Bij Femke op de bank is terug van weggeweest! Deze editie sprak Femke met zorgprofessionals Claudia, Kustandi en Nicky uit de gehandicaptenzorg. Samen vertelden zij waarom dit zo'n bijzondere sector is.

70 **Draai het eens om**

FLOOR gaat langs bij trainingsbureau De Keerzijde, waar je kunt ervaren hoe het is om hulpbehoevend te zijn. Wat gaf deze training ons mee?

74 **Jolieke als opinieleider in de GGZ**

De cursus opinieleiderschap helpt zorgprofessionals om zich te laten horen. Jolieke vertelde haar ervaringen en speerpunten hierover aan FLOOR.

EN VERDER:

- 5 **Voorwoord**
Michel van Erp
- 59 **Verenigingsnieuws NU'91**
- 64 **Speciaal voor jou**
- 68 **Ontspanning**
- 78 **Recepten**
- 81 **Floorscoop**

COLUMNS

- 15 **Femke van der Palen**
Wassen als basis voor goede zorg
- 39 **Luka Doppen**
Voltreffer
- 67 **Hèlen Rijs**
Zo simpel kan het zijn



**Julia
Disseldorp**

verpleegkundige

‘Een uur nadat ik
boodschappen deed,
werd de winkel
compleet weggevaagd’

Gevlucht uit Oekraïne

Julia Disseldorp (46) is verpleegkundige in een kliniek voor geboortezorg in Kiev, Oekraïne. Dan breekt eind februari de oorlog uit. Door de bombardementen is het al vrij snel onmogelijk om haar werkplek te bereiken. Het gebied waarin ze woont, raakt afgesloten van het centrum van de stad. Ze duikt onder in een schuilkelder. Uiteindelijk weet ze met haar man Harry en jongste zoon Sascha te vluchten naar Nederland.

tekst **Femke van der Palen** | foto's **Ton de Bruin**

Op dit moment logeert het gezin van Julia Disseldorp bij familie in Nederland. Ze vertrokken uit Kiev met slechts twee koffers en drie rugzakken; alleen de hoogstnodige spullen en papieren konden ze meenemen. Hun huis en de rest van de persoonlijke bezittingen hebben ze moeten achterlaten. Maar nog erger is dat vrienden en familie nog in Oekraïne zijn, onder wie Julia's oudste zoon uit een eerder huwelijk. Omdat hij achttien jaar is, mag hij het land niet verlaten. Hij moet beschikbaar zijn voor het

leger. Dagelijks heeft Julia contact met hem en met de achtergebleven vrienden en familie. Veel communicatie verloopt via de berichtendienst Telegram, omdat ze WhatsApp niet vertrouwen. Julia spreekt Russisch. Haar man Harry vertaalt, hij is van oorsprong Nederlands. Sinds kort volgt Julia dagelijks Nederlandse les om zo snel mogelijk de taal onder de knie te krijgen. Want bij de pakken neerzitten is geen optie voor haar, ze hoopt zo snel mogelijk hier in de zorg aan de slag te kunnen gaan. →



LANGE FILES IN DE STAD

Vanaf het begin van de oorlog is de situatie in Kiev onveilig. Daarom brengt Julia de eerste twee dagen door in de kelder van een school. “Het was er vol met mensen. Mijn man heeft een lichamelijke aandoening, waardoor hij slecht ter been is en niet lang op een stoel kan zitten. Hij besloot om terug te keren naar ons appartement. Samen met Sascha bleef ik in de kelder. Het was moeilijk om mijn man alleen te laten.” Het is een onzekere en enge periode. Niemand weet waar het veilig is. In de stad staan dagelijks lange files. Inwoners proberen de stad te verlaten voordat de avondklok ingaat. Een goede vriendin biedt Julia aan om bij haar in een dorp in de buurt van Kiev te komen schuilen. Al snel blijkt het hier net zo onveilig te zijn. De Russen bombarderen het militaire vliegveld dat vlak bij hun nieuwe schuilplek ligt. Omringende dorpen worden aangevallen. “We hoorden aanhoudend de geluiden van de schietende tanks, de vliegtuigen in de lucht en de explosies. Het huis trilde op zijn grondvesten, de ramen rinkelden.” Op dat moment besluit Harry dat ze Oekraïne moeten verlaten. Het gezin keert terug naar hun appartement in Kiev, om van daaruit te kunnen vertrekken.

VERJAARDAG IN OORLOGSTIJD

Bij aankomst in hun woonplaats moeten ze nog boodschappen doen in de supermarkt en medicijnen halen in de apotheek. Het is wrang genoeg de verjaardag van jongste zoon Sascha en daar hoort – ook in oorlogstijd – taart bij. Voor de winkel staat een wachtrij van een uur. Eenmaal terug in hun appartement horen ze twee explosies. Op het parkeerterrein van de supermarkt en achter het politiebureau blijken twee granaten te zijn ingeslagen. “Een uur eerder stonden we nog in die supermarkt. Na de explosie was de winkel compleet verdwenen. Mijn zoon kreeg hierdoor een paniekaanval. Hij smeekte ons om onmiddellijk naar het station te gaan en daar in de metro te blijven totdat we konden vertrekken. Maar het was onmogelijk om daar te komen. Er reed geen taxi en we hadden geen auto.” Uiteindelijk lukt het om telefonisch met een taxichauffeur af te spreken dat hij hen de volgende ochtend naar het station brengt. Koffers worden ingepakt. De gezinsleden slapen die nacht in hun kleding in de gang van het appartement. Klaar om te vluchten als het nodig is.

De volgende ochtend brengt de taxi hen naar het station. Ze wachten urenlang in de trein tot deze afgeladen vol is. Het zijn voornamelijk vrouwen, kinderen en ouderen die instappen. Langzaam vertrekken ze, de brokstukken en gebombardeerde delen ontwijkend. “We zaten opeengepakt in de trein. Boven de zitplaatsen waren slaapplekken. Daar heeft Sascha bijna de hele reis gelegen, om de ruimte zo optimaal mogelijk te benutten. Onderweg spraken we met de andere passagiers. We hoorden de vreselijkste verhalen over beschietingen, bombardementen en de evacuatie.” Uiteindelijk lukt het de drie om bij de grens met Slowakije hun thuisland achter zich te laten. Van daaruit reizen ze via Praag en Berlijn naar Nederland.

AAN DE SLAG

Eenmaal in Nederland nemen ze een paar dagen de tijd om bij te komen, maar al snel gaan ze in actiemodus. Harry belt dagelijks met diverse instanties om duidelijkheid te krijgen of Julia aan het werk kan hier. Dat is wat ze heel graag wil. Tot op heden lijkt het moeilijk om ergens aan de slag te kunnen gaan. Aan haar ervaring in de zorg zal het niet liggen. Het is vooral de taalbarrière. In Oekraïne werkte Julia de laatste jaren vierentwintiguursdiensten in de kliniek. Die lange diensten zijn daar vrij gebruikelijk. Daarnaast probeerde ze om een eigen bedrijf in massages op te zetten. Zorgprofessionals in Oekraïne verdienen maar een minimaal salaris. Zo laag dat het moeilijk is ervan rond te komen. Ze begon haar carrière in de zorg ooit op de afdeling cardiologie. Daarna werkte ze op verschillende afdelingen, waaronder de intensive care, trauma-afdelingen, de operatiekamer en de anesthesie. De laatste jaren hield ze zich vooral bezig met zorg rondom kraamvrouwen en vrouwen die zwanger willen worden. Omdat deze kliniek volgens Europese richtlijnen werkt, merkte ze grote verschillen met de ziekenhuizen waarin ze eerder werkte. Julia: “Ineens mocht ik geen sieraden meer dragen en moest ik mijn haren in een staart doen. Vanwege de hygiëne. In reguliere ziekenhuizen is het gebruikelijk dat patiënten en bezoekers hun eigen eten meenemen. Dat trekt ongedierte aan, zoals kakkerlakken. In de kliniek waar ik werkte, werd daar veel strenger op toegezien.” →



TOEKOMST ONBEKEND

Met het verlaten van haar thuisland, liet ze ook haar toekomst achter. "Het liefst zou ik hier in een ziekenhuis willen werken. Of me meer richten op massages, daarvoor heb ik meerdere cursussen afgerond. Voor nu is de belangrijkste eerste stap om de Nederlandse taal goed te leren. Ik wil graag aan het werk. Al loop ik de eerste weken maar gewoon eens mee op een afdeling om de zorg hier te leren kennen." Wat de toekomst gaat brengen, weten ze niet. Niemand weet hoelang de oorlog nog duurt. Of wat over zal zijn van hun huis en land als ze ooit terugkeren. Bovendien is er tijd nodig voor wederopbouw. Julia: "We weten het simpelweg niet. De tijd moet het uitwijzen."



Julia op een van haar vroegere werkplekken in Oekraïne.

Met het verlaten van haar thuisland, liet Julia ook haar toekomst achter

Julia heeft nog veel contact met haar collega's in Oekraïne. Sommige vluchtten, anderen zijn nog in Kiev en werken in de kliniek.

Natalia

Natalia (38): "Op dit moment stabiliseert de situatie in Kiev geleidelijk. Er zijn geen explosies te horen, maar wel nog regelmatig de sirenes. Vanaf de eerste dag van de oorlog tot op de dag van vandaag ontving de kliniek patiënten en bood een volledig scala aan diensten. Ik blijf het gevoel hebben dat er gevaar op de loer ligt. Er is oorlog in ons land en niemand weet wat we kunnen verwachten van Rusland. In de dagen dat we steeds maar explosies hoorden, trilden de muren van de kelder van de kliniek. Ik wilde toen heel graag vertrekken, maar dat was niet mogelijk. Ik heb een week in de kliniek gewoond, omdat er geen manier was om naar huis te gaan. Dat was erg zwaar, omdat mijn moeder thuis was en daar niet weg kon."



Irina



Irina (38): "Aan het begin van de oorlog zaten we bijna de hele tijd in de kelder. Dit omdat de luchtvaartfabriek en de kazerne werden gebombardeerd, hier dichtbij. Met veel moeite bereikte ik het station en probeerde ik om naar Vinnytsja te gaan. Daar wonen mijn ouders. Er waren op het station veel moeders met kinderen, ouderen en mensen met een handicap die werden geëvacueerd. Het lukte me niet om in de trein te komen. Daarom ben ik naar de kliniek gegaan waar ik werk. Hier voelde ik me veiliger dan in mijn appartement. Ik heb er een week gewoond en gewerkt. Patiënten werden geëvacueerd naar de kelder van de kliniek. Bevallende vrouwen met kinderen lagen in de gang. De kantine werd omgebouwd tot operatiekamer. De afdeling neonatologie bevond zich in een volgende kamer. De kliniek werd draaiende gehouden door de artsen, verpleegkundigen en verzorgenden die de plek niet konden verlaten. Op dit moment wordt de situatie in Kiev stilaan weer normaal. De stad komt langzaam op gang, het openbaar vervoer start weer op en er is al meer gelegenheid om naar het werk te gaan."

voor echte
bofkontjes



Gratis samples?

Laat alle baby's en moeders gratis kennis maken met Sudocrem. Mail je naam (functie en organisatie) en adresgegevens naar info.nl@sudocrem.com.

De huid van een kleintje is erg gevoelig, die wil je dus goed verzorgen. Door afsluiting van de huid en/of door een natte luier kunnen baby's schrale, rode billetjes krijgen. Sudocrem behandelt en voorkomt luieruitslag. Ook verzacht, beschermt en helpt het de rode en kwetsbare huid. Sudocrem ruikt lekker en kan meteen vanaf de geboorte worden gebruikt. **Daarom is Sudocrem het meest gebruikte middel bij luieruitslag.***



FOTO: RON RUITTEN

‘Iemand wassen is zoveel meer dan dat’

Femke van der Palen (35) is verpleegkundige en journalist. Beide functies combineert zij door te schrijven over de zorg. Eerlijk, ontwapenend en het liefst met een beetje humor.

femkevanderpalen.nl

WASSEN ALS BASIS VOOR GOEDE ZORG

Laten we het eens hebben over een belangrijk onderdeel van ons vak: iemand wassen. Eigenlijk vinden we, vanuit onze beroepsgroep, dat we niet steeds moeten beginnen over het feit dat we meer doen dan billen wassen. Dat het ons vak teniet doet als we daarover blijven praten. Omdat het werk zo ontzettend veel meer inhoudt dan dat. Klopt helemaal. Toch ga ik eenmaal een pleidooi geven over dit onderwerp. Voor veel verpleegkundigen en verzorgenden is het namelijk een belangrijk onderdeel van hun vak.

Je herkent het vast wel. Na een nacht zwetend van de koorts in bed te hebben doorgebracht, sleep je jezelf met je laatste restje energie onder de douche. Het warme water doet wonderen. Na afloop voel je jezelf weer wat meer mens. Stel je nu eens voor dat je zelf niet zo eenvoudig onder die douche stapt. Dat je chronisch ziek bent. Het is wel iets ergers dan een verkoudheid. Het is zelfs erger dan de mannengriep. Bovendien ben je incontinent en niet in staat om jezelf te verzorgen. Waarschijnlijk voel je jezelf vies en misschien zelfs minderwaardig als mens.

Hoe fijn is het dan als er iemand komt om jou te helpen? Iemand die het wassen tot een kunst heeft verheven. Met een beetje geluk word je met warm water en een heerlijk geurende douchegel gewassen. Na zorgvuldig te zijn afgedroogd, smeert de zorgverlener je in met olie of bodylotion. Ondertussen controleert degene je huid op letsel. Je oksels ruiken weer fris na wat deo. En waar de gemiddelde mond in de ochtend niet ruikt naar Wilhelmina pepermunt, is deze een stuk frisser na te zijn gepoetst. Je verkreukte haren worden in model gebracht. Tot slot wordt er op je gezicht een verzorgende crème gesmeerd.

Zo bij elkaar opgesomd lijkt het heel wat. Maar zelf sta je daar in de ochtend vaak niet bij stil. Terwijl Jan de Hoop je op RTL voorziet van het laatste nieuws, poets je misschien gedachteloos je tanden. Denkend aan de dag die komen gaat. Half append trek je schone kleding aan. Terwijl je zelf je haren föhnt, bedenk je vast wat je die avond gaat eten. Al deze handelingen gaan vanzelf. Maar ze zorgen ervoor dat jij je dag volwaardig en vol goede moed begint.

Iemand volledig wassen is de basis voor goede zorg. Het is ervoor zorgen dat iemand zich weer even gezien voelt. En bovenal: dat iemand zich weer mens voelt. Dat die persoon zijn dag ook goed en met een schoon gevoel begint. Het vormt de basis van wat er die dag nog komen gaat aan ingewikkelde, verpleegtechnische handelingen of medische onderzoeken. Al wassend ontstaan de mooiste gesprekken. Waardoor je de mens achter de ziekte leert kennen. Ik ben verpleegkundige, ik was mensen en daar ben ik trots op. Want iemand wassen is – net als de rest van ons vak – zoveel meer dan dat.



Een huidallergie op latere leeftijd

Jarenlang kun je zonder problemen een crème gebruiken en van de ene op andere dag heb je ineens huiduitslag met roodheid, jeuk en bultjes of blaasjes. Een allergische reactie? Dermatoloog Marjolein Leenarts vertelt er meer over.

'Vreemd is het zeker: je hele leven gebruik je een bepaald product en ineens kun je er niet meer tegen. Vervelend, want zeg maar dag tegen je favoriete crème. Een huidallergie (of contactallergie, contactallergisch eczeem, contacteczeem) is een huidaandoening waarbij je huid een allergische reactie krijgt, bijvoorbeeld door bepaalde ingrediënten in cosmetische producten. Het komt vaker voor dan je misschien denkt: één op de vier volwassenen in Europa ontwikkelt een huidallergie. En ja, deze allergie kan ook op latere leeftijd zomaar ontstaan. De usual suspects? Parfum (geurstoffen) en bepaalde conserveringsmiddelen in cosmeticaproducten.'

ZONDER PARFUM EN ALCOHOL

'De grote vraag is natuurlijk: wat doe je eraan? Om allergieën te voorkomen, raad ik aan neutrale huidproducten te gebruiken waarbij de kans op het ontwikkelen van een huidallergie minimaal is. Producten zonder parfum en dan maakt het niet uit of het om een zogenaamde natuurlijke geurstof gaat of een synthetische. Als dermatoloog geef ik mijn patiënten altijd deze tip mee: "Als een product lekker ruikt, zit er parfum in." Een kwestie van je neus gebruiken dus.'

Tip:

Als een product lekker ruikt, zit er parfum in

SAMENWERKEN

Meer informatie over de huid, huidadvies en praktische tips lees je op drsleenarts.com. Je leest welke ingrediënten mijn producten bevatten en vooral ook níet bevatten.

Wil je jouw patiënt of cliënt de oplossing bieden voor hun huidprobleem? Geef Drs Leenarts-samples weg. Zo kunnen patiënten zelf het product ervaren. Interesse in een samenwerking? Je kunt een mail sturen naar contact@drleenarts.com.

drsleenarts.com

Wist je dat?

- Een huidallergie eruit kan zien als eczeem? Je kunt het herkennen aan de symptomen schilferende plekjes, roodheid, vlekjes, jeuk en bultjes.
- Dermatologen met plaktesten kunnen onderzoeken voor welke stof je allergisch bent?
- Contactallergisch eczeem verdwijnt wanneer je het desbetreffende allergeen vermijdt? Scan dus altijd goed de ingrediëntenlijst.
- De huiduitslag niet per se op de plek hoeft voor te komen waar je ook daadwerkelijk iets hebt gesmeerd? Zo kun je bij eczeem rondom de ogen zeker aan contactallergie denken. De huid is daar namelijk zo dun, dat deze extra gevoelig is. Soms krijgen mensen met een allergie voor nagellak als enige symptoom huiduitslag rondom de ogen. Dit komt doordat je dagelijks meerdere malen onbewust met je handen aan je gezicht zit.
- Een hoge prijs niets zegt over de werking van het product? Goede huidverzorging hoeft niet duur te zijn. Ook claims als 'natuurlijk' en 'hypoallergeen' zeggen niets over hoe goed een huidproduct is.



OVER DRS LEENARTS

Marjolein Leenarts werkt als dermatoloog in het Rode Kruis Ziekenhuis | Brandwondencentrum Beverwijk. Daarnaast runt ze het huidverzorgingsmerk Drs Leenarts. Haar missie? Met goede producten mensen helpen. Met haar dermatologische achtergrond ontwikkelt ze huidverzorging zonder parfum en alcohol, geschikt voor de meest gevoelige huid.



