

Inzicht

Magazine heilig hart leper // voorjaar 2024

Een ervaringswerker
op de afdeling:
rolmodel voor
herstel?

"Mijn blik is opnieuw op
de buitenwereld gericht"

Hoe regel ik
een opname?



Beste lezer

Onlangs hebben we tijdens een strategische denkdag met directie, artsen en andere verantwoordelijken de koppen bij elkaar gestoken om het te hebben over de grote lijnen van het Heilig Hart van morgen. Ik ben blij jou te kunnen melden dat het een constructieve en verbindende dag was, waar er met open blik geluisterd en gesproken werd.

In een sector in volle beweging is het niet evident om behoeftes van cliënten, talenten van medewerkers en trends in de gezondheidszorg op één lijn te krijgen. Toch is het een noodzakelijke oefening. De keuzes die we moeten maken, zijn meer dan alleen plannen; het zijn beloftes aan onszelf en aan iedereen die nood heeft aan onze ondersteuning en begeleiding.

Zo zijn we zeker niet blind voor de grote noden die in onze regio leven bij kinderen en jongeren met een psychische kwetsbaarheid. Terzelfdertijd willen we ook voor psychisch kwetsbare ouderen voldoende aanbod blijven garanderen. Daarnaast willen we ook de nodige stappen zetten om de mogelijkheid tot dagbehandeling te optimaliseren en de zorgcontinuïteit intern en extern beter te waarborgen.

Dankzij doordachte strategische keuzes pakken we samen de uitdagingen aan en tillen we ons Heilig Hart naar nieuwe hoogten. Zo zetten we koers naar een toekomst die ons allemaal trots maakt.

Je leest het: genoeg werk op de plank. Maar dat kan voorlopig nog even wachten want de zomervakantie wenkt. Ik wens jou en jouw naasten een prettige vakantie en een zalig zonnige zomer.

Cathy Room
Regiodirecteur leper

in het kort

Thema-avonden ABA najaar
17 september + 5 november

Samen met Jan Yperman Ziekenhuis en CGG Largo, bieden we het Ambulant Behandelprogramma Alcohol (ABA) aan. ABA helpt mensen om de cyclus van alcoholverslaving te doorbreken. Na de zomer start een nieuwe reeks. Alle info op www.aba-ieper.be

Nieuwe stafmedewerker ethiek

We verwelkomen Linus Vanlaere als nieuwe stafmedewerker ethiek van de vzw Gezondheidszorg 'Bermhertigheid Jesu'.



Hersteldag

Op donderdag 18 april tekenden een honderdtal medewerkers, ervaringswerkers, cliënten en naasten present voor de tweejaarlijkse Hersteldag. De dienst Herstelgericht Werken leverde samen met de werkgroep opnieuw een gevarieerd programma af. Psychiater en voorzitter van de Vlaamse Vereniging voor Psychiatrie Kirsten Catthoor en prof. Yvonne Denier deelden hun inzichten rond stigma en het leiden van een goed en betekenisvol leven. Daarnaast konden deelnemers kiezen uit meer dan tien workshops, telkens in co-creatie opgezet door duo's van ervaringswerkers, cliënten en medewerkers.

SAVE THE DATE – 22 OKTOBER

Psychose in perspectief: sleutels tot herstel

Kom jij als hulpverlener in aanraking met mensen met een psychotische kwetsbaarheid? Heb je interesse in het thema? Tijdens deze dag maak je kennis met vernieuwende methodieken waarmee we in Heilig Hart leper herstel bij psychose bevorderen. We belichten het thema vanuit verschillende hoeken.

Met praktische workshops en academische inzichten versterken we jou in het werken rond levenskwaliteit van mensen met een psychotische kwetsbaarheid en hun omgeving. Naast onze interne deskundigen nemen ook experts Leen Verhaert en Stijn Vanheule het woord. Abonneer je op onze nieuwsbrief om op de hoogte te blijven ► pzheilighart.be

— Cijfer —
-40%

In 2023 daalde het aantal afzonderingen met maar liefst 40% ten opzichte van het jaar ervoor. Concreet betekent dit dat we in 2023 voor slechts 5,9% van alle 1146 opgenomen cliënten een vorm van vrijheidsbeperking dienden toe te passen, **het laagste aantal ooit**.

Achter deze cijfers zitten de inspanningen van deskundige medewerkers en teams die dagelijks met geduld, betrokkenheid en warme bejegening het verschil maken.

Inzicht is het gratis magazine van Heilig Hart leper, vzw Gezondheidszorg Bermhertigheid Jesu, bedoeld voor samenwerkingspartners en professionelen binnen zorg, welzijn en de geestelijke gezondheidszorg. Het wordt tweemaal per jaar verspreid.

VOLG ONS
📍 [heilighartieper](https://www.instagram.com/heilighartieper)
📱 [heilighartieper](https://www.facebook.com/heilighartieper)

INZICHT (NIET) ONTVANGEN
Wens je het gratis magazine Inzicht niet langer te ontvangen? Ontvang je het liever digitaal? Of wens je bijkomende exemplaren? Mail dan je adresgegevens naar info@pzheilighart.be ter attentie van Communicatie.

CONTACTEER ONS
Wij horen graag wat je denkt over ons magazine.