Seksueel grensoverschrijdend gedrag in de zorg

Begin dit jaar onthulde het BNNVARA-programma *BOOS* misstanden bij *The voice of Holland*. Dit bleek het topje van de ijsberg te zijn. Vanuit allerlei sectoren kwamen verhalen en meldingen over seksueel grensoverschrijdend gedrag naar buiten. Dat dit binnen de zorg ook veelvuldig plaatsvindt, blijkt uit een peiling van NU'91. Meer dan de helft van de zorgprofessionals geeft namelijk aan ooit te maken hebben gehad met seksueel grensoverschrijdend gedrag op het werk of tijdens de opleiding.

tekst Femke van der Palen | foto's Shutterstock

Seksueel grensoverschrijdend gedrag is lastig te definiëren. Wat voor de een niet hinderlijk is, kan een ander juist als onprettig of grensoverschrijdend ervaren. Wij hanteren daarom de volgende definitie:

‘Seksueel grensoverschrijdend gedrag is gedrag dat verbaal of non-verbaal en bewust of onbewust wordt geuit. Bovendien ervaart de persoon die ermee wordt geconfronteerd het gedrag als ongewenst en onprettig.’

Wie werkzaam is in de zorg, weet dat dit bij uitstek de plek is waar je letterlijk dicht bij de patiënt staat. Een vertrouwensband is van groot belang, omdat je al heel snel in een intieme setting aan het werk bent. Toch gaat het nogal eens mis. Een tik op je bil terwijl je daar niet van gediend bent. Een seksueel getinte opmerking. Porno kijken zodra het zorgmoment begint. Of het gevoel hebben dat iemand je uitkleedt met zijn ogen. Niet alleen in het contact met de patiënt lopen de verhoudingen soms scheef. Tussen collega's onderling wil het ook weleens misgaan. Ongepaste appjes van steeds dwingendere aard. Seksueel getinte grapjes ten overstaan van andere collega's. Of iemand steeds 'per ongeluk' bij de billen of borsten aanraken. →

‘Seksueel grensoverschrijdend gedrag heeft te maken met macht’

MACHTSMISBRUIK

Mathilde Bos, docent verpleegkunde aan de Hogeschool Utrecht, schreef het boek *Seksuele intimidatie in de zorg*. Volgens haar draait het bij seksueel grensoverschrijdend gedrag om macht. Of beter gezegd: misbruik daarvan. “Dit gedrag heeft veel minder te maken met seksualiteit. Ik sprak eens een ok-assistente die aangaf dat een bepaalde chirurg altijd dezelfde grap maakte. Hij vroeg haar om de juiste maat handschoenen aan te geven, terwijl hij ronddraaiende bewegingen rond haar borsten maakte. ‘Welk maatje denk je dat dit is?’, vroeg hij dan. Iedere keer weer. Dat gedrag komt voort uit een scheve machtsverhouding. De chirurg heeft daar de macht. Hetzelfde als het gaat om de verhouding tussen student en begeleider. Ik heb tijdens een workshop met medisch specialisten-in-opleiding gesproken over dit onderwerp. Het waren niet de grijpgrage patiënten waar zij het meeste last van hadden, maar juist de begeleiders. Uitnodigen bij hen thuis. De vraag om samen nog een borreltje te doen. Seksistische opmerkingen. Gaf iemand aan hier niet van gediend te zijn, dan kon dat een negatieve beoordeling als gevolg hebben. Of het niet krijgen van een opleidingsplek.”



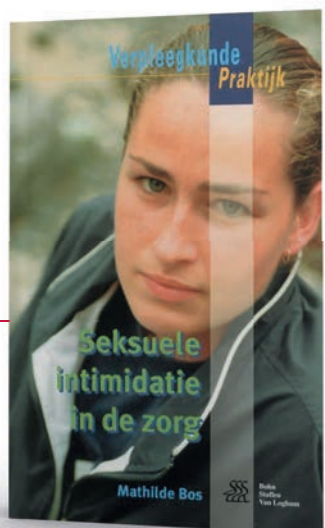
Seksuele intimidatie in de zorg

Bohn Stafleu van Loghum

125 blz. | Paperback

€ 14,50

ISBN: 9789031334346



VEILIGE OMGEVING

Volgens Mathilde is seksueel grensoverschrijdend gedrag binnen de zorg een groot probleem en zal dat het altijd blijven. Des te belangrijker is het volgens haar om een veilige werkomgeving te creëren waarin dit gedrag direct wordt aangepakt en ingekaderd. Te vaak nog durven mensen niets te zeggen uit schaamte of vanwege schuldgevoelens. Daarnaast willen ze niet als slachtoffer worden gezien. “Die mechanismen in de mens zitten ook in een organisatie. Een organisatie is namelijk ontzettend bang dat deze verhalen groot naar buiten komen. Je zag het bij *The Voice*. Hoe dit soort gedrag, dat al jaren speelde, op het moment dat het bekend werd groot in het nieuws kwam. Er wordt daarom veel gedaan om dit onder de pet te houden. Dat maakt het alleen maar onveiliger. Ik denk dat de veiligste organisaties en afdelingen de plekken zijn waar de meeste incidenten worden gemeld. Omdat het daar kennelijk bespreekbaar is.”

Volgens Mathilde is het voor organisaties juist een compliment als er veel klachten zijn. Want dan is er een veilige omgeving waarin iemand zich durft uit te spreken. Ze zegt dat de leidinggevende hierin een cruciale rol speelt. “Bij die moet je terechtkunnen om je verhaal te doen. Vervolgens is het aan hem of haar om, in overleg met de zorgprofessional, op een goede manier te handelen. Het is een professioneel probleem dat professioneel moet worden aangepakt. Bij *The voice* kon het zo lang doorgaan, omdat deze klachten nooit de hogere lagen in het bedrijf bereikten. John de Mol is natuurlijk ontzettend onderuitgegaan door te zeggen: ‘Niemand heeft bij mij geklaagd.’ Nee, natuurlijk niet. Als het er veilig was, had hij dit soort geluiden al lang gehoord. Maar niemand durfde zich uit te spreken. Dat mechanisme moet je doorbreken. Als organisatie moet je er trots op zijn wanneer mensen durven te klagen. Het helpt als in de huisregels staat dat seksueel grensoverschrijdend gedrag niet wordt getolereerd. Door dit duidelijk te vermelden voelt een zorgprofessional zich gesteund. De drempel om er melding van te maken, wordt zo lager. Het laat zien dat een organisatie dit gedrag serieus neemt.”

AANSPREKEN OP GEDRAG

Als seksueel grensoverschrijdend gedrag wordt gemeld, is het volgens Mathilde van belang om eerst het gesprek met de pleger van dat gedrag aan te gaan. Te vaak wordt iemand aangesproken op zijn persoonlijkheid, terwijl het juist het gedrag is dat je bespreekbaar moet maken, vindt ze. “Binnen een team hoor je vaak termen als: ‘Die vieze vent.’ Terwijl die persoon misschien nog nooit te horen heeft gekregen dat de aandacht die hij geeft aan de verpleegkundigen en verzorgenden overschrijdend en ongewenst is. Sommige mannen zitten in zo’n geseksualiseerde wereld en zijn gewend om het op deze manier gezellig te maken. Zij snappen misschien helemaal niet dat een ander dit níét gezellig vindt.” Duidelijke communicatie is hierin volgens Mathilde van belang. “Vertel diegene welk gedrag je niet wil zien en dat je wil dat het stopt. ‘Ik wil niet dat u een hand op mijn bil legt. Ik wil niet dat u porno kijkt als ik er ben.’ En vertel de consequenties als het gedrag toch doorgaat. Bijvoorbeeld dat de zorg stopt of dat die alleen onder bepaalde voorwaarden doorgaat. Daarbij is het belangrijk dat je aan goede dossiervorming doet. Je hoeft dat gesprek overigens niet alleen of zelf te voeren. De leidinggevende kan dit ook doen of – in overleg – samen met jou. Het gaat erom dat jij je er prettig bij voelt.” →

‘In een veilige organisatie regent het klachten over seksueel grensoverschrijdend gedrag’



Esther Prins (58) is wijkverpleegkundige in opleiding bij Zorgbalans. Zij heeft tijdens haar werk vrijwel wekelijks te maken met seksueel grensoverschrijdend gedrag. Met name seksueel getinte opmerkingen krijgt ze vaak te horen. “Bijvoorbeeld een familielid dat zegt: ‘Nou, door die zuster wil ik ook wel gewassen worden.’ Jaren geleden had ik een cliënt die graag foto’s maakte. Daar zagen we geen kwaad in. Tot hij op de foto over mijn borsten wreef en zei dat hij nu eindelijk eens aan me kon zitten.” Esther geeft aan dat ze tegenwoordig haar reactie wel klaar heeft. Door te reageren met humor of juist door een rake opmerking te maken. Ze hoort dat vooral haar jonge collega’s het soms lastig vinden om te bepalen hoe ze moeten reageren. “Door de jaren heen ben ik steviger in mijn schoenen gaan staan. Daardoor word ik minder snel van mijn stuk gebracht. Ik denk vooral dat wanneer je net in de zorg begint en nog jong bent, je een stuk kwetsbaarder bent. Dat voelt een cliënt aan. Ik hoorde bijvoorbeeld van een jonge collega dat zij door een cliënt was opgesloten. Die man gaf aan zich onveilig te voelen en dat hij daarom de deur op slot deed. Vervolgens heeft hij haar aangevallen en bij haar kruis gepakt. Een heftige situatie.” Gelukkig werkt Esther in een organisatie waarin seksueel grensoverschrijdend gedrag heel goed bespreekbaar is. Iedereen voelt zich veilig genoeg om zijn verhaal te doen en er wordt direct actie ondernomen. “We spreken iemand meteen aan op zijn gedrag. Daar wachten we niet mee, dat wordt het liefst nog dezelfde dag gedaan. Daarnaast maken we altijd een MIC-melding van de situatie. Als mijn collega’s of ik aangeven last te hebben van een situatie, wordt dat serieus opgepakt. Het wordt nooit gebagatelliseerd. We praten er regelmatig over in teamoverleggen. Wat heeft iets met jou gedaan? En als de situatie te onprettig of onveilig wordt, gaan we met twee personen of wordt de zorg niet meer geleverd.”

Ledenpeiling



seksueel grensoverschrijdend gedrag

HEB JIJ OOIIT TE MAKEN GEHAD MET SEKSUEEL GRENDOVERSCHRJDEND GEDRAG TIJDENS JOUW WERK?

JA 58% **NEE** 42%

HOE UITTE ZICH DIT?

NON VERBAAL
18%

VERBAAL
58%

FYSIEK 32%

ANDERS
22%

DOOR WIE WERD DIT GEDRAG GEUIT?

COLLEGA
16%

PATIËNT
61%

FAMILIE
7%

LEIDINGGEVENDE
8%

ARTS 7% ANDERS 15%

IS HIER ADEQUAAT OP GEREAGEERD DOOR JOUW COLLEGA'S/LEIDINGGEVENDE?

47% 43%

HEEFT DIT GEDRAG INVLOED GEHAD OP DE ZORGVERLENING?

JA 35% NEE 51% ANDERS 14%



IS ER BINNEN JOUW INSTELLING EEN GEDRAGSCODE OVER SEKSUEEL GRENDOVERSCHRJDEND GEDRAG?

JA 47% NEE 5%

WEET IK NIET
48%



IS ER EEN PROTOCOL BIJ JOU IN DE INSTELLING WAARIN DE CONSEQUENTIES STAAN ALS IEMAND ZICH SCHULDIG MAAKT AAN DIT GEDRAG?

JA 24% NEE 7%

WEET IK NIET
69%



MAAK SEKSUEEL GRENSOVERSCHRIJDEND GEDRAG BESPREEKBAAR

NU'91 heeft dit onderwerp hoog op de agenda staan. We weten dat een oplossing niet eenvoudig is. Daarom pleiten we allereerst voor het volgende: zorg dat het bespreekbaar wordt. Stop met dingen onder de pet houden. Iedere zorgprofessional moet zijn of haar werk op een veilige manier kunnen uitvoeren. Een werkomgeving waarin hier open over wordt gesproken, draagt daaraan bij. In opleidingen moet veel meer aandacht gegeven worden aan seksueel grensoverschrijdend gedrag. Dit gebeurt nu al wel, maar nog onvoldoende. Daarnaast zijn we van mening dat de pleger sneller en strenger moet worden aangesproken op het gedrag. De consequenties moeten duidelijk zijn. Het probleem moet niet bij de zorgprofessional worden gelegd, maar bij degene die het gedrag uit. Je leest onze volledige lijst met verbeterpunten, met daarin de input van zorgprofessionals, op onze site nu91.nl





Bij NU'91 zijn een aantal specifieke beroepsorganisaties (SBO's) aangesloten. Deze SBO's vertegenwoordigen zorgprofessionals die – zoals de naam al aangeeft – in een specifieke beroepsgroep werken binnen de zorg. NU'91 behartigt de collectieve arbeidsvoorwaarden van deze aangesloten SBO's.

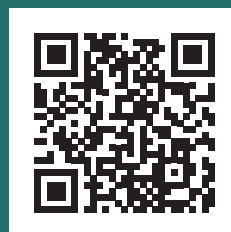
Lid van een SBO?

Sluit je dan ook aan bij NU'91 met ruim € 80 korting per jaar met het combi-lidmaatschap.

Samen sta jij sterker!

Weten of dat jouw SBO is aangesloten bij NU'91 of meer info over het combi-lidmaatschap?

Scan de QR-code of kijk op www.nu91.nl/over-ons/organisatie/sbo



word nu lid!



VACATURES: VERPLEEGKUNDIGEN

Verpleegkundigen, wij zoeken versterking!

Ben jij geïnteresseerd in oncologie? Dan is het Antoni van Leeuwenhoek dé plek om als verpleegkundige te werken. Er is veel tijd en ruimte voor de patiënt en wij hechten veel waarde aan de ontwikkeling van jouw talenten. Bekijk onze actuele vacatures, opleidingsmogelijkheden en hoor van onze mensen zelf hoe het is om bij het Antoni van Leeuwenhoek te werken. Wij kunnen #nietzonderjullie.

Vacatures:

- Oncologieverpleegkundige (in opleiding)
- Traineeship verpleegkundige
- Verpleegkundige
- Verpleegkundig Specialist (in opleiding)
- Endoscopieverpleegkundige (in opleiding)
- Intensive care verpleegkundige (i.o.)



Ellen van der Heijden
Verpleegkundige

7days

Ellen van der Heijden

verpleegkundige

ZORGVILLA VOOR OUDEREN MET DEMENTIE

We kunnen hier nét dat beetje extra zorg geven

Ellen van der Heijden heeft al een mooie zorgcarrière achter de rug als ze op 55-jarige leeftijd bij zorgvilla Ome Jan gaat werken. Na vele jaren in het ziekenhuis en in de ouderenzorg, wordt Ellen verliefd op dit project dat november vorig jaar zijn deuren opende. Samen met een klein team verleent zij 24 uurszorg aan ouderen met dementie. Bij Ome Jan zijn de bewoners niet te gast, maar komen de medewerkers op bezoek.

tekst Hèlen Rijs | foto's Ron Rutten

Vanaf de snelweg is het ongeveer vijf minuten rijden naar Fort Isabella, waar Ome Jan gevestigd is. Een groene omgeving, waar vooral vijfenvijftigplussers wonen. Veel gebouwen zijn monumentaal, zo ook Ome Jan. Terwijl veel panden nog in de steigers staan om gerenoveerd te worden, is Ome Jan helemaal af. Er is wat uitgebouwd aan de voor- en zijkant, maar de muren van het hoofdgebouw zijn intact gebleven. Vanbinnen is de zorgvilla helemaal gloednieuw, maar toont het huiselijk. In de woonkamer zijn veel verschillende zitjes. Om privacy te hebben, was het idee. Toch gaan de bewoners bijna altijd op dezelfde plek zitten: aan de grote tafel voor de open keuken. Bij ons bezoek zien we chef-kok Ronnie druk aan het werk, terwijl een verzorgende met een bewoner cupcakes maakt.

ZEGGENSCHAP

Een maand voor de opening van Ome Jan begon Ellen hier als hoofdverpleegkundige. “Dat vond ik eigenlijk een ouderwetse term. Ik zie dan een hoofdzuster voor me die trippelend door de gang loopt, haha. In werkelijkheid bleek dat deze baan voor mij een perfecte combinatie is van verpleegkundige zijn én zorg coördineren en organiseren.” Voordat Ellen bij Ome Jan begon, heeft ze 23 jaar in het ziekenhuis gewerkt. Na ongeveer achttien jaar besloot ze een managementopleiding te doen. “Ik zag dingen gebeuren in het ziekenhuis waarvan ik dacht: dit kan ik misschien wel beter. Ik wilde meer invloed hebben en ergens mijn stempel op drukken. Voor mij was de benadering naar zorgprofessionals toe erg belangrijk. →





‘Hier gaat het niet meer over de grote dingen. Het gaat erom dat vandaag de zon schijnt en we buiten kunnen zitten’

Luisteren naar wat zij vinden en hun stem veel meer laten gelden, zag ik als een belangrijk doel. Zelf heb ik als verpleegkundige ook last gehad van leidinggevendenden die niet luisterden. Ik dacht toen: maar ik ben toch de professional? Ik weet heus wel wat ik doe. Laat me gewoon doen wat ik denk dat goed is. In het ziekenhuis merkte ik dat er een duidelijke hiërarchie was en dat ik er, ook met mijn managementopleiding, een beetje tussenin viel. Na vijf jaar managementervaring in het ziekenhuis ben ik overgestapt naar de ouderenzorg, waar ik tien jaar als teammanager heb gewerkt.”

VINKLIJSTJES

In de ouderenzorg was de hiërarchie volgens Ellen duidelijk minder. “De overstap naar de ouderenzorg is een geweldige zet geweest. Daar kon ik echt doen wat volgens mij goed was. Tien jaar lang heb ik zoveel kunnen en mogen doen. Toch maakte het managementdeel mij op een gegeven moment niet meer gelukkig. Continu was ik bezig met kwaliteitsplannen, overleggen, functioneringsgesprekken, inspectie en rapporten. Ik was het plezier in mijn baan kwijt en wilde weer echt als verpleegkundige aan de slag. Na tien jaar heb ik de stoute schoenen aangetrokken en gedacht: ik ga solliciteren en mijn hart volgen.



De eerste vacature die ik tegenkwam, was bij Ome Jan. Er stond al een prachtige villa, maar er misten nog praktische zaken om goede zorg te leveren. Denk dan aan goed contact met huisartsen en apotheken. Hier kon ik mijn managementkant echt in kwijt. Het trok mij heel erg aan dat dit een particuliere zorgvilla is, waarin we niet te maken hebben met heel veel protocollen en lijstjes. De mensen die hier wonen, kopen onze zorg in. Dat is daadwerkelijk anders dan in een Wlz-instelling waar je eerst, dat is gechargeerd gezegd, allerlei vinklijstjes moet invullen om te kijken welke stappen je mag ondernemen bij een nieuwe bewoner. Wat ik belangrijk vind, is dat je mensen aankijkt en zo bepaalt wat iemand nodig heeft. We kijken vooral heel erg naar hoe hun leven thuis was om iemands leven te leren kennen. Natuurlijk heb ik een format waarin dingen staan die ik echt moet weten om een goed zorgplan te maken, maar ik hoef niet meer tientallen lijstjes af te vinken.”

THUIS VOELEN

Bij Ome Jan hebben alle bewoners een eigen appartement met huisnummer en een deurbel. De appartementen worden naast een klein keukentje en een badkamer leeg opgeleverd. Toen Ellen hier kwam werken, zag ze gelijk al een aantal niet-praktische dingen. “Ik ben een instellingsdenker. Ook nu denk ik nog wel eens: hmm, dat was misschien niet helemaal praktisch. Ik heb heel erg moeten leren om die instellingsogen weg te laten en te denken: dit is niet mijn werkplek, maar de woonplek van de bewoners. Zij moeten het hier heel erg fijn hebben. Ik vind het zo mooi om te zien dat nieuwe bewoners in het begin alleen maar naar huis willen, maar dat ze na heel veel zorg, aandacht en liefde na twee weken Ome Jan als hun thuis zien.” Uniek bij Ome Jan zijn vijf appartementen op de begane grond die speciaal ingericht zijn voor echtparen met dementie. Echtparen die thuis samenwoonden, komen dus niet alleen in dezelfde zorginstelling terecht, maar blijven écht samenwonen en in een bed slapen. →



Ome Jan is omringd door een speciale dementietuin die is bedoeld om de bewoners te prikkelen.

Aan de voorkant van Ome Jan ligt een speciale dementietuin, die het hele jaar door de zintuigen van de bewoners prikkelt. Om binnen de hekken te komen, moet je door een houten poortje heen dat ingewikkeld opengaat. Ome Jan ziet dat veel mensen aan het begin met het hekje stuntelen, maar dat is nou net de bedoeling. De bewoners mogen in- en uitlopen wanneer ze willen. De enige uitgang is het hekje. De ervaring leert dat veel bewoners niet de moeite doen om het open te krijgen. Als dat wel gebeurt, is er nog geen reden tot paniek. Bewoners krijgen een 'spotter' als ze hierom vragen of als ze vluchtgedrag hebben. Wanneer een bewoner lang weg is of buiten bepaalde gps-coördinaten komt, krijgt Ome Jan een melding. Open maar toch gesloten, noemt de zorgvilla het.

PARTICULIERE ZORG

In het verleden dacht Ellen altijd dat werken met mensen met dementie niet bij haar zou passen. "Dat herhalen, dat vergeten en dat rondlopen, ik dacht niet dat dat bij mij paste. Maar toen ik ouder werd, ging ik erover nadenken. Is het echt zo dat dementiezorg niet bij mij past? Nee, want wat blijkt: ik heb de bewoners hier echt in mijn hart gesloten. Mensen worden heel puur als ze verder in hun dementie zijn. Alles valt weg. Mensen doen zich niet meer beter voor. Het gaat niet meer over de grote dingen. Het gaat erom dat vandaag de zon schijnt en dat we buiten kunnen zitten. Zo simpel kan het leven zijn. Ik zou iedereen een omgeving gunnen zoals Ome Jan, maar de zorg die wij hier kunnen geven, is helaas niet voor iedereen weggelegd.



‘Bewoners die in het begin alleen maar naar huis willen, zien Ome Jan binnen twee weken als hun thuis’

Een potje biljart of even lekker wegdromen bij de kapper: Ome Jan heeft het allemaal in huis.

Net dat stukje extra zorg dat wij kunnen leveren omdat we particulier zijn, zal in de reguliere zorg nooit gerealiseerd worden. Dat frustrereert me. Ik wil hiermee helemaal niet zeggen dat de reguliere zorg niet op orde is. Ook daar kijken en luisteren ze naar de mensen. Iedere zorgprofessional wil veel meer tijd geven aan bewoners. Iedereen wil meer handen aan het bed. Bij Ome Jan zijn het personeel en de ruimte er wel. Wij hoeven niet te denken: ik heb maar tien minuten want ik moet nog vijf bewoners verzorgen. In de zorg spreken we altijd over kwaliteit van leven en kwaliteit van zorg. Het mooiste zou zijn als kwaliteit van leven en van zorg geen onderscheid meer is, maar dat het samenkomt. Dat vind je hier veel meer dan in de reguliere zorg. Ik zou het de reguliere zorg onwijs gunnen om het zo te kunnen doen. En ik weet zeker dat dit ook een wens is van iedereen in de reguliere zorg.”



**Philippe
Geubels**

comedian en stagiair

COMEDIAN PHILIPPE GEUBELS LIEP STAGE IN EEN ZIEKENHUIS

'Ik wist wel dat het werk van een verpleegkundige zwaar was'

Het nieuwe seizoen *BN'ers in het ziekenhuis: Leren van de helden* is gestart op SBS6. Comedian Philippe Geubels hoefde geen twee keer na te denken toen hij werd gevraagd voor het televisieprogramma. "Ik heb altijd al interesse in de gezondheidszorg gehad." Aan FLOOR vertelt de Vlaming over zijn ervaringen als stagiair in het ziekenhuis.

tekst **Jasmijn Beekers** | foto's **Tuvalu Media**

Waar komt je interesse in de gezondheidszorg vandaan?

"Vroeger wilde ik apotheker worden. Ik ben alleen niet zo'n ster in leren, dus het is er niet van gekomen. Als ik in een ziekenhuis ben, observeer ik altijd wat er allemaal gebeurt. Ik vind het een interessante omgeving. En wanneer ik met familie een weekend of langer wegga, ben ik altijd degene die pilletjes meeheeft. Ik wil dan graag dat mensen naar mij toekomen als er iets mis is."

Voordat de stage in het ziekenhuis daadwerkelijk begon, kregen de BN'ers een hele dag cursus in een praktijklokaal. Hier werd onder andere geoefend met simulatiepoppen en was er aandacht voor de ABCDE-methode, een manier om letsels en stoornissen te onderkennen en behandelen.

Hoe heb je deze dag ervaren?

"Ik keek er heel erg naar uit. Ondanks dat ik wist dat we veel zouden gaan leren, was ik niet zenuwachtig. We kregen op die dag allemaal nieuwe informatie, superinteressant. De ABCDE-theorie vond ik wel moeilijker dan verwacht. Het was lastig om in te schatten wanneer je als verpleegkundige echt in actie moet komen." →



Vervolgens was het de bedoeling dat je thuis verder aan de slag ging met alle theorie, zodat je het examen zou halen.

“Klopt, maar dat vond ik wel lastig hoor. Ik ben meer een praktijkmens. Ondanks dat had ik wel vertrouwen in het examen, omdat ik op de cursusdag alles redelijk onder controle had. Gelukkig heb ik het ook gehaald, zonder heel erge zenuwen.”

Je kreeg toen te horen dat je stage zou plaatsvinden op de geriatrie- en kinderafdeling.

“Inderdaad. Mijn eerste dag was op de geriatrieafdeling. Het viel me meteen op hoe goed de sfeer was. Alle verpleegkundigen stonden voor elkaar klaar en ik had ook heel leuke mentoren die me veel uitleg gaven. Al snel had ik het idee dat ik onderdeel was van hen. Ik vond de geriatrieafdeling een beetje dubbel. Er was genoeg te doen en ik kreeg ook wat zelfstandigheid, wat ik erg leuk vond, maar ik vond het wel heftig dat je daar zo fysiek bezig bent. Bijna alle patiënten moeten geholpen worden met wassen en je bent veel aan het tillen. Ik vond het plaatsen van katheters ook niet bepaald leuk, omdat dit een pijnlijke en ongemakkelijke situatie kan zijn voor de patiënt. Ik voelde dat ongemak dan ook, omdat ik me de pijn indacht. Geen pretje, het liefst wilde ik dan even weg. Haha.”

Hoe vond je de omschakeling naar de kinderafdeling?

“De kinderafdeling is echt totaal iets anders. Op mijn eerste dag was er een jongen van zeventien die een boom op zich had gekregen, waardoor hij een gescheurde lever had en twee gebroken armen. Dat was wel heftig. Gelukkig is het goed gekomen met hem. De focus op de kinderafdeling ligt meer op het begeleiden van de kinderen, bijvoorbeeld voor en na een operatie. En tijdens de opname van een kindje sta je veel in contact met de ouders. Dus dat is ook wel echt een groot onderdeel van je takenpakket als verpleegkundige daar.”

Ervaarde je op de kinderafdeling net zo'n goede sfeer als op de geriatrie?

“Ja, absoluut. Ik vond het op de kinderafdeling wederom erg gemoedelijk. Collega's gingen op een vriendschappelijke manier met elkaar om en ik had leuke mentoren die me veel uitleg gaven. Ik voelde me er echt wel op mijn gemak. Er waren ook twee Belgische artsen. Waarschijnlijk om het niveau van het ziekenhuis een beetje op te krikken, haha.”



In het tweede seizoen van *BN'ers in het ziekenhuis - Leren van de helden* lopen drie BN'ers en een bekende Vlaming mee in het Groene Hart Ziekenhuis in Gouda. Van links naar rechts: Rachel Hazes, Caroline van der Plas, Philippe Geubels en Natasja Froger.

Is er een situatie geweest die je moeilijk vond?

“Wel meerdere. Er was een kindje van ongeveer vier jaar, dat al een tijdje niet at. Hij kreeg toen een maagsonde, zodat hij gevoed kon worden. Dat was echt hartverscheurend om te zien, want je moet als verpleegkundige zo'n kind toch pijn doen. Tegelijkertijd is het bevredigend, omdat je het kind uiteindelijk wel helpt. Ik kon dat wel goed relativeren hoor. Bij de kinderafdeling komt nu eenmaal veel kijken. Met de prematuren durfde ik nauwelijks iets te doen, zo breekbaar. Ik heb ze wel de fles gegeven, dat was heel leuk.”

Wat was je mooiste ervaring?

“Er werd een kindje van een jaar of twee opgenomen voor een allergieonderzoek en bij haar moest eerst de bloeddruk en temperatuur gemeten worden. De verpleegkundigen waren allemaal een beetje sceptisch of dit zou gaan lukken, omdat kleine kinderen dit meestal niet leuk vinden en niet toestaan. Het lukte me eigenlijk in een keer, zonder enige moeite. Dat voelde echt als een overwinning. Het was vervolgens heel leuk om de reacties van collega's te zien. Die waren iets te verbaasd, haha. Ik had met dat kindje meteen een klik, alsof ik haar vertrouwen vanaf het begin had gewonnen. Dat is in het contact met kinderen ook erg belangrijk, denk ik. Vervolgens heb ik haar ieder halfuur een steeds groter stuk eierkoek gebracht. Dat moest vanwege de allergietest. Dit was heel leuk om te doen.” →



Philippe

Philippe Geubels (40) is een Vlaamse stand-upcomedian. Hij werd bij het grote publiek bekend toen hij in 2007 in de finale stond van *Comedy Casino Cup*, een programma van de Vlaamse televisiezender Canvas. De afgelopen jaren stond hij in uitverkochte zalen in Nederland en België.

Welk beeld had je van een verpleegkundige voor deze stage?

“Nou ja, ik heb nooit gedacht: verpleegkundigen hebben een makkelijk leven. Dat is ook wel bevestigd. Je moet als verpleegkundige echt altijd aan staan. Je kan best een keer een slechte dag hebben, maar je zal er toch moeten staan en de verantwoordelijkheid over de patiënten moeten dragen. Ik ben echt wel gaan beseffen dat ik erg blij ben met het werk dat ik doe.”

Wat neem je mee na deze stage?

“Dat het een superleuk en mooi beroep is. Soms moet je heel hard werken, maar het is al met al wel heel bevredigend. Ik vind echt oprecht dat mensen in de zorg te weinig verdienen. In verhouding tot andere beroepen is dat wel vreemd, als je ziet wat een verpleegkundige doet. Het is een heel belangrijk beroep waarmee je mensen enorm helpt.”

Gaan we je in de toekomst misschien als verpleegkundige zien?

“Haha nou, pas op. Als mijn huidige werk om wat voor reden dan ook zou wegvallen, en het zou geen vier jaar studeren zijn, zou ik best een baan in de zorg willen. Het is heel anders dan de showbizzwereld, zachter.”

BN'ERS
IN HET
ZIEKENHUIS

Het nieuwe seizoen van *BN'ers in het ziekenhuis*: *Leren van de helden* is woensdag 20 april gestart op SBS6 en wekelijks te zien om 20.30 uur. Je kunt alle afleveringen ook terugkijken op KIJK.nl. De opnames van dit seizoen zijn gemaakt in het Groene Hart Ziekenhuis in Gouda.



Jij maakt Twente elke dag een beetje mooier

Met topzorg voor onze patiënten.
Dank voor wie je bent en wat je doet.
Team MST is trots op je en steunt je.
Want zorg voor een ander, begint bij jou.

Beter voor elkaar in Twente.



Scan en lees de mooie verhalen van onze collega's

FLOOR



Wil jij iedere drie maanden de nieuwste FLOOR ontvangen?
Word dan lid van NU'91.

nu91.nl



NIEUW

ONTWIKKELD VOOR DE
KWETSBARE HUID



De Leukoplast skin sensitive familie -
Betrouwbare fixatie, patiëntvriendelijk te verwijderen

#HealingMeSoftly



Scan de QR code
en vraag een gratis
sampleset aan!

Leukoplast®


Wound care in best hands



FOTO: TON DE BRUIN

‘Van mijn eigen reactie ben ik het meest geschrokken’

Luka Doppen (32) werkt met mensen met een ernstig meervoudige handicap. Als zorgvlogger zet zij haar bijzondere werk in de gehandicaptenzorg op de kaart. Enkele verhalen uit haar werk deelt zij ook in haar columns voor FLOOR.

 metlukamee_emb

VOLTREFFER

“Oh, zit die mevrouw in een rolstoel?”, hoor ik de taxichauffeuse zeggen die net de ruimte is binnengestapt. Ze kijkt hierbij mijn collega aan achter de balie. “Dan kom ik zo wel even terug, want ik heb nu geen ruimte meer in de bus”, en ze zet al een stap naar achteren om de ruimte weer te verlaten. Ik zie mijn collega fronsen. “Misschien moet je dat even met haar zelf overleggen?”, reageert ze terwijl ze onze kant opkijkt. Ik meen vertwijfeling in de ogen van de chauffeuse te zien. Wanneer ze naar Ellen toeloopt om alsnog te overleggen, struikelt ze bijna over haar eigen voeten.

Terwijl we de bus zien wegrijden, kijkt Ellen mij aan. “Waarom vraagt ze dat niet meteen aan mij”, vraagt ze teleurgesteld. Ik kan alleen maar mijn schouders ophalen. Een antwoord moet ik haar schuldig blijven, maar ik weet ook dat de chauffeuse het niet met een verkeerde bedoeling zal hebben gedaan. Dan geeft Ellen met gebalde vuist een klap op haar rolstoelblad uit pure frustratie. Er rolt een traan over haar gezicht. De pijn in haar stem is hoorbaar en komt bij mij keihard binnen. “Ik heb toch ook nog een eigen mening?”

We besluiten om niet te wachten op de taxi, maar naar huis te lopen. Terwijl ze naast mij rijdt in haar elektrische rolstoel, kletsen we over echte meidendingen om zo even onze gedachten te verzetten. Er komen ons twee jongens tegemoet, ik schat van een jaar of twaalf. Wanneer we ze net voorbij zijn, zie ik dat een van hen een blik over zijn schouder werpt. Direct voel ik een knoop in mijn maag, maar ik laat niets blijken. Ik zet mij schrap wanneer ik de jongen aanstalten zie maken om iets tegen zijn vriend te zeggen, zodat ik snel kan reageren op de situatie die gaat volgen. “Kijk”, roept hij terwijl hij naar de achterkant van Ellens rolstoel wijst, “zij heeft in ieder geval wél verstand van voetbal.” Verbaasd kijk ik Ellen aan en zie bij haar een grote glimlach verschijnen. Op de achterkant van haar rolstoel pronkt namelijk een groot logo van FC Twente. “Ja hè!”, antwoordt ze vol trots en met die onbetaalbare glimlach.

Van mijn eigen reactie ben ik het meest geschrokken. Het feit dat ik nu zelf een vooroordeel had over deze jongen, terwijl ik juist zo hard tegen de vooroordelen in de samenleving aanschop. De drang om te beschermen, te behoeden en te laten zien dat Ellen niet anders is, is groot, maar zelf heb ik hierin blijkbaar ook nog wat te doen.

Sommige mensen kijken alleen naar wat iemand niet kan. En hoewel Ellen misschien fysiek gezien niet haar grote droom om te kunnen voetballen of rennen kan warmaken, zijn er wel degelijk veel andere mogelijkheden. De jongen scoorde met zijn opmerking een voltreffer, recht in het doel voor Ellen en ik stond hierbij aan de zijlijn als een trotse supporter.

A portrait of a woman with long dark hair, wearing a white lab coat over a light-colored collared shirt. She is smiling and has her arms crossed. She is wearing gold hoop earrings with pearls. The background is a plain, light-colored wall.

Angila Sultani

cosmetisch verpleegkundige

ANGILA SULTANI WORSTELDE ZICH DOOR HAAR SCHOOLTIJD

Geloof in jezelf

Je diploma behalen is voor iedereen een mijlpaal, maar voor verpleegkundige Angila Sultani is het een ware overwinning. Haar schooltijd ging niet van een leien dakje, met leraren die haar onderschatten en een stagebegeleider die niet in haar geloofde. De lessen die ze daaruit trok, deelt ze nu via sociale media om haar volgers te helpen. “Iedere maand krijg ik honderden berichten van studenten dat ze door mij door zijn gegaan en hun diploma hebben behaald. Dat doet me echt goed.”

tekst Hèlen Rijs | foto Loes van Vugt

Vol trots kan Angila Sultani (24) nu zeggen dat ze gediplomeerd verpleegkundige is. Maar daar was wel doorzettingsvermogen voor nodig. Haar gedrevenheid begon al op de middelbare school. “Op de basisschool kreeg ik een vmbo-kaderadvies, terwijl ik havo had gescoord op de Cito-toets. Als kind ga je hier niet zo snel tegenin. Vooral door mijn ouders ben ik toen als tussenweg op het vmbo-t begonnen. Dat haalde ik met

twee vingers in de neus, dus wilde ik naar havo. Toen de docente ondanks mijn goede cijfers zei dat havo veel te moeilijk voor mij zou zijn, ging er een knop om. Ik ben gewoon havo gaan doen en heb het diploma binnen twee jaar gehaald. Dat was de eerste keer dat ik niet luisterde naar wat iemand tegen me zei. Achteraf ben ik daar heel trots op.” →



DUIZENDEN LIKES

Op social media gaat Angila door het leven als Angggilavpk. “De drie g’s waren er eerst om een mooi logo van te maken, maar nu heb ik ze een betekenis gegeven: gedrevenheid, geloof (in jezelf) en geluk. Vpk staat voor verpleegkundige.” Tijdens de eerste coronagolf startte Angila op TikTok. “Ik begon eigenlijk voor de lol, maar wilde ook graag mijn verhaal vertellen. Het eerste wat ik deelde, was mijn nare stage-ervaring in het derde jaar van hbo-verpleegkunde. Na twee leuke studie jaren kreeg ik in het stagejaar ineens alleen maar negativiteit naar mijn hoofd van de begeleidster. Dat zat me dwars, dus wilde ik het delen. Tot mijn eigen verbazing kreeg ik duizenden likes en reacties. Vanaf dat moment nam ik social media veel serieuzer.”

RACISME

Voor Angila zijn haar volgers erg belangrijk. “We helpen elkaar en bieden steun. Mijn volgers zijn vooral studenten, maar er zitten ook afgestudeerde zorgprofessionals tussen. Ik wil hen nu vooral inspireren en motiveren met leuke video’s. Laatst vroeg iemand naar mijn ervaringen toen voor het eerst een patiënt overleed. In een video heb ik vervolgens laten zien hoe ik daarmee om ben gegaan en ik heb tips gegeven. Ik wil mijn volgers handvatten geven voor dit soort situaties. Ik deel met name mijn eigen ervaringen, maar soms betrek ik er ook literatuur bij. Met een combinatie van beide maak ik bijvoorbeeld taboes bespreekbaar. Zo heb ik pas posts gemaakt over racisme en seksuele intimidatie in de zorg. Zelf heb ik helaas ook met racisme te maken gehad. Tijdens een van mijn eerste stages zei een cliënt: ‘Ik wil niet geholpen worden door die allochtoon.’ Destijds heb ik dat naast me neergelegd, maar nu laat ik me niet meer zo behandelen. Ik wil mijn volgers leren dat je voor jezelf op mag komen als je iets niet leuk vindt.”

'Ik denk dat de tegenslagen me ergens toch gemotiveerd hebben om door te gaan'

MENTALE GEZONDHEID


Na twee jaar hbo-verpleegkunde ging het in het derde jaar mis. "Mijn derde jaar was vooral naar door mijn stagebegeleidster. Ze keek mij bijvoorbeeld altijd raar aan als ik een vraag stelde, want 'dat moest ik wel weten als hbo-er.' Ik werd ontzettend streng voor mezelf en kreeg het gevoel dat ik alles moest weten. Toen ook mijn volgers hun zorgen uitten over alles wat je moet onthouden, zijn we samen na gaan denken over een handige tool voor verpleegkundigen. Daar is het *Handig Boekje* uit voortgekomen, een boekje waarin de vitale functies heel uitgebreid zijn uitgelegd, waarin medisch rekenen terugkomt en waar talloze zakkaarten in zitten, zoals de ABCDE-methode. Ook helpt het *Handig Boekje* je met de communicatie met andere disciplines." De negatieve ervaringen met haar stagebegeleider zorgden ervoor dat Angila slecht in haar vel kwam te zitten. Ze nam zelfs een tussenjaar. "Door leuke dingen te gaan doen en een kort traject bij een psycholoog kwam ik er weer redelijk bovenop. Mentale gezondheid is nu nog steeds heel belangrijk voor mij. In het *Handig Boekje* heb ik daarom ook tips gezet. Want je moet mentaal wel vitaal blijven, wil je voor een ander kunnen zorgen. Op mijn socials besteed ik hieraan ook iedere week aandacht."

POSITIVITEIT

Na het tussenjaar besloot Angila een nieuwe stage een kans te geven. Die beviel ontzettend goed. "Ik denk dat de tegenslagen me ergens toch gemotiveerd hebben om door te gaan. Mijn allerlaatste stageplek was in de verstandelijke gehandicaptenzorg. Die stage was superleuk. Mijn laatste twee begeleiders lieten echt merken dat ze in mij geloofden. Dat had ik nodig. Aan stagebegeleiders wil ik meegeven dat positiviteit ontzettend belangrijk is. Door die nare stage was ik zelfs de liefde voor de verpleegkunde kwijt en dacht ik er serieus aan om te stoppen. Maar ik sta weer sterk in mijn schoenen en geloof in mezelf. Ik ken mijn krachten en weet wat ik kan."

Angila werkt nu als cosmetisch verpleegkundige in een privékliniek. "Ik zie het als een uitdaging om binnen twintig minuten tijd een vertrouwensband met iemand op te bouwen. Ik vind het fijn dat je met een kleine cosmetische ingreep een persoon zo blij en zelfverzekerd kunt maken. Mijn volgers wil ik laten zien hoe mooi de zorg is. Ik heb in veel sectoren stage gelopen en iedere sector heeft iets prachtigs. Door dat te tonen hoop ik een klein steentje bij te dragen aan het personeelstekort."

 @anggilavpk

 @anggilavpk

www.anggilavpk.com



Win!

FLOOR mag een *Handig Boekje* van Angila weggeven.

Wil jij dit boekje winnen? Ga dan naar www.floormagazine.nl en maak kans! De actie loopt tot 1 juni.

Nelly Schep

oncologieverpleegkundige



De lat omhoog

met Verpleegkundig Leiderschap

Het Antoni van Leeuwenhoek wil de kwaliteiten en talenten van het personeel optimaal benutten met het programma Verpleegkundig Leiderschap. Oncologieverpleegkundige Nelly Schep is gekozen tot boegbeeld van dit programma. Aan FLOOR vertelt ze wat dat inhoudt en wat haar drijfveren zijn. “Mijn uiteindelijke doel is samen gaan voor excellente zorg aan onze patiënten met kanker, door hoge kwaliteit van zorg te leveren.”

tekst **Hèlen Rijs** | foto's **André Jagt**

In diverse ziekenhuizen is het programma Verpleegkundig Leiderschap al opgezet, zo ook in het Antoni van Leeuwenhoek, het in kanker gespecialiseerde ziekenhuis in Amsterdam. Oncologieverpleegkundige Nelly Schep is daar gekozen tot boegbeeld van het programma. Haar doel is de zorg in het ziekenhuis naar de hoogst mogelijke kwaliteit te tillen. “Verpleegkundig leiderschap betekent voor mij ‘samen’, samen gaan voor excellente zorg. Hierin is het van belang dat wij als verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten onze stem krachtig aan de

bestuurlijke tafel kunnen laten horen. Ik heb vooral naar de rol gesolliciteerd, omdat ik wil dat dit programma doorgang krijgt in de organisatie. Bovendien vind ik het belangrijk dat we onze zorgprofessionals behouden en we een goede positie en stem krijgen. Persoonlijk vind ik het ook heel belangrijk dat er niet alleen maar naar de zieke patiënt gekeken wordt, maar ook naar de patiënt die weer naar huis mag. De ethische en maatschappelijke vraagstukken die hierbij komen kijken, vind ik ontzettend interessant.” →

‘Je moet leiderschap nemen, maar het moet je ook gegeven worden’

VERPLEEGKUNDIG BOEGBEELD

In het programma is een duidelijke structuur aangebracht. Er is een kernteam, een programmaboard, een programmateam en de ambassadeurs waar het uiteindelijk om draait, onze verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten. Nelly is onderdeel van het kernteam, dat verder bestaat uit een programmamanager, twee verplegingswetenschappers en een teamleider. Het kernteam houdt het overzicht over het programma. “Binnen het kernteam heb ik de rol van ‘verpleegkundig boegbeeld’ gekregen. Dit houdt in dat ik het gezicht en het aanspreekpunt ben van het programma. Ik hou me vooral bezig met netwerken met andere ziekenhuizen en collega’s. Ook probeer ik binnen de organisatie verbinding te maken met andere disciplines. Deze functie geeft me energie.”

STRUCTUUR

Het andere team, het programmateam, is opgedeeld in verschillende subgroepen met ieder een eigen doel. De subgroep verpleegkundig leiderschap houdt zich bezig met persoonlijk leiderschap. Deze subgroep motiveert volgens Nelly zorgprofessionals om mee te denken in de organisatie en om met ideeën te komen. “Een concreet initiatief van deze subgroep is de regiepot”, zegt ze. “Dit idee is in het leven geroepen om ideeën van zorgprofessionals door out of the box denken te verwezenlijken. Alle ideeën worden verzameld in die regiepot. Vervolgens kunnen collega’s erover stemmen.”

VAARDIGHEDEN

De subgroepen hebben al veel zorgprofessionals over de streep getrokken om mee te doen met het programma. Daarbij wordt goed gelet op het karakter van de persoon. “Niet iedere zorgprofessional is hetzelfde”, vertelt Nelly. “De een wil graag op de voorgrond staan, terwijl de ander daar wat minder van houdt. We kijken daarom aandachtig naar waar iemand zich goed bij voelt.” Deze subgroep geeft zorgprofessionals ook allerlei vaardigheden mee, zodat ze zich goed kunnen positioneren. Nelly: “Ze leren om voor zichzelf op te komen en met eigen ideeën te komen. Ook laat de subgroep hun zien wat er in het ziekenhuis speelt en welke plannen er liggen. Zo kunnen zorgprofessionals actief nadenken over wat zij hieraan kunnen bijdragen.”

AAN TAFEL

Niet kijkt alleen het programma naar hoe zorgprofessionals zichzelf neer kunnen zetten, maar ook naar de vraag: hoe zorgen we ervoor dat we alle lagen in de organisatie meekrijgen met het programma? Nelly: “Recent heb ik nog aan tafel gezeten met de raad van toezicht. Dat was super, maar dit gebeurt nog te weinig. De raad van bestuur heeft aangegeven het programma heel belangrijk te vinden. We streven ernaar dat we ook echt aan tafel mogen zitten en mee mogen denken over keuzes die gemaakt worden. Al helemaal als er keuzes gemaakt moeten worden die van invloed zijn op ons werk of die over ons gaan. Dan moeten we echt mee kunnen beslissen.”

ONCO+

Er zijn nóg twee subgroepen. De subgroep primair proces kijkt, zoals de naam al aangeeft, naar het primaire proces op de afdeling. Welke positie moet een zorgprofessional bijvoorbeeld hebben in het mdo en tijdens de grote visite? De laatste subgroep is gedifferentieerd werken. Nelly: “Een hoofdtaak van deze groep is het vormgeven van de nieuwe proeftuin onco+-functie. Deze functie gaat lijken op die van regieverpleegkundige, maar er is een wezenlijk verschil: naar de onco+-functie mogen zowel oncologieverpleegkundigen met een hbo- als met een mbo-opleiding solliciteren. Collega’s die deze functie gaan invullen, worden enerzijds actief als verpleegkundige op de werkvloer en anderzijds gaan ze zich een of twee dagen bezighouden met kwaliteit, onderzoek en coaching. Verpleegkundig onderzoek speelt hierin een belangrijke rol. Op dit moment zijn we bezig om dit functieprofiel te beschrijven in samenwerking met onder andere de afdeling hr, bijvoorbeeld op het gebied van beloning. We willen deze functie in het leven roepen, zodat verpleegkundigen meer verdieping krijgen in het vak en zich verder kunnen professionaliseren. Zo hopen we verpleegkunde interessanter te maken, zodat uitstroom voorkomen wordt.”



‘Zorgprofessionals zijn soms te bescheiden’

VERZORGENDEN

Het programma Verpleegkundig Leiderschap in het Antoni van Leeuwenhoek is er niet alleen voor verpleegkundigen en verpleegkundig specialisten. Ook verzorgenden worden bij dit programma betrokken. “Voor verzorgenden is het net zo goed van belang dat ze voor hun vak kunnen staan en dat ze inspraak hebben”, zegt Nelly. “In de subgroep gedifferentieerd werken kijken we samen naar de kwaliteiten en talenten van verzorgenden en hoe we deze kunnen inzetten in de organisatie. Wat doen verzorgenden nu in het ziekenhuis? En welke vaardigheden laten we liggen? We kijken actief naar wat verzorgenden meer kunnen en mogen doen in het ziekenhuis, afhankelijk van wat ze geleerd hebben tijdens de opleiding. We hebben bijvoorbeeld gerealiseerd dat verzorgenden meegaan naar de artsensite, aan eigen dossiervorming doen en dat ze de eerste bel van een patiënt binnenkrijgen.”

CULTUURVERANDERING

Nelly vindt dat er voor verpleegkundig leiderschap ook een stukje gedragsverandering van bijvoorbeeld artsen nodig is. “Je moet leiderschap nemen, maar het moet je ook gegeven worden. Hiervoor is een culturomslag nodig. We zijn hard bezig om deze culturomslag te verwezenlijken. We maken goed duidelijk dat wij het van belang vinden dat we beter gaan samenwerken. We proberen nu door de hele organisatie meer draagvlak te krijgen. Ons programma werkt daarom veel samen met het programma Cultuur en Gedrag. Het zal een grote verandering zijn om dit binnen ons ziekenhuis groot uit te zetten.” Nelly is ervan overtuigd dat verpleegkundigen, verpleegkundig specialisten en verzorgenden zich meer moeten laten horen. “Zorgprofessionals zijn soms te bescheiden, maar we moeten ons in het licht zetten om aandacht te vragen. Daar hoort ook bij dat we onszelf soms moeten uitnodigen voor overleggen. Waar wij mee bezig zijn en wat we allemaal doen, is erg waardevol voor de organisatie. Dat mogen we ook echt wel laten zien.”



Vij Fenneke
op de bank

Kustandi, Claudia en Nicky werken alle drie in de gehandicaptenzorg. Als het aan hen ligt, kiezen veel meer mensen voor deze tak van zorg. Maar, zo stellen ze, het is een branche die niet vaak in de spotlights staat. In deze editie van *Bij Femke op de bank* vertellen ze met welke vooroordelen ze te maken hebben, waarom de gehandicaptenzorg nog zichtbaarder moet worden en hoe opleidingen hieraan bij kunnen dragen.

tekst Femke van der Palen | foto's Loes van Vugt



Kustandi van Dijkhuizen (42), werkt als begeleider op een woning waar intensieve begeleiding nodig is.

Claudia Slokker (52), verpleegkundige bij Severinus, werkt op een woonhuis waar mensen verblijven functionerend op MVB/LVB niveau.

Nicky van der Palen (33), persoonlijk begeleider bij Prisma, werkt in de dagbesteding op een arbeidscentrum.

A man with a shaved head, smiling broadly, wearing a black leather motorcycle jacket over a white t-shirt and blue jeans. He is standing in a bar or club environment. In the background, there is a sign for 'Real Refreshment' with a Coca-Cola logo, a neon sign with the letter 'K', and a 'Blue Queen' sign with the text 'SLEEP · EAT · DRINK · PARTY'. A 'HARLEY-DAVIDSON MOTORCYCLES' logo is partially visible on the left.

***Kustandi
van Dijkhuizen***

begeleider



Nadat de afgelopen jaren corona ervoor zorgde dat de interviews digitaal plaatsvonden, is het eindelijk weer mogelijk om elkaar live te spreken. Het voorjaar is in volle gang, maar op de dag van het interview is het buiten grijs en lijkt het onophoudelijk te regenen. Toch heeft het geen invloed op de stemming van Claudia, Nicky en Kustandi. Zij hebben genoeg te vertellen over 'hun' geliefde gehandicaptenzorg en dat doen ze dan ook vol enthousiasme. Dat dit niet altijd zo was, vertellen Nicky en Kustandi.

Momenteel werkt Kustandi vol passie in de gehandicaptenzorg, maar het is niet het vak waar hij in eerste instantie voor heeft gekozen. Voorheen werkte hij namelijk in een heel andere sector: binnen defensie. Door bezuinigingen was er geen plek meer voor hem in de nieuwe organisatie. Hij kwam hierdoor in een re-integratietraject terecht. Kustandi: "Omdat ik zelf een zoon met autisme heb, was ik al bekend met zorginstellingen. Mijn huidige partner heeft twee kinderen die hulpbehoevend zijn. Regelmatig ging ik mee naar mdo's. Daar zag ik dat er anders naar ouders werd gekeken en gehandeld. Hierop besloot ik om zelf in de zorg te gaan werken. Met als doel een functie te vervullen waarin ik ouders kan ondersteunen in hun zoektocht naar de juiste zorgorganisatie voor hun kind, maar ook tijdens bijvoorbeeld mdo's. Ik begon als leerling in de gehandicaptenzorg. Tussendoor heb ik in andere zorgbranches gewerkt, maar sinds mei 2021 ben ik hier weer terug."

Inmiddels werkt Nicky al jaren in de gehandicaptenzorg, maar voor haar was het niet direct liefde op het eerste gezicht. Het had zelfs niet veel gescheeld, of ze was uiteindelijk met een andere doelgroep gaan werken. "Ik hoor mezelf nog zeggen na mijn eerste stage in de gehandicaptenzorg: 'Ik ga nooit meer werken met mensen met een verstandelijke beperking.' Ik was net begonnen aan mijn opleiding en het liep allemaal niet zo lekker. Het waren ouderen met een handicap, maar het lukte me maar niet om mijn draai te vinden. Voor mijn tweede stage moest ik naar een ZML-school. Daar zag ik vooraf wel tegenop gezien mijn eerdere erva-

ringen. Maar vanaf de eerste dag vond ik het hier geweldig. Ik zag een heel andere kant die ik niet kende en tijdens mijn eerste stage niet heb gezien. Daarom zeg ik altijd dat de kinderen daar er uiteindelijk voor hebben gezorgd dat ik toch voor de gehandicaptenzorg heb gekozen. Nu zou ik niets anders meer willen."

VERSCHILLENDE FUNCTIES

Voor Claudia is de gehandicaptenzorg al zo'n 35 jaar dé sector waarin zij het allerliefste werkt. En als het aan haar ligt, blijft ze hier de rest van haar carrière. Ze heeft in die jaren ontzettend veel gezien en al op diverse plekken gewerkt. Op een gegeven moment wilde ze graag haar expertise op een andere manier inzetten, maar helemaal zonder de directe patiëntenzorg was voor haar geen optie. Ze ging op zoek naar een manier waarop ze nog contact had met bewoners, maar waarin ze zich ook kon richten op randvoorwaarden om het werk goed te kunnen doen. "Daarom heb ik nu een combinatie van taken. Naast dat ik uren op de werkvloer sta, houd ik me bezig met het roosteren. Ik help collega's met het plansysteem en ik ben voorzitter van de ondernemingsraad. Daarnaast ben ik vakbondsconsulent van NU'91. Door deze verschillende taken kan ik het zakelijke gedeelte combineren met dat wat er op de werkvloer gebeurt. Ik kijk niet alleen naar wat ik voor de bewoners kan betekenen, maar ook voor mijn collega's. Wat is er bijvoorbeeld nodig om goede zorg te leveren? Wat is noodzakelijk om ons werk goed te kunnen doen? En hoe zijn dingen geregeld in onze cao? Op deze manier ben ik op verschillende manieren met mijn vak bezig en dat is voor mij een goede combinatie." →



Claudia Slokker

verpleegkundige

‘Er wordt vaak gedacht dat mijn werk niet meer inhoudt dan snottebellen wegpoetsen’

SNOTTEBELLEN POETSEN

Voor de drie is het werk in de gehandicaptenzorg vanzelfsprekend. Toch merken ze dat ze vaak te maken hebben met vooroordelen. Claudia: “Als ik met mensen praat die niet weten wat de gehandicaptenzorg is, krijg ik vaak te horen: ‘Oh, dus jij loopt de hele dag snottebellen te poetsen?’ Alsof het niet meer is dan dat.” Nicky herkent dit: “Of soms sta je bijvoorbeeld met iemand op een feestje en dan komt de vraag: ‘Wat doe jij voor werk?’ Dan vertel ik dat en krijg ik als reactie: ‘Dat vind ik echt zo knap. Dat jij dat kunt.’ Vreselijk om te horen, vind ik. Het is niet knap en we doen geen trucje. We doen gewoon werk dat we leuk vinden.” Kustandi vult aan: “Het beeld van de gehandicaptenzorg is dat het eigenlijk helemaal niet aantrekkelijk is om erin te werken. Mensen in een rolstoel die de hele dag kwijlen, dat is het vertekende beeld. Nu ik er zelf in werk, weet ik dat ik mijn steentje kan bijdragen om cliënten het ‘gewone leven’ te laten ervaren. Dat is wat zij willen en dat willen wij ook. Alleen gaat dat niet vanzelf. Zeker als je bewoners hebt die niet kunnen praten en moeilijk verstaanbaar zijn. Dan moet je heel hard werken om ze te kunnen lezen. Ga maar eens naar de lichaamstaal kijken. Ik haal er zoveel meer uit voor mezelf. Als je jezelf eens goed in de gehandicaptenzorg verdiept, dan zie je dat het niet alleen maar die kwijlende mensen zijn die de hele dag in de rolstoel zitten. Nee, je bent keihard aan het werk om leuke dingen met cliënten te doen, om lekker op pad te gaan en om ze het gewone leven te laten ervaren.”

EEN KIJKJE ACHTER DE VOORDEUR

Om iets te doen aan de vooroordelen, is het belangrijk om een kloppend beeld te schetsen van wat het werk wél inhoudt. Alle drie beamen ze dat er nog veel onbekend is over de gehandicaptenzorg. En dat hierdoor de vooroordelen in stand worden gehouden. Meer inzage geven, is dus van belang. Claudia: “Vaak zeg ik dat mensen eens binnen moeten kijken om te zien wat ons werk inhoudt. Maar dat kan vanwege onrust en privacy niet. Daarom probeer ik het op andere manieren te doen. Laatst zei iemand tegen mij: ‘Ik zou echt niet weten wat jij de hele dag doet.’ Toen heb ik gezegd dat ze maar eens bij mij thuis koffie moest komen drinken, zodat ik erover kon vertellen. Dat deed ze en ze gaf aan dat ze dit niet had verwacht. Dat iemand bijvoorbeeld een reactie teruggeeft als ik wat zeg, was niet in haar opgekomen. Haar beeld was dat iedereen stil in een rolstoel zit. En dat je als begeleider een kopje koffie inschenkt en dat het dan wel goed is. Ze ging met een heel ander beeld naar huis dan toen ze kwam.” Volgens Nicky is dat een verandering die in de hele maatschappij gaande is. “Vroeger werden mensen met een verstandelijke beperking als het ware bij elkaar ‘weggestopt’ op een terrein. Of ze gingen allemaal naar een andere school, in plaats van naar regulier onderwijs. Ik denk dat die tijd ver achter ons ligt. Er wordt veel actiever gekeken naar hoe we mensen mee kunnen laten draaien in de gewone maatschappij. Door mensen met een verstandelijke beperking in dienst te nemen bijvoorbeeld. Het wordt letterlijk steeds zichtbaarder, denk aan tv-series of reclamecampagnes. Het is een verandering die tijd kost.” Claudia: “Je ziet het ook terug binnen verenigingen. Bijna iedere vereniging heeft wel een G-team, voor mensen met een lichamelijke en/of verstandelijke beperking.” Kustandi: “Maar dan heb je het wel over hoog niveau. Er zijn ook cliënten waarbij het niveau vergelijkbaar is met een baby. Die kan je echt niet integreren in de maatschappij. En de vraag is: moet je dat willen? Want het is ook een stuk bescherming van hen.” →



***Nicky
van der Palen***

persoonlijk begeleider

MEER AANDACHT OP DE OPLEIDINGEN

Volgens Claudia, Kustandi en Nicky is niet alleen binnen de maatschappij te weinig bekend over de gehandicaptenzorg. Er moet volgens hen ook op de zorgopleidingen veel meer aandacht aan deze branche worden besteed. Als iemand dan vervolgens stage komt lopen, moet de begeleiding goed zijn en moet er kritisch gekeken worden of de afdeling geschikt is. Zeker als het om een eerste kennismaking met het vak gaat. Kustandi: "Voor sommige afdelingen is het verstandiger om levens- en werkervaring te hebben. Natuurlijk is niet iedere jonge stagiaire hetzelfde, maar tussen een achttien- en dertigjarige zit toch wel een verschil. Met meer levenservaring kun je beter je mannetje staan, heb je meer inzichten en ben je empathischer. Je begrijpt beter waar iemands gedrag vandaan komt." Claudia kan dit beamen. In het woonhuis waar zij heeft gewerkt werd bewust gekeken in welk jaar iemand van de opleiding zit. "Enerzijds verblijven er mensen van redelijk niveau. Zij vinden het gezellig om met z'n allen iets te doen. Maar het kan ook zomaar zijn dat, zodra je in hun ogen iets verkeerd zegt, je schoenen naar je hoofd gegooid krijgt. Daarom hebben we gezegd dat het verstandiger is als iemand wat verder in de opleiding is. We zagen jonge, beginnende zorgprofessionals afhaken. Want die krijgen al op de allereerste dag een schoen naar hun hoofd gegooid en de tweede dag krijgen ze te horen: 'Val toch dood, jij trut.' En daar moet je net tegen kunnen. Als je continu op je hoede moet zijn, dan haak je op gegeven moment af. Zeker als beginneling. Maar als je daar langzaam in groeit en de ruimte krijgt om te mogen groeien, dan is dat een veel prettiger begin. Hierdoor is de kans groter dat iemand uiteindelijk wel blijft, omdat degene de tools heeft om ermee om te gaan."

Nicky: "Wat dat betreft is de gehandicaptenzorg een plek waar je meestal per toeval terecht komt. Door stage bijvoorbeeld. Of wanneer je er al bekend mee bent, omdat bijvoorbeeld een zus of oom in een instelling woont. Ik denk dat veel mensen die uiteindelijk voor deze sector kiezen, van binnen weten dat ze hier op hun plek zitten. Soms komen stagiaires bij ons binnen die zeggen: 'Ik moest hier stage lopen van school.' Dan vind ik de start al niet goed. School zou hierin veel stimulerender kunnen zijn. Zodat iemand zin heeft om er aan de slag te gaan."

OP COLLEGA'S KUNNEN VERTROUWEN

En als iemand dan eenmaal voor de gehandicaptenzorg kiest, moet er wel voor gezorgd worden dat iemand blijft. Goede randvoorwaarden zijn daarom van belang. Doorgroei mogelijkheden, waardering, maar ook werken in een hecht team waarin je jezelf kunt zijn. Want vooral collega's waar je op kunt bouwen, vinden de drie erg belangrijk.

Nicky: "Natuurlijk haal je ontzettend veel voldoening uit het contact met de cliënten. Maar dit werk is gebaseerd op teamwork, op het samen doen. Het is goed als je dan op je collega's kunt bouwen. Als je er even doorheen zit bijvoorbeeld, of als je even niet de energie hebt om voor de zoveelste keer die ene cliënt te helpen. Daarnaast is het belangrijk dat je je verhaal en emoties kunt delen als je te maken hebt gehad met escalaties. Die openheid en samenwerking maakt dat je uiteindelijk samen de beste zorg kunt geven aan de cliënten." Kustandi: "We weten allemaal dat het personeelsverloop in de zorg hoog is. Hoe zorg je dan dat het aantrekkelijk blijft? Zelf ben ik van mening dat als je de secundaire arbeidsvoorwaarden aantrekkelijk maakt – met daarnaast een goed salaris want dat speelt ook een rol – je al een belangrijke eerste stap hebt gezet. Als je een goede leidinggevende hebt, je vrijheid krijgt en in een sterk team werkt dat je steunt, dan gaat iemand ervoor. Of je nu achttien of vijftig bent. Ik denk dat je dan ook voorkomt dat mensen gaan weglopen. Zeker op de zwaardere afdelingen. Met een sterk team creëer je veiligheid." Claudia herkent dit: "Het is belangrijk om collega's te ondersteunen. Als zij zich bijvoorbeeld onzeker of onveilig voelen, merkt een bewoner dat ook. Het kan soms zomaar ineens escaleren en dan heb je elkaar nodig. Het is belangrijk dat je elkaar om hulp durft te vragen. Je moet je veilig genoeg voelen om tegen een collega te zeggen: 'Ik heb een rottag.' Als die ruimte er is, is er veiligheid. Daarmee creëer je ook je randvoorwaarden om wel die dag goed met elkaar door te komen. Op die manier voel je je gesteund. En het zorgt voor vertrouwen, zowel bij jou als de bewoners." →

‘Mijn werk is nooit saai, want het is nooit hetzelfde’

PUUR WERK

Claudia, Nicky en Kustandi geven alle drie aan dat ze het idee hebben dat de gehandicaptenzorg te weinig wordt belicht. Natuurlijk, het moet een branche zijn die bij je past. Niet iedereen is hiervoor geschikt of heeft affiniteit met deze doelgroep. Maar voor hen is het helemaal duidelijk waarom ze zo graag in deze sector werken en waarom meer mensen dat moeten doen. Claudia: “Je probeert voor een groep mensen hun wereld zo in te richten dat ze zelfstandig, op hun eigen manier en op de juiste wijze hun eigen leven in kunnen richten. En daar hebben ze ons voor nodig. Wij bieden die kaders en wij bieden die veiligheid om op hun eigen manier hun eigen regie te kunnen pakken. Dat betekent dat je – naast het wassen en het uitvoeren van verpleegkundige handelingen – ook een stuk pedagogische en agogische invloed nodig hebt. Als ik naar mezelf kijk, dan geef ik heel veel van mezelf. Na drie diensten ben ik ontzettend moe. Omdat ik steeds bezig ben om de signalen van bewoners op te vangen waarmee ik het juiste probeer te doen. Tegelijkertijd geeft het me energie.”

Kustandi: “Mensen die moeilijk te verstaan zijn, laten op een gegeven moment ook moeilijk verstaanbaar gedrag zien. Want ze worden niet begrepen. Dan denk ik: wat kan ik betekenen om iemands gedrag dusdanig te begrijpen dat ze letterlijk verstaan en begrepen worden. Het is voor mij een sport om ervoor te zorgen dat dit lukt. Het geeft mij een fijn gevoel als ik voor iemand, die een lastige periode had, een fijne dag heb kunnen maken. En dat het me gelukt is om iemand een stapje verder te kunnen helpen. Om de dag erna alsnog met het goede been uit bed te stappen.”

Nicky: “Mijn werk is nooit saai, want het is nooit hetzelfde. Als je 's ochtends begint, weet je nooit hoe de middag eruitziet. Dat is het mooie. Ik vind het iedere dag weer een uitdaging om de vaak zo moeilijke wereld voor de cliënt te vertalen naar zijn belevingswereld. Wat ik terugkrijg van mijn cliënten is heel puur. Als ze boos zijn, laten ze dat duidelijk merken. Maar wat overheerst is de warmte, de dankbaarheid en de humor.” Claudia vult aan: “Soms kom ik chagrijnig uit bed en heb ik geen zin om te werken. Maar dan kom ik de deur binnen en zeggen bewoners: ‘Wat fijn dat je er bent.’ Dan ben ik meteen dat chagrijnige gevoel kwijt. Ik kan niet anders dan zeggen dat mijn werk gewoon echt ontzettend afwisselend, uitdagend en leuk is.”



FOTO: RON RUTTEN

Femke van der Palen (35) is verpleegkundige én journalist. Een unieke combinatie van twee beroepen die ervoor zorgt dat Femke allebei haar passies tegelijk kan uitvoeren: schrijven over en werken in de zorg. “De zorg is zo’n bijzondere sector waarin heel veel mooie, heftige, ontroerende en humoristische verhalen te vinden zijn. Ik vind het dan ook ontzettend gaaf dat ik hierover mag schrijven en zo een kijkje achter de schermen kan geven van het vak als zorgprofessional.”

Een gevoelige huid?

Dan kan de juiste zonbescherming een uitdaging zijn

Zonbescherming is ontzettend belangrijk. Bij eczeem, rosacea of psoriasis is het nog weleens lastig de juiste zonnebrandcrème te vinden. Ingrediënten als parfum en alcohol kun je dan beter vermijden. Aan het woord: dermatoloog Marjolein Leenarts.



'We houden van de zon, maar ook van onze gezondheid. Goed beschermd de zon ingaan, vind ik als dermatoloog dan ook een must. Je insmeren hoort net zo gewoon te zijn als elke dag ontbijten. Je wilt te allen tijde zonschade en huidkanker voorkomen. Kortom: smeren dus! In mijn praktijk krijg ik vaak de vraag wat de beste zonnebrandcrème is. Het antwoord is simpel: dat is er een die je zelf prettig vindt, want alleen dan smeert je vaak genoeg. Het probleem met zonbescherming is namelijk dat mensen te weinig smeren.'

SAMENWERKEN

Meer informatie over de huid, huidadvies en praktische tips lees je op drsleenarts.com. Je leest welke ingrediënten mijn producten bevatten en vooral ook níet bevatten.

Wil je jouw patiënt of cliënt de oplossing bieden voor hun huidprobleem? Geef Drs Leenarts-samples weg. Zo kunnen patiënten zelf het product ervaren. Interesse in een samenwerking? Je kunt een mail sturen naar contact@drsleenarts.com.

PARFUMVRIJ

'Als je een (eczeem)gevoelige huid hebt, of last hebt van rosacea of psoriasis, kan de juiste zonbescherming vinden een uitdaging zijn. Je wilt er tenslotte een die de huid niet nog verder irriteert. Daarom ontwikkelde ik een Suncare-lijn zonder parfum en alcohol, geschikt voor de gevoelige huid en de huid neigend naar onder andere eczeem of rosacea. Doordat ik geen parfum of bekende allergenen gebruik, is de kans op een allergische reactie erg klein.'

WIST JE DAT?

Mensen nog steeds denken dat je alleen zonbescherming hoeft te gebruiken op het strand of zwembad? Vergeet je niet in te smeren tijdens het fietsen, sporten of die wandeling.

OVER DRS LEENARTS

Marjolein Leenarts werkt als dermatoloog in het Rode Kruis Ziekenhuis | Brandwondencentrum Beverwijk. Daarnaast runt ze het huidverzorgingsmerk Drs Leenarts. Haar missie? Met goede producten mensen helpen. Met haar dermatologische achtergrond ontwikkelt ze huidverzorging zonder parfum en alcohol, geschikt voor de meest gevoelige huid.



De vijf redenen om lid te worden van NU'91

1 Specifieke beroepsgroep = specifieke vertegenwoordiging

NU'91 is de enige, onafhankelijke beroepsorganisatie die zich alleen inzet voor de zorg. Met daarnaast zelf een achtergrond in de zorg, weten wij waar we over praten. Als zorgprofessional behoort je tot een specifieke beroepsgroep die vraagt om een specifieke vertegenwoordiging.

2 Persoonlijke belangenbehartiging

Als lid sta je er niet alleen voor. NU'91 biedt persoonlijke belangenbehartiging. We helpen je bij persoonlijke vraagstukken die spelen op de werkvloer en bieden een luisterend oor. Indien nodig zorgen we voor juridische bijstand.

3 Beroepsinhoudelijke ontwikkeling

De zorg is continu in beweging en ontwikkeling. Jouw persoonlijke en beroepsinhoudelijke ontwikkeling vinden we daarom van groot belang. In NU'91 heb je een sparringpartner die op de hoogte blijft van die ontwikkelingen en jou daardoor met kennis van zaken bijstaat.

4 Jouw stem telt!

Jouw stem telt en NU'91 vindt het belangrijk dat deze wordt gehoord. We nemen jouw mening altijd mee tijdens onderhandelingen die gaan over arbeidsvoorwaarden of een nieuwe cao. Als lid van een beroepsorganisatie wordt die stem nog luider gehoord want samen staan we sterker.

5 Gesprekspartner

Als zorgprofessional wil je gezien en gehoord worden. Daarom is NU'91, namens jou, gesprekspartner bij de overheid, politiek en andere beslissingsmakers.

word nu lid!

Bekijk de lidmaatschappen op
www.nu91.nl/word-lid/lidmaatschappen

Definitief advies van taskforce aan minister overhandigd

Het definitieve advies van de Taskforce Ondersteuning optimale inzet zorgverleners is aan minister Helder voor Langdurige Zorg en Sport overhandigd. Deze taskforce werd in het leven geroepen om als zorgsector voorbereid te zijn op een eventuele volgende crisis. Er werd gekeken naar waar het fout ging tijdens de pandemie en hoe zorgpersoneel op een juiste manier kan worden ingezet.

De taskforce bestaat onder andere uit werknemersverenigingen, ervaringsdeskundigen en een klankbordgroep. NU'91 was hierbij betrokken als vertegenwoordiger van zorgprofessionals. Stella Salden, voorzitter NU'91: "We zijn blij dat we onderwerpen hebben ingebracht waar zorgprofessionals de afgelopen periode tegenaan liepen. Deze zijn allemaal opgenomen in het rapport. Mede op basis daarvan zijn adviezen opgesteld voor een eventuele volgende crisis, zodat we dan niet tegen dezelfde problemen aanlopen."

Sectorbreed werken

NU'91 is blij met de plannen voor een flexibele inzet van zorgpersoneel, omdat hierdoor wordt ingespeeld op de wensen en behoeften van zorgprofessionals. Salden: "Het vak moet aantrekkelijker worden. Dat doe je onder andere door een systeem creëren waarin een zorgprofessional sectorbreed kan werken. Dus niet alleen in het ziekenhuis of in de gehandicaptenzorg, maar juist in alle branches. Een combinatie van functies over de verschillende sectoren heen, zorgt voor meer loopbaanperspectief en meer verdieping van je vak. Een grote belemmering hierin is dat er nu vijf cao's zijn." NU'91 streeft daarom één cao voor verpleegkundigen en verzorgenden na.

Anesthesiemedewerkers en ok-assistenten

Tot slot is er een grote winst behaald als het gaat om de positie van anesthesiemedewerkers en operatieassistenten. Salden: "In de taskforce is besproken hoe deze zorgprofessionals in specialistische beroepen alsnog het verpleegkundig diploma verkrijgen. We adviseren om een passend programma met maatwerk te ontwerpen om alsnog de ontbrekende competenties te behalen. Ons dringend advies is dat de minister dit overneemt."

Aan de slag

Om tot een échte verandering te komen en de adviezen uit het rapport te laten slagen, is er volgens NU'91 een omslag in het denken nodig. Salden: "De tijd van alleen praten is voorbij. Het is nu de tijd om er wat mee te gaan doen. Afwachten is geen optie, we moeten daar vandaag mee beginnen."

NU'91 is blij met de plannen voor een flexibele inzet van zorgpersoneel

Geef een stem aan jouw werk met het opinieleiderschapsprogramma

NU'91 biedt haar leden komende zomer en najaar het opinieleiderschapsprogramma aan. Het programma richt zich op het versterken van zichtbaarheid en zeggenschap van zorgprofessionals, zowel in hun organisaties als in het publieke debat. NU'91 heeft dit programma in samenwerking met Fontys Hogescholen opgezet.

De coronapandemie zorgde ervoor dat het werk van zorgprofessionals in de schijnwerpers kwam te staan. In de media waren zorgprofessionals vaker zelf aan het woord. Maar ook nu corona steeds meer naar de achtergrond verdwijnt, blijft het belangrijk om als zorgprofessional op de juiste momenten zeggenschap en leiderschap te tonen. Tenslotte weet jij als geen ander wat jouw vak inhoudt en wat belangrijk is om je werk zo goed mogelijk te doen.

Jij bent de expert

In organisaties, in de media en in het maatschappelijke debat is de stem van zorgprofessionals nauwelijks te horen. Onderzoek uit de VS laat zien dat in slechts vier procent van de mediaoptredens over zorggerelateerde onderwerpen zorgprofessionals aan het woord zijn of geciteerd worden. Dat is bijzonder, want als professional ben je namelijk dé expert van jouw beroep. Jij weet wat het dagelijkse werk inhoudt en je hebt unieke kennis en ervaring vanuit de praktijk.

In dit programma leer je hoe je meer invloed krijgt op de zorg en op je werk. Met experts in het veld ontwikkel je jouw leiderschapsvaardigheden en leer je omgaan met verschillende belangen. Ook leer je je verhaal goed neer te zetten, zodat anderen weten wat jouw werk inhoudt.

Enthousiaste leden NU'91

Deze leergang is speciaal voor ambitieuze leden van NU'91 die zichzelf en hun vak willen ontwikkelen. Je kunt meedoen vanuit alle werkvelden. Na deelname kun je ambassadeur worden van de beroepsgroep. Zo kun je jouw opgedane kennis en ervaring inzetten voor een betere zorg, zichtbaarheid en imago van jouw beroep.

Aanmelden

Het programma bestaat uit vijf modules over een periode van vijf maanden. Het programma start op 4 en 5 juli met een tweedaagse module inclusief overnachting, zodat we de tijd hebben voor kennismaking en verkenning van jullie opinieleiderschap. De andere vier modules zijn eendaags en worden op verschillende locaties georganiseerd. De dagen worden begeleid door experts. De laatste module is eind november.

Wil je je aanmelden voor deze zomer?

Wacht niet te lang! Neem contact op met NU'91 via w.hopmans-eijkman@nu91.nl. Je kunt hier ook terecht met vragen over het programma.



Win jij de award voor Opinieleider in de zorg 2022?

Op 12 mei is het de Dag van de Verpleging. Ieder jaar vieren we op de geboortedag van Florence Nightingale feest. Als grondlegger van de moderne verpleegkunde wist zij als geen ander hoe belangrijk het is om als zorgprofessional je stem te laten horen. Om te gaan staan voor je vak en je hierover uit te spreken.

Door de Internationale organisatie van verpleegkundigen (ICN) – waar NU'91 als enige Nederlandse vertegenwoordiger bij is aangesloten – is 12 mei in 1963 uitgeroepen tot de Dag van de Verpleging. Jaarlijks koppelen zij een thema aan deze dag. Dit jaar is dat: A voice to lead - Investing in Nursing and respect rights to secure global health. Volgens ICN moet er wereldwijd beter geluisterd worden naar zorgprofessionals en naar wat zij nodig hebben om hun vak zo goed en veilig mogelijk uit te voeren.

NU'91 sluit zich hier volledig bij aan. Tenslotte weet jij als geen ander wat noodzakelijk is om je werk goed te doen en wat jouw vak inhoudt. Dit jaar starten wij daarom voor het eerst met het uitreiken van de award voor Opinieleider in de zorg. Ben of ken jij iemand die de zorg op geheel eigen wijze op de kaart zet? Spreek jij je uit binnen jouw eigen organisatie, of juist daarbuiten, over je vak? Schrijf of vlog je over jouw werk om zo meer inzicht te geven? Of ben je juist in gesprek met je werkgever om daar je visie op goede zorg te delen? Meld jezelf, of die ander, dan nu aan voor de Opinieleider in de zorg-award 2022 door te mailen naar communicatie@nu91.nl De winnaar krijgt, naast de award, een jaar lang de titel Opinieleider in de zorg en een interview in FLOOR.

Aanmelden kan vanaf 12 mei tot 1 juni.

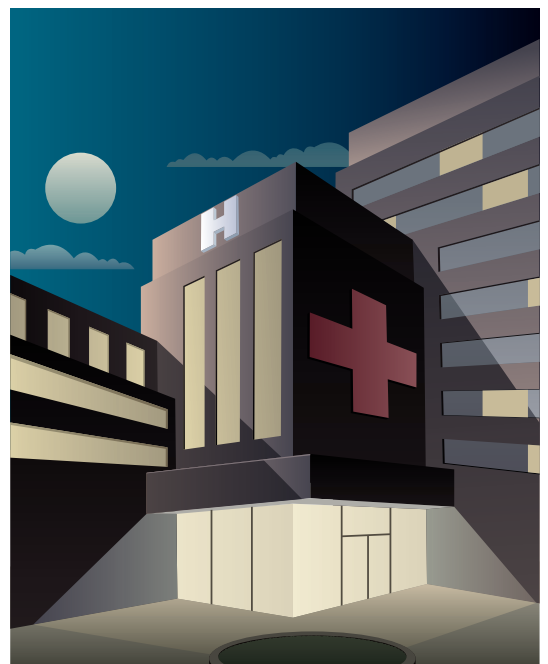
Het nachtcongres zet de nachtdienst in de spotlights

Ben jij een van de paar duizend zorgverleners die in de nacht klaarstaat voor de patiënten? Kom dan in de nacht van 9 op 10 juni naar het Nachtcongres! Tijdens dit congres steken we alle zorgprofessionals die nachtdiensten werken een hart onder de riem.

Je kunt je inschrijven voor verschillende sessies over specifieke zaken en situaties waar je tijdens je nachtdienst mee te maken kunt krijgen. Een greep uit de onderwerpen: agressie in de nacht, palliatieve sedatie, slaapproblemen bij mensen met een verstandelijke beperking en complementaire interventies bij pijn. Ook krijg je handvatten om je goed te voelen tijdens je dienst. Je krijgt les over gezonde voeding en je leert een powernap in te zetten om je dienst goed door te komen. Je kunt je naast sessies ook voor activiteiten inschrijven. Zo kun je bijvoorbeeld kiezen voor een nachtelijke rondvaart of een schilderclinic.

Het congres vindt plaats in Theater Odeon te Zwolle. Het congres begint om 21.30 uur en eindigt om 6.00 uur met een borrel.

Via congressenmetzorg.nl kun je je inschrijven voor deze bijzondere, leerzame, leuke en slapeloze nacht. Daarnaast maak je na je inschrijving ook nog eens kans op een lichtbril van Propeaq!





Cao VVT

Op 25 maart is er een klap gegeven op de nieuwe cao VVT. Ruim 87% van onze leden is positief over deze cao. De belangrijkste verbeterpunten zijn meer zeggenschap voor zorgprofessionals en een structurele loonsverhoging van 6,25%.

Positieve reacties

De leden die met de cao hebben ingestemd, zijn met name blij met het loon en meer zeggenschap. Op 1 maart heeft iedereen een loonsverhoging van 2% gekregen. De middengroep krijgt er gemiddeld 3,25% bij en de lagere schalen krijgen een bodem van € 65,-. Per 1-3 2023 wordt het loon nog eens met 3% verhoogd. Verder gaan cao-partijen nadenken om zeggenschap en inspraak te bevorderen en te faciliteren. Daarnaast zijn onze leden blij dat nu de werkgever aangifte doet als er sprake is van agressie.

Kritische blik

Onze leden zijn minder tevreden over de onregelmatigheidstoeslag, omdat die niet over het feitelijke uurloon wordt berekend. Dit aandachtspunt neemt NU'91 mee.

Waardering

De nieuwe cao heeft als titel: De medewerker op 1. Dit bevestigt volgens onze klankbordgroep dat er sprake is van een keerpunt. Deze titel maakt dat werknemers steun en waardering voelen van de werkgevers. Daarnaast waarderen onze leden het dat de cao-tekst is herschreven. Dit maakt de tekst toegankelijker en makkelijker leesbaar.

Werkdruk

Vooraf op het gebied van roostering is er veel verbeterd. In de nieuwe cao is opgenomen dat je 28 dagen van tevoren jouw rooster krijgt. Er kunnen alleen wijzigingen worden aangebracht als jij daarmee instemt. Bovendien kun je maximaal vijf dagen in een week ingeroosterd worden. Als je niet ingeroosterd bent, heb je recht op onbereikbaarheid.

Cao kraamzorg

Het afgelopen jaar hebben gesprekken over een nieuwe cao voor de kraamzorg niet geleid tot afspraken. Alle betrokken partijen beamen dat er grote problemen zijn in deze branche. Zo bevestigen zij dat de kraamzorg kampt met personeelstekorten, hoge werkdruk en een hoog ziekteverzuim.

Onderhandelingen hervat

De eerste afspraak voor het hervatten van de cao-onderhandeling is inmiddels gepland. Voor NU'91 en haar leden in de kraamzorg moeten bepaalde elementen écht terugkomen in de overleggen en het uiteindelijke cao-akkoord. Als eerste moet het loon omhoog en moet er een betere reiskostenregeling komen. Ten tweede moet er nadrukkelijk gekeken worden naar het terugdringen van de werkdruk. Tot slot moeten zorgprofessionals in de kraamzorg meer zeggenschap krijgen in de organisatie én over hun eigen werk.

Extra middelen

Het kabinet heeft extra geld ter beschikking gesteld om de salarisachterstand van de middengroepen in de primaire sector te verkleinen. Voor de kraamzorg komt hierdoor 1,13% meer loonruimte in FWG 30 t/m 55. NU'91 ziet erop toe dat deze extra middelen ook voor de loonsverhoging worden gebruikt.

Volg ons!

Wil je dagelijks op de hoogte worden gehouden van interessante berichten, het laatste nieuws en/of leuke weetjes? Volg ons dan op onze socialmediakanalen: Facebook, Twitter, LinkedIn en Instagram.



www.nu91.nl

Cao GHZ

Op 18 maart is er een onderhandelaarsresultaat bereikt over een nieuwe cao voor de gehandicaptenzorg. Een belangrijk onderdeel is de eerste stap richting het inhalen van de loonachterstand van de middengroepen. Uit een peiling onder onze leden blijkt dat zeker 80% voor dit onderhandelingsresultaat is. NU'91 heeft daarom ingestemd met de cao.

Jaarurensystematiek

De leden die positief tegenover het resultaat staan, zijn vooral blij met de loonsverhoging en de afspraken die zijn gemaakt over de jaarurensystematiek (JUS). De afspraak is dat 100% van de te werken uren wordt ingeroosterd. Oftewel: als de werknemer niet de mogelijkheid heeft gekregen om de contracturen te werken, worden de te weinig gewerkte uren kwijtgescholden.

Salaris

Op 1 mei 2022 krijgt iedereen een loonsverhoging van 2,2% en op 1 mei 2023 van 3,2%. In de schalen 35 t/m 50 verdwijnt de onderste schaal en komt er een schaal bij. Dit levert minimaal 2% op. Een jaar later gebeurt hetzelfde, maar dan voor de schalen 40 t/m 45. Er is ook aan de lagere schalen gedacht. In de eerste verhoging zit een bodem van € 85,-. Dit betekent dat lagere schalen er tot 3% op vooruit kunnen gaan.

Overige afspraken

Nieuw in deze cao is de generatieregeling, waardoor oudere werknemers minder kunnen gaan werken, maar wel evenveel pensioen opbouwen. Het salaris daalt niet volledig mee. Ook komt er een balansverlof, waardoor je tot honderd weken verlof kunt sparen. Verder worden de slaapdiensten beter vergoed, wordt zeggenschap belangrijker en doet de werkgever aangifte als er sprake is van agressie.



'Zuster, kun je mij eens even goed daar beneden wassen?' 'Waarom dragen jullie eigenlijk niet van die witte, strakke jurkes zoals je op tv vaak ziet?' Het zijn enkele voorbeelden van zogenaamd grappige opmerkingen die verpleegkundigen en verzorgenden tijdens hun werk te horen krijgen. Maar ze zijn allesbehalve grappig. Net zoals het ongewenst aanraken van iemand bij de borsten en billen dat niet is. Of porno tijdens het zorgmoment.

Toen NU'91 begin maart een ledenpeiling over seksueel grensoverschrijdend gedrag in de zorg uitzette, wist ik dat dit een probleem is dat al jaren speelt. Maar zodra ik de cijfers zag, en de honderden voorbeelden die jullie stuurden, wist ik dat het probleem nog omvangrijker was dan ik dacht. 58% van de zorgprofessionals geeft aan ooit te maken hebben gehad met seksueel grensoverschrijdend gedrag. Dat is 58% teveel.

Als beroepsorganisatie kregen we vanuit verschillende hoeken de vraag: 'Hoe lossen we dit op?' Maar omdat het probleem zo omvangrijk is, is er geen pasklare oplossing. Wat er dan wel moet gebeuren? Dit probleem bespreekbaar maken. Harder optreden richting plegers die zich hier veelvuldig aan schuldig maken. En bovenal erkennen dat seksueel grensoverschrijdend gedrag heel, heel vaak voorkomt in de zorg. Zodat je je als zorgprofessional veilig genoeg voelt om bij je werkgever melding te doen als dit gebeurt.

Deze cijfers vragen om een duidelijke aanpak. Wij hebben in de peiling veel suggesties van jullie mogen ontvangen voor verbeterpunten. Deze hebben wij gebundeld en aangeboden aan werkgevers en politiek. Die punten zijn wat ons betreft niet vrijblijvend. Wij blijven eraan werken dat jullie op een veilige manier je werk kunnen blijven doen. Want seksueel grensoverschrijdend gedrag hoort niet bij je werk en mag nooit het probleem van de zorgprofessional zijn.

Stella Salden

Voorzitter NU'91
s.salden@nu91.nl



soupmaker

Een SoupMaker? Is dat niet gewoon hetzelfde als de blender die je op je aanrecht hebt staan? Zeker niet! Zie de soepmaker als een blender en een pan in één, maar dan super geavanceerd. De pan heeft een inhoud van 1,2 liter en een vermogen van 1000 watt. Dit betekent dat er in no-time voor vier personen soep op tafel staat. De blender van de SoupMaker is niet te vergelijken met een simpele staafmixer, want er zitten maar liefst vijf standen op.

Wil je een volle, romige soep? Of juist een glad geheel? Het kan allebei! Naast de verschillende standen maak je met de SoupMaker niet alleen soep, maar ook smoothies en compotes. Bij de SoupMaker ontvang je ook een receptenboekje. Kokkerellen maar!

Nieuwsgierig naar deze handige keukentool?

Viva Collection SoupMaker
www.philips.nl
Voor € 79,99

Winactie

FLOOR geeft namens Philips één SoupMaker weg. Wil jij kans maken op deze prijs? Ga dan naar www.floormagazine.nl en doe mee!



ligretto

Ligretto is hét kaartspelletje voor fanatiekelingen. Het spel kwam voor het eerst uit in 1988, maar is vorig jaar in een nieuw jasje gestoken. Het doel is om zo snel mogelijk van al je kaarten af te komen. Dat klinkt makkelijk, maar iedereen heeft dezelfde kaarten en speelt op hetzelfde moment. De kans is dus groot dat jij tegelijkertijd dezelfde kaart weg kunt spelen als je tegenstander. Een potje Ligretto duurt ongeveer tien minuten en is ontzettend simpel. Ideaal voor in je vrije tijd dus. Het spel is verkrijgbaar in drie kleuren die je met elkaar kunt combineren, zodat je met meer personen kunt spelen.

Wil jij dit leuke spel?

Ligretto – Kaartspel

Verkrijgbaar in blauw, groen en rood

www.999games.nl

Voor € 12,99



ER ZIJN VEEL WETENSCHAPPELIJKE ONTWIKKELINGEN IN DE ONCOLOGIE

NU NOG ONCOLOGIEVERPLEEGKUNDIGEN OM DAAR ZORG VAN TE MAKEN

Wij vragen uw aandacht voor een schrijnend probleem dat kankerpatiënten rechtstreeks raakt: het oplopende tekort aan oncologieverpleegkundigen. Vandaar dit initiatief van een aantal specialisten. Wij willen oncologieverpleegkundigen een welverdiend hart onder de riem steken voor het belang-

rijke en mooie werk dat zij verzetten. Zonder hen is er geen oncologisch/hematologische zorg mogelijk. Dat mag best eens hardop gezegd worden. Ga daarom naar www.onco.nu. Daar kunt u horen hoe dat wordt ervaren en wat wij daarover te zeggen hebben.

**OP DE BRES VOOR
ONCOLOGIEVERPLEEGKUNDIGEN**

ONCO.NU





FOTO: RON RUTTEN

ZO SIMPEL KAN HET ZIJN

Als niet-zorgprofessional bij NU'91 werken, voelt soms een beetje gek. Ik verheug me daarom ontzettend op mijn eerste meeloopdag in een verpleeghuis. Ik neem me voor om alles over me heen te laten komen en vooral de werkplek te leren kennen. Maar ik merk dat deze observerende rol me overbodig laat voelen. Gelukkig kan ik in de ochtend meehelpen met de verzorging. Om de bewoners niet in de war te brengen, assisteer ik waar mogelijk. Maar ik blijf wel op de achtergrond. Als mijn 'collega' tijdens de verzorging even wegloopt, ben ik alleen met een bewoonster. Wat nu? Moet ik iets zeggen? Of moet ik de boel even de boel laten? Het blijft even stil, maar al snel steekt ze van wal met een warrig verhaal. Ik wil hierop reageren, maar ik heb geen idee hoe. Ik moet lachen om iets wat ze zegt, maar dat valt compleet verkeerd. "Lach je me nou uit?"; vraagt ze boos. Stomverbaasd kijk ik haar aan en wederom ben ik stil. Gelukkig komt de verpleegkundige de kamer binnen en kunnen we rustig verdergaan met de verzorging.

Tot mijn eigen verbazing heb ik er de hele dag echt moeite mee om de bewoners op een goede manier te benaderen. Ik wist van tevoren wel dat een praatje moeilijk zou worden, maar het overvalt me dat ik heel vaak niet weet wat ik moet zeggen. Normaal gesproken laat ik geen ongemakkelijke stiltes vallen en heb ik op iedere vraag een antwoord klaar.

Juist daarom vind ik het prachtig om te zien dat mijn 'collega's' precies weten hoe ze iedere bewoner moeten benaderen. Een van de bewoners heeft een robotkat genaamd Poes op haar schoot liggen. Ze beschermt hem als een kindje. Na de verzorging brengen we haar met Poes naar buiten, want het is lekker weer. Ik zie haar heerlijk van het zonnetje genieten, tot er een kleine ruzie tussen haar en een andere bewoonster ontstaat. Ik vind het vervelend om te zien, maar tegelijkertijd ben ik nieuwsgierig hoe mijn collega's hiermee omgaan. Om de situatie de suspen, wordt de mevrouw met haar poes mee naar binnen gebracht. Ze lijkt het eerst niet zo leuk te vinden, maar dan zet de verzorgende kattenfilmpjes op tv aan. Een schot in de roos: haar constante blijdschap horen we de rest van de dag luid en duidelijk vanuit de woonkamer.

Zo simpel kan het zijn. Ik zie nu echt in dat goede omgang met ouderen met dementie staat of valt bij het leren kennen van de persoon. Is dat geen open deur? Misschien wel. En natuurlijk geldt dit voor ieder sociaal contact. Maar hier heb ik aan de levenden lijve ervaren dat de kleine dingen er extra toedoen. Ik bedoel: ik hou ook van katten, maar mij maak je niet zo intens blij met kattenfilmpjes. De pure kwetsbaarheid van de bewoners heeft mij echt geraakt. Het is goed, of helemaal niet. Lekker rechtdoorzee, zonder poespas.

'De pure kwetsbaarheid van de bewoners heeft mij echt geraakt'

Hèlen Rijs (22) is sinds kort Junior Communicatiemedewerker bij NU'91. Met een open blik en inlevingsvermogen leert ze de zorg steeds beter kennen. Haar doel? Jou met makkelijke teksten goed informeren en zorgprofessionals op de kaart zetten door persoonlijke verhalen. Wil jij Hèlen jouw werkplek laten zien? Mail dan naar h.rijs@nu91.nl

WONDER

De dramafilm *Wonder* gaat over August Pullman. Hij heeft het syndroom van Treacher Collins en moet vanwege de afwijkingen aan zijn gezicht regelmatig naar het ziekenhuis. Met hulp van zijn ouders probeert hij toch een fijne schooltijd te beleven. "Dit is een leuke film om even helemaal in op te gaan. Er komen bepaalde gevoelens bij je los die goed zijn voor je mentale gezondheid." Te zien op Netflix, Videoland en Pathé Thuis.



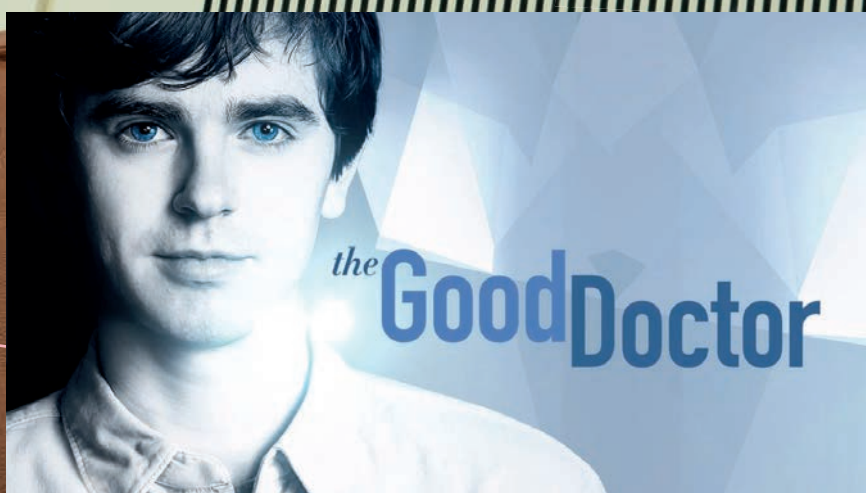
De tips van

Angila

Angila Sultani (24) is cosmetisch verpleegkundige. Via social media deelt ze haar ervaringen en geeft ze met name studenten een steuntje in de rug. Ook maakt ze wekelijks een post over mentale gezondheid. "Je moet als zorgverlener wel mentaal vitaal blijven, wil je voor een ander kunnen zorgen." Op deze pagina deelt de verpleegkundige haar kijk- en leestips. Ben je benieuwd naar Angila? Blader dan naar pagina 40 voor haar verhaal.

WELCOME HOME

Dit boek, geschreven door dichteres Najwa Zebian, gaat over een revolutionaire visie op thuis. Voor Zebian is thuis een plek van veiligheid, waar je je kwetsbaarheden kunt uiten en waar je jouw eigenwaarde vindt. Ze beschrijft als uiteindelijk doel een thuis in jezelf te maken, zodat je je van binnen nooit meer dakloos hoeft te voelen en er altijd een veilige plek is om naar terug te keren. "Door dit boek leer je van jezelf te houden. Ik vind het megabelangrijk dat iedereen zichzelf accepteert."



THE GOOD DOCTOR

In deze Amerikaanse dramaserie verhuist de jonge chirurg Shaun Murphy van het platteland naar de grote stad voor een baan in een prestigieus ziekenhuis. Murphy heeft een autistische stoornis, waardoor hij lastig contact legt met anderen. Maar hij heeft ook een buitengewone medische gave. "Op een heel toffe manier leert de serie je van alles over ziektebeelden en bijzondere situaties. Je ziet de realiteit van patiënten en zorgverleners. Ik herken veel situaties." Te zien op Videoland en Viaplay.



Een dag

in de schoenen van je cliënt

Uit alle hoeken van het land druppelen zorgprofessionals de cursusruimte van trainingsbureau De Keerzijde binnen. Eigenaresse Lieke du Bois heet hen met een grote glimlach welkom, haar enthousiasme is voelbaar. Vandaag gaan de cursisten ervaren hoe het is om de regie te verliezen en afhankelijk te zijn van een ander. Wat ze daar precies van kunnen verwachten, is onduidelijk. De spanning is van de gezichten af te lezen, maar bovenal lijkt de wil om er blanco in te stappen te overheersen.

tekst **Jasmijn Beekers** | foto's **Job Dijsselbloem**



Lieke du Bois noteert van elke deelnemer voor welke beperking hij of zij heeft gekozen.

Trainingsbureau De Keerzijde in het Brabantse Langeweg organiseert ervaringstrainingen voor zorgprofessionals. Die worden voor één dag zelf hulpbehoevend. Hoe is het om in een rolstoel te zitten, om slecht te horen of te zien, of om niet te kunnen praten? Aan welke zorg heb je dan behoefte? Het idee voor deze trainingen ontstond toen Lieke du Bois na 25 jaar ervaring als zorgprofessional iets wilde doen aan het ontbreken van 'warmte' in de zorg. De eerste oplossing die bij haar kwam bovendrijven was: bewustwording van je eigen gedrag. Want ze wist: hoe je handelt als verpleegkundige of verzorgende, heeft grote invloed op patiënten en cliënten. Trainingsbureau De Keerzijde was geboren.

AFHANKELIJK

Lieke is ervan overtuigd dat iedereen op zijn of haar eigen manier reageert op het moment dat je afhankelijk wordt van een ander. "De een gaat in verzet of wil vechten, de ander vlucht en weer een ander bevriest. Dat gebeurt dus ook bij patiënten en bewoners. Precies daarom is het noodzakelijk dat die afhankelijkheid gevoeld wordt", zegt ze. "Alleen dan kun je het echt ervaren en je beter verplaatsen in de mensen die van jou afhankelijk zijn." Volgens Lieke is zelf ervaren nodig om te kunnen reflecteren en om ingesleten patronen te doorbreken. Voor een zo goed mogelijke ervaring werkt Lieke met een team zorgprofessionals met jarenlange ervaring op de werkvloer. Zij gaan de zorg leveren aan de cursisten, die overigens geen rollenspel hoeven te spelen. Lieke benadrukt dat alleen dan de ervaring écht binnenkomt.

KIES EEN BEPERKING

Na een korte kennismaking met elkaar, uitleg over wat er gaat gebeuren en het doornemen van de afspraken, mogen de deelnemers zelf een beperking kiezen. Lieke schrijft de keuzes op: in een rolstoel, niet kunnen praten, slecht zien of horen, een rollator of incontinent zijn. Niemand deinst ervoor terug een keuze te maken. Tot slot adviseert Lieke de cursisten om alles vooral over zich heen te laten komen en om er wat leuks van te maken. Dan verlaat ze de ruimte. Het wordt stil. Tot er plotseling met een hoop kabaal drie dames in witte uniformen verschijnen. Hun naambordjes verklappen dat ze Mariëlle, Conny en Nelly heten. Ze roepen in het luchtledige 'goedemiddag', maar kijken niemand in het bijzonder aan. Direct gaan ze over tot de orde van de dag. Maar wat het precieze plan van hun dienst is, lijkt niet helemaal helder te zijn.

SLAPPE LACH

Mariëlle is continu op haar telefoon bezig, omdat ze aan het rooster werkt. Ondanks dat bemoeit ze zich met van alles. Vanachter haar telefoonscherm heeft ze kritiek op Conny, de stagiair. "Jij hebt de leiding Conny, maar het loopt nog niet echt lekker hè." Met z'n drieën kijken ze van een afstandje naar alle deelnemers. "Die kijkt helder uit zijn ogen vandaag. Dat was gisteren wel anders", klinkt het op vrij luide toon. Als een van de deelnemers vraagt wat nu eigenlijk de bedoeling is, wordt gezegd dat ze ongeduldig is en dat het tijd is dat er naar haar medicatie gekeken wordt. Een deelnemer die koos voor de beperking van slecht horen krijgt de slappe lach, omdat er heel hard tegen haar wordt gepraat. Dan kondigen de drie aan dat de groep gaat wandelen, zonder dat ze de deelnemers hebben gevraagd of die dat eigenlijk wel willen. Het is duidelijk dat de regie totaal is overgenomen. Maar het schort vervolgens aan goede organisatie om iedereen vlotjes naar buiten te krijgen. Er wordt tegen de groep gesproken alsof het kinderen zijn. "Twee aan twee en allemaal bij elkaar blijven! Conny, meid, ga jij voorop? Jij moet nog zoveel leren", roept Mariëlle. →



Franklin Rixtel (50) werkt al zestien jaar als persoonlijk begeleider bij Estinea. Vandaag kwam hij met drie collega's naar Noord-Brabant. Hij koos voor de beperking van niet praten.

Waarom ben je naar de ervaringsworkshop gekomen?

"Een collega is hier een poos terug ook geweest. Ze was superenthousiast. Ik zou hier vandaag eigenlijk niet zijn, maar er kwam een plekje vrij. Ik was heel erg benieuwd."

Hoe heb je het ervaren?

"Confronterend. Ik ben iemand die over het algemeen snel in de weerstand schiet. Daarom koos ik er bewust voor om niet te mogen praten. Daarbij komt dat een cliënt van mij ook niet praat en ik wilde ervaren hoe dat is. Ik kwam er al snel achter dat we niet werden gezien en gehoord, dat vond ik echt verschrikkelijk. Het voelde alsof ze me als een schaap zagen, er was totaal geen contact. Ze hadden het telkens óver ons, maar ze spraken niet mét ons. Ik merkte veel frustratie bij mezelf, omdat ik denk dat dit in werkelijkheid ook gebeurt. Ik heb een collega gehad met soortgelijk gedrag. Het kwam dus echt dichtbij."

Wat heb je geleerd en neem je mee naar de werkvloer?

"Als wij leerlingen begeleiden, moeten we soms op bepaald gedrag van cliënten wijzen, zodat de studenten dat ook zien en leren begrijpen. Maar hoe doe je dat zonder dat andere cliënten het doorhebben? Je kunt eigenlijk niet naast een cliënt gaan staan en zeggen: 'Dit gedrag bedoel ik dus.' Het wordt een zoektocht hoe we vanaf nu dat gedrag toch aan de student kunnen laten zien. Wanneer je met een ervaren collega werkt, is het anders. Dan ben je goed op elkaar ingespeeld en heb je weinig woorden nodig. Maar een student moet je zeker aan het begin gewoon meer aan de hand meenemen en dan praat je sneller over cliënten. Niet met slechte bedoelingen natuurlijk."

Wat is je grootste eyeopener?

"Praat niet over je cliënten, maar met ze. Het is echt verschrikkelijk als er continu van alles over je besproken wordt waar je bij bent. Dat heb ik vandaag wel echt ervaren!"

BEN ER KLAAR MEE

Het zonnetje schijnt op deze strakblauwe lentedag en de deelnemers zijn blij buiten te zijn. Maar dat is van korte duur. Het trio heeft namelijk, weer zonder overleg, besloten het kapelletje van het dorp te bezoeken. "We zouden toch gaan wandelen?", vraagt een van de deelnemers. Ze krijgt geen gehoor. Bij de kapel aangekomen, wordt de deelnemer in rolstoel buiten alleen achtergelaten, zonder verdere uitleg. Eenmaal binnen roept Conny: "Leuk hè jongens, zo'n kapelletje." Haar enthousiasme wordt niet gedeeld. Mariëlle is nog steeds druk met roosteren en klaagt dat collega Wendie zich ziek heeft gemeld onder het mom van corona. "Ik ga hier binnenkort weg hoor, ben er helemaal klaar mee." Intussen worden de deelnemers ongeduldig, ze vragen zich af wat nu precies de bedoeling is. Conny besluit het gedicht uit de kapel voor te lezen, maar vindt dan ineens dat het wel erg lang is. Mariëlle geeft haar de tip om over te springen naar de laatste zin. "Hebben ze toch niet door joh."

TOET TOET

Nadat het kapelletje met een hoop bombarie is verlaten, gaat de groep toch nog even wandelen. Conny, Nelly en Mariëlle hebben dit totaal niet onder controle, iedereen loopt door elkaar en niemand heeft een idee van wat de richting is. De drie spreken nog steeds op kinderlijke toon tegen de deelnemers. Als er een bestelbus voorbijrijdt en een deelnemer die niet kan praten daarnaar wijst, zegt Mariëlle: "Ja, een bus. Dat vind jij leuk hè. Toet toet." Degenen die slechtziend zijn, krijgen geen begeleiding bij opstapjes of stoepjes. Nadat iedereen enigszins overprikkelt weer binnen is, hebben Conny, Nelly en Mariëlle wederom moeite om orde te scheppen. De meeste deelnemers hebben zelf maar een plekje aan tafel gezocht. De deelnemer die van een rollator afhankelijk is, raakt deze ineens kwijt omdat Nelly hem wegzet. "Voorlopig gaan we toch nergens heen." Tijdens het koffiemoment pakt Nelly ongevraagd de haren vast van een paar deelnemers. "Wanneer gaan we puntjes knippen?"



De pittige manier van benaderen maakt dat iedereen moet omschakelen

ONTLADING

Mariëlle, Conny en Nelly hebben besloten dat er in een kring gevoksdanst gaat worden. “Dat vinden jullie allemaal superleuk.” Enkele deelnemers geven aan graag naar buiten te willen om te kunnen genieten van de zon. “We komen net van buiten. We gaan gewoon volksdansen, want het is de week van de hobby”, zegt Nelly. De weerstand van de deelnemers verdwijnt echter niet helemaal. “Nu snap ik dat niemand op deze groep wil staan”, zeggen de drie duidelijk hoorbaar tegen elkaar. Tijdens het volksdansen worden sommige deelnemers ineens meegenomen voor een verzorgmoment. Eenmaal terug bespreken Mariëlle, Conny en Nelly uitgebreid de status van de huid van een van de deelnemers. “Vanavond nog een keer smeren en dan is het wel weg, denk ik.” Van privacy is geen sprake. “Oké, we gaan weer verder, zing maar mee, tra-la-la”, roept Conny.

Dan ineens wordt de activiteit verstoord door de binnenkomst van Lieke. De ervaringsmiddag is tot een einde gekomen. Ontlading volgt. Iedereen lijkt even tot zichzelf te moeten komen. De pittige manier van benaderen door Mariëlle, Conny en Nelly maakt dat iedereen moet omschakelen. Lieke legt uit dat de ietwat overtrokken vorm vandaag bewust ingezet is, omdat het een korte workshop was. “Hierdoor moest het soms wat extra aangezet worden. Belangrijk is dat iedereen gedrag vanuit de praktijk herkent.” De dag wordt afgesloten met reflectie. Aan alle deelnemers vraagt Lieke hoe het met ze gaat en wat herkenbaar was. Het is duidelijk dat iedereen door de workshop inzichten heeft gekregen die ze meenemen naar het werk.

A portrait of Jolieke Kuulkers, a woman with blonde dreadlocks, wearing glasses, a black sweater, and a colorful patterned scarf with fringes. She is smiling and looking towards the camera. The background is blurred, showing warm, yellowish light sources.

**Jolieke
Kuulkers**

GGZ-verpleegkundige

SCHRIJVEN, VLOGGEN, BEÏNVLOEDEN EN LOBBYEN
IN DE CURSUS OPINIELEIDERSCHAP

Voor jezelf opkomen kun je leven

Jezelf als zorgprofessional laten zien en horen wordt steeds belangrijker. Tenslotte weet jij als geen ander waar jouw vak over gaat. NU'91 organiseert daarom dit jaar in samenwerking met Fontys Hogescholen opnieuw de cursus Opinieleaderschap. Jolieke Kuulkers nam al eerder deel en brengt het geleerde nog dagelijks in praktijk. "We moeten voor onszelf opkomen en van ons laten horen."

tekst **Joke Heikens** | foto's **Ton de Bruin**

Jolieke Kuulkers (41) is verpleegkundige bij GGZ Centraal in Ermelo op de afdeling high intensive care (HIC). Haar patiënten hebben ernstige psychiatrische problemen en zijn daarom opgenomen op een gesloten afdeling. "Sommige verblijven hier met een crisismaatregel of een zorgmachtiging, andere vrijwillig", legt Jolieke uit.

"Voor hun eigen veiligheid en die van anderen is het beter dat ze hier zijn. Op de HIC proberen we in korte tijd de patiënten zo te stabiliseren dat ze weer naar huis kunnen. Daar vervolgen ze met ambulante zorg hun behandeling. Onze focus ligt op bestrijding van de crisis en een goede samenwerking met het ambulante veld."





BESPREEKBAAR MAKEN

Een paar jaar geleden volgde Jolieke de cursus Opinieleaderschap. Kort gezegd houdt het begrip opinieleaderschap in: ergens voor staan en dat uitdragen. “Niet iedereen vindt het makkelijk om zich publiekelijk uit te spreken voor zijn of haar beroepsgroep”, zegt Jolieke. “Om toch gehoord te worden, is het goed dat er mensen opstaan en van zich laten horen. Opinieleaderschap gaat daarnaast over het bespreekbaar maken van sommige thema’s binnen het beroep. Daarbij wil ik collega’s aansporen om na te denken over hoe ze de dingen zien en wat ze belangrijk vinden. Dan weten ze waarvoor ze opkomen en kunnen ze zich hard maken voor hun eigen belangen. Ik maak me bijvoorbeeld al jaren sterk voor bestrijding van agressie in de zorg. Dat was wel een hot thema, ook tijdens de coronaperiode. ‘Blijf van onze hulpverleners af’, riep onze minister-president heel hard op tv. Er zou ook een lik-op-stukbeleid komen. Helaas merken we daar in de praktijk weinig van. Zelden wordt er tot vervolging overgegaan bij psychiatrische patiënten.”

Cursus

Wat is opinieleaderschap en waarom een cursus?

Het woord opinieleaderschap roept vast wel iets bij je op, bijvoorbeeld: je mening uiten, invloed hebben of zichtbaar zijn. De beroepsgroepen in de zorg worden nog te weinig gehoord en gezien in de media. En dat terwijl verpleegkundigen en verzorgenden een vitale rol vervullen binnen de gezondheid van onze maatschappij. Daarom heeft NU’91 samen met Fontys Hogescholen een cursus Opinieleaderschap opgezet, speciaal voor leden. Tijdens de cursus ontwikkelen de deelnemers vaardigheden om hun stem te laten horen binnen de organisatie én daarbuiten. De cursus wordt geleid door experts op het gebied van schrijven, vloggen, beïnvloeden en lobbyen. Het programma start op 4 juli en duurt in totaal 5 maanden. Kijk voor meer informatie op www.nu91.nl

‘Het is heel belangrijk dat er meer mét in plaats van óver de verpleegkundige gesproken wordt’

AGRESSIE IS NIET NORMAAL

Geweld is niet normaal en dat moeten we ook niet normaal gaan vinden, is de stellige overtuiging van Jolieke. “De algemene mening lijkt te zijn: ‘Een psychiatrisch patiënt kan er toch niet zo veel aan doen dat hij of zij agressief wordt?’ Die mening heerste ook lang in de psychiatrie zelf; je moest maar tegen een stootje kunnen. Ik vind dat agressie nooit vanzelfsprekend is en nooit normaal gevonden mag worden. Daar maak ik me hard voor en daarover ga ik het gesprek aan. Dat doe ik zowel op mijn afdeling als binnen de organisatie en de or, maar ook groter. Ik ben bijvoorbeeld een keer geïnterviewd door het NOS-journaal na het schietincident bij ggz-instelling Parnassia in Den Haag. Met mensen van de vakbond ben ik ook bij het ministerie geweest om hierover te praten. Zo probeer ik op verschillende niveaus aandacht te krijgen voor agressie in de ggz.” Jolieke is ook vakbondsconsulent en in die hoedanigheid staat ze collega’s bij. “Bijvoorbeeld collega’s die aangifte van geweld willen doen, maar tegen problemen van politie en justitie aanlopen. Of collega’s die niet goed weten hóé ze aangifte moeten doen.”



AANGIFTE

Volgens Jolieke weten heel veel mensen, ook psychiatrische patiënten, dat het niet oké is om agressief tegen anderen te zijn. “Ze weten echt wel wat goed is en wat niet. In veel gevallen heeft agressief gedrag tegen ggz-medewerkers geen gevolgen, wat een verkeerd signaal afgeeft. Daardoor lijkt het alsof dat gedrag normaal is. Natuurlijk zijn er soms situaties waarin mensen zo ontzettend verward zijn dat ze niet meer in de realiteit zijn, dat ze zich bedreigd voelen, dat ze bang zijn en dat ze vechten voor hun leven. Maar als dat de situatie is, zal de verpleegkundige ook veel minder snel geneigd zijn om aangifte te doen.” Een ander probleem waar een zorgprofessional bij de afweging van wel of geen aangifte doen tegenaan kan lopen, is dat van een onwillige werkgever, vertelt Jolieke. “Mijn leidinggevenden staan gelukkig helemaal achter me, maar er zijn ook plekken waar behandelaars vinden dat een aangifte de behandelrelatie verstoort. Die adviseren de verpleegkundigen om geen aangifte te doen en dat vind ik een heel verkeerde boodschap. Als je daar wat in wilt veranderen, moet je je stem laten horen. Hoe je dat doet, leer je tijdens de cursus. Daarnaast leer je hoe lobbyen in elkaar zit, hoe je het gesprek aangaat en wie je daarvoor moet hebben. Ik heb er veel nuttige dingen uitgehaald.”

OP DE WERKVLOER

Joliekes werkgever betaalde het cursusgeld. “Dat was wel heel fijn. Ze droegen mij niet voor of zo, ik stelde zelf voor om deze cursus te gaan volgen.” Jolieke vindt het belangrijk dat werkgevers hun zorgpersoneel zo veel mogelijk ondersteunen en stimuleren om voor zichzelf op te komen. “Doordring de verpleegkundigen van het belang dat ze hun stem laten horen. Het is heel belangrijk dat er meer mét in plaats van óver de verpleegkundige gesproken wordt. Dat er meer en beter geluisterd wordt naar mensen op de werkvloer, die het werk echt moeten doen. Nu wordt er nog veel aan overheidstafels of in directiekamers besloten, maar de mensen daar komen amper op de werkvloer.”

Soep. Bouillon. Brood.

A stylized graphic of a bowl, composed of three overlapping semi-circular shapes in yellow, orange, and pink, positioned behind the text.

Wil je even helemaal tot rust komen na een lange werkdag? Kies dan eens voor een kopje warme soep. Denk je bij dit gerecht meteen aan de winter? Dat hoeft helemaal niet. In *Soep. Bouillon. Brood.* vind je soepen gesorteerd per seizoen. Ga in de winter voor machtige recepten. En kies juist voor de dunnere soepen met frisse ingrediënten in de zomer. Lekker met een van de broodgerechten!

SALMOREJO MET SERRANOHAM EN HARDGEKOOKTE EIEREN

Voor 6 personen

Salmorejo is dikker en romiger dan gazpacho en komt uit Córdoba in het Zuid-Spaanse Andalusië

bereiding

1. Snijd de tomaat in vieren, verwijder de zaadlijsten en gooi ze weg.
2. Snijd de korsten van het witbrood en breek het brood in stukken.
3. Doe de tomaten, het brood, de knoflook, de olijfolie en 1 eetlepel sherryazijn in een blender en pureer bijna glad.
4. Breng de soep op smaak met zout en peper, meer azijn of een snuf kristalsuiker.
5. Zet de soep in de koelkast om te koelen.
6. Kook de eieren in 10 minuten hard en leg ze in koud water. Pel vervolgens de eieren en hak ze klein.
7. Snijd de serranoham in smalle reepjes.
8. Serveer de gekoelde soep in kommen, bestrooi ze royaal met ei en reepjes serranoham.
9. Sprenkel een paar druppels olijfolie over de soep en maak het af met de bladpeterselie.



ingrediënten

voor de soep

- 800 g rijpe rode tomaten
- 100 g witbrood
- 1 teen knoflook, geperst of geraspt
- 100 ml extra vierge olijfolie
- 1-2 el sherryazijn
- Snuf kristalsuiker
- Zout en versgemalen peper

ter garnering

- 2 eieren
- 75 g serranoham
- Extra vierge olijfolie
- Bladpeterselie

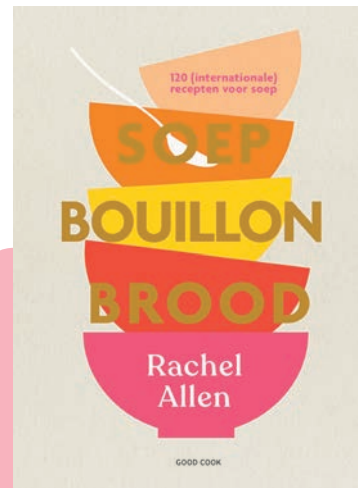


KERRIE-POMPOENSOEP

Voor 4-6 personen
Glutenvrij en vegetarisch

bereiding

1. Verwarm de kokosolie in een pan op matig vuur.
2. Voeg de ui, flespompoe en knoflook toe en breng op smaak met zout en peper.
3. Leg een vel bakpapier op de groenten en leg het deksel op de pan.
4. Zet het vuur laag en smoor de groenten tot ze zacht zijn.
5. Roer het kerriepoeder door de groenten.
6. Zet het vuur hoog en bak het kerriepoeder al roerende 1 minuut mee.
7. Schud de kokosmelk en voeg dit samen met de bouillon toe. Breng aan de kook en pureer de soep mooi glad.
8. Verwarm de kokosolie in een koekenpan op hoog vuur.
9. Voeg de pompoeppitten en het kerriepoeder toe zodra de olie is gesmolten en heet is.
10. Hussel de pompoeppitten en het kerriepoeder boven het vuur tot de pompoeppitten geroosterd en iets donkerder zijn.
11. Schep ze op een bord met keukenpapier en bestrooi ze met zeezoutvlokken.
12. Bestrooi de soep met de geroosterde pompoeppitten.



Winactie

FLOOR mag twee exemplaren van dit boek weggeven!
Wil jij winnen? Ga dan voor 1 juni naar floormagazine.nl.

Soep. Bouillon. Brood.

Uitgeverij Good Cook
288 blz. | Hardcover
€ 27,50
ISBN: 9789461432698

ingrediënten

voor de soep

2 el kokosolie
200 g gesnipperde ui
1 flespompoe van ongeveer 700 g, geschild en in blokjes van 1 cm
1 grove teen knoflook
400 ml kokosmelk
1 el kerriepoeder
450 ml groente- of kippenbouillon
Zout en versgemalen peper

ter garnering

1 el kokosolie
2 el pompoeppitten
Kerriepoeder
Zeezoutvlokken

Floorscoop

RAM

21 maart t/m 20 april

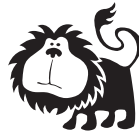
Hi stoere Ram, Het is tof hoe jij je doelen en dromen behaald. Je hebt iets in je hoofd en relatief snel weet je dat te verwezenlijken. Het is jouw kracht en wees hier trots op. Je hoeft je niet in te houden, maar gun het jezelf om van je kwaliteiten te genieten!



LEEUEW

22 juli t/m 22 augustus

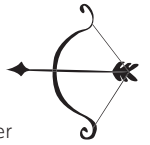
Hi positieve Leeuw, Jouw lievelingsperiode komt steeds dichterbij. Tenslotte ben je op je gelukkigst als de zon schijnt. Je bent al een vrolijke snuiter, maar dit doet jou extra goed. Doe je ook wat rustiger aan met werk? De zon aanschouwen vanuit je werkplek is niet de bedoeling.



BOOGSCHUTTER

23 november t/m 21 december

Hi elegante Boogschutter, Je bent een geliefde collega, partner en vriend(in). Maar soms vind je jezelf helemaal niet zo leuk. Hoe komt dat? Deze periode mag je jezelf vaker deze vraag stellen, want alleen jij weet het antwoord hierop. Dus neem de tijd, rust goed uit en denk aan jezelf.



STIER

21 april t/m 21 mei

Hi koppige Stier, Waarom moet je altijd overal goed in zijn? Iets overlaten aan een ander getuigt juist van veel zelfkennis en ervaring. Laat je daarom af en toe maar verrassen door de hulp van anderen. Zodra jij je meer ontspant, gaat de omgeving dat ook doen. Hoe fijn is dat?



MAAGD

23 augustus t/m 23 september

Hi leuke Maagd, Wat ben je toch een fijn en hartelijk mens. Altijd druk bezig, zowel in je werk als in je privéleven. Af en toe een stapje terug voelt voor jou soms ongemakkelijk, maar je weet maar al te goed dat je het nodig hebt. Ga zo door!



STEENBOK

22 december t/m 20 januari

Hi fanatieke Steenbok, Als hard werken een competitie zou zijn, dan had jij deze sowieso gewonnen. Maar ten koste van wat? Je kan wel blijven doorgaan, maar zometeen ben je zelf opgebrand en moe. Dus denk aan jezelf. Zet jezelf de komende periode eens op de eerste plek. Wie weet wat er gaat gebeuren.



TWEELINGEN

22 mei t/m 21 juni

Hi mooie Tweelingen, Je bent echt wel meer dan dat knappe koppie. Je hebt de tools in handen er een tof seizoen van te gaan maken. Zowel op je werk als in jouw privéleven. Stop dus met zoeken en ga genieten. Het zal zich allemaal ontvouwen zoals jij wil, mits je er voldoende op vertrouwt.



WEEGSCHAAL

24 september t/m 23 oktober

Hi afwegende Weegschaal, Wel? Niet? Wel? Niet? Gewoon doen! Soms moet je doen wat het beste voelt, ook als dit misschien niet van je verwacht wordt. En ja, dat is mega spannend maar het gaat je uiteindelijk belonen. Dus Weegschaal: ga ervoor. Je gaat zien hoe leuk het kan zijn.



WATERMAN

21 januari t/m 18 februari

Hi knappe Waterman, Voor jou komt het leukste seizoen er weer aan. Gezellig op het terras, buiten met een goed boek of in de tuin werken: je vindt het heerlijk. Jouw enthousiasme werkt aanstekelijk en hier mag je soms best wat meer bij stilstaan. Je inspireert mensen, maar blijf je zelf ook geïnspireerd?



KREEFT

22 juni t/m 21 juli

Hi lieve Kreeft, De uitspraak 'zonder pieken, geen dalen' is jou op het lijf geschreven. Je geniet van het leven, maar het is niet altijd makkelijk voor je. Hopelijk brengen de aankomende zonnestrallen je wat extra joy. En zit het even niet mee? Doe vooral de dingen waar jij je goed bij voelt.



SCHORPIOEN

24 oktober t/m 22 november

Hi stabiele Schorpioen, *Shine like a star!* Dit wordt jouw seizoen, jouw jaar en jouw moment. Dus waar wacht je nog op? Geniet ervan. Je hebt hard genoeg gewerkt de afgelopen jaren, even een tandje terug is niet verkeerd. En hoe zit het met die leuke hobby? Pak je die weer op?



VISSEN

19 februari t/m 20 maart

Hi vrolijke Vissen, Je wordt vaak beschreven als gevoelig. Maar gevoeligheid is ook enorm krachtig. Soms hebben anderen moeite om dat te zien. Je hoeft ze echter niet te overtuigen. Blijf jezelf. Als mensen aan jou twifelen, komt vanzelf jouw pit naar boven.






DE VOLGENDE


FLOOR

VERSCHIJNT OP
6 SEPTEMBER 2022

VOLG FLOOR OP:

floormagazine.nl

 floorglossy

 @magazinefloor

Werken als reislustige verpleegkundige: 9 maanden non-stop werken, 3 maanden op reis

Jessica zoekt altijd de uitdaging op. Van bergbeklimmen tot rondreizen met een camper. Nieuwe prikkels en een cultuurschok schrikken haar niet af, maar geven haar juist een energieboost. Als je haar vroeger had verteld dat ze in het ziekenhuis zou gaan werken, had zij je niet geloofd. Nu is ze niet meer uit het ziekenhuis weg te slaan. Een reislustige verpleegkundige, Jessica vertelt wat haar drijft.

Geen dag is hetzelfde en je hoort de meest bijzondere verhalen. Op de acute afdeling ben ik echt op mijn plek. Snel schakelen en veel verschillende ziektebeelden. Het is een soort puzzel die je met je team oplost. Stukje voor stukje valt het in elkaar. Als je dan iemand gestabiliseerd hebt, is dat het beste gevoel ooit."

Een bijdrage leveren in een vluchtelingenkamp

"Werken in het buitenland spookte al langer door mijn hoofd. Mijn passies combineren is een droom die uitkomt. De keuze om vluchtelingen te gaan helpen was snel gemaakt. Het is een relevant thema en behoort bijna tot de orde van de dag. Ik stel graag mijn kennis ter beschikking. Met de kleinste dingen draag je al groots bij. Die ervaring neem ik weer mee het ziekenhuis in."

Een reislustige verpleegkundige

"MediLead ziet mijn drang naar uitdaging. Ze geven mij de ruimte om naar Lesbos te gaan. Gewoon omdat dit mij gelukkig maakt. Ze zien mij en de dromen die ik wil najagen. Hoe ik bij MediLead terecht kwam? Ik zag een vacature voor een reislustige verpleegkundige en ik was om. Je werkt dan negen maanden om vervolgens drie maanden betaald op reis te kunnen. Dit is mij op het lijf geschreven, zo kan ik genieten van al mijn passies."

Wil jij weten wat wij voor jouw carrière als verpleegkundige kunnen betekenen?

Wij vertellen je graag meer over jouw mogelijkheden.

Kido Otten

📞 06 - 59 82 59 91

035 - 203 52 02

✉ k.otten@medilead.nl

"MediLead ziet mij en de **dromen** die ik wil najagen."



MediLead
Wordt Lead Healthcare



Waarom NU lid worden van NU'91?

NU'91 maakt zich sterk voor jou als zorgprofessional. Niet in theorie, maar in praktijk. Niet eenmalig, maar structureel. Niet straks, maar NU. Daarom zijn jouw inbreng en steun juist NU hard nodig!

Tijdelijk extra aantrekkelijk kennismaken!

Omdat NU het moment is om samen door te pakken op weg naar één cao verpleegkundigen & verzorgenden, is ons kennismakingslidmaatschap tijdelijk aantrekkelijker dan ooit;



Allereerst ontvang je het hele 1^e jaar 50% korting, waarmee het lidmaatschap je slechts €6,87 per maand kost.



Daarnaast ontvang je als je vóór 1 juli '22 lid wordt een VVV-bon cadeau t.w.v. € 30,-

**KORTOM:**

Dit is hét moment om lid te worden, juist NU...
Zorg dat je niks mist en ga snel naar
[NU91.NL/ACTIE](https://nu91.nl/actie) óf gebruik de QR code!