Heilig Hart leper
Poperingseweg 16
8900 leper
Tel. 057 23 91 11
info@pzheilighart.be

Redactie Bert Van der Auwera
Design Hannibal
Fotografie Marc Wallican,
Bert Van der Auwera, Noa Doize
Druk Deleye leper
Verantwoordelijke uitgever
Paul Braem
Dank aan de redactieraad,
aan alle geïnterviewden voor hun medewerking.



NIEUW IN HET ZIEKENHUIS

(Re)connecten in de Familiekamer

Een nieuwigheid in het ziekenhuis: de Familiekamer. Een uitnodigende ruimte waar cliënten en hun kinderen terug verbinding kunnen vinden. Want samen spelen en een leuke tijd beleven is niet altijd vanzelfsprekend als mama of papa opgenomen is in een psychiatrisch ziekenhuis.

Ook familiegesprekken kunnen hier plaatsvinden. Cliënten die gebruik willen maken van de Familiekamer kunnen zich wenden tot een maatschappelijk werker. Deze ruimte werd mede gerealiseerd met steun van De Warmste Week.

Jaarcijfers



1146

In 2023 behandelden we in totaal **1146 verschillende mensen**.



1046

We hadden vorig jaar **1046 opnames**. Daarvan werden 458 mensen voor de eerste keer opgenomen. De rest betreft heropnames.

347

Op ziekenhuisniveau zijn we erkend voor **347 bedden en plaatsen**.



De gedwongen opnames zijn goed voor **7,7%** van alle opnames.



De grootste groep cliënten is tussen **35 en 44 jaar** oud.

Mensen die in acute crisissituatie op onze HIC 1-crisiseenheid opgenomen worden, verblijven daar gemiddeld **6,6 dagen**. De gemiddelde verblijfsduur voor de rest van het ziekenhuis is **48,2 dagen**.

De jongste jaren stijgt het aantal opgenomen mensen jonger dan **34 jaar**.

447

Heilig Hart leper stelde eind 2023 **447 mensen te werk**, goed voor 366,66 voltijdse equivalenten.

71% van alle medewerkers werkt **binnen cliëntenzorg**.



Snelgids voor professionelen: hoe regel ik een opname in het Heilig Hart?

1

Contacteer de hoofdverpleegkundige van de relevante afdeling. Er zijn opname-afdelingen op basis van de verschillende doelgroepen.

- Crisiszorg
Tom Demuyck
057 23 91 55
- Verslavingszorg
Isabelle Vercausse
057 23 91 57
- Angst-, stemmings- en persoonlijkheidsproblematiek
Soetkin Crombez
057 23 91 61
- Psychosezorg
Nele Gruson
057 23 91 66
- Ouderenpsychiatrie
Kris Tijtgat
057 23 91 81
- Rechtstreekse opname in dagbehandeling (angst-, stemmings- en persoonlijkheidsproblematiek)
Geoffrey Minne
057 23 91 70



2

Is het niet duidelijk in welk zorggebied de persoon thuis-hoort of verkeert hij/zij in een ernstige psychiatrische crisis?

Bel dan naar Tom Demuyck (057 23 91 55). De hoofdverpleegkundige overlegt met de behandelende psychiater en bezorgt jou snel een antwoord.



Daghospitalisatie is mogelijk op de volgende afdelingen:

Angst-, stemmings- en persoonlijkheidsproblematiek: **De Rede**
Verslavingszorg: **De Wending 1**
Psychosezorg: **De Wending 3**
Ouderenpsychiatrie: **De Wending 4**

3

De hoofdverpleegkundige overlegt met de behandelende psychiater en geeft jou snel antwoord.



PRESENTIE VAN ERVARINGSWERKERS OP AFDELINGEN

“Misschien moet je jezelf eerst tegenkomen vooraleer je het kunt zien”

Nee, de inzet van ervaringswerk op afdelingen is geen gamechanger of wonderoplossing. Contacten met een ervaringswerker zijn geen garantie op sneller herstel. Toch merken hulpverleners hoopgevende resultaten op afdelingen waar één of meerdere ervaringswerkers een presentierol opnemen. Hun geheime wapens? Aandacht zonder vooroordelen, het juiste tempo en hun persoonlijke stijl waarmee ze bij cliënten vaak de juiste snaar raken.

Samen met ervaringsdeskundige **Leonie** overziet **Geert** alle inspanningen rond ervaringswerk binnen het ziekenhuis. “Presentie van ervaringswerkers in nauwe samenwerking met verpleegkundigen, is hier al enkele jaren in zwang”, vertelt hij. “Op afdelingen waar regelmatig ervaringswerkers langskomen, zien we door de combinatie van professionele kennis, wetenschap en ervaringskennis een interessante cocktail ontstaan”, verklaart hij.

“Iedereen doet zijn best om zich aan te passen aan het tempo van de cliënt maar als hulpverlener ben je nu eenmaal gebonden aan tijd. Doorheen de dag moet je verschillende zaken managen. We hebben afspraken, agenda’s, therapieschema’s ... Allemaal tijdsgebonden instrumenten. Het voordeel van ervaringswerkers is dat ze tijd kunnen maken voor cliënten die dat nodig hebben. Ze hebben ruimte om erkenning te geven aan ieders vraag of verzuchting en doen dat ook. Cliënten voelen en waarderen dat”, vertelt **Geert**.

Presentie van ervaringswerkers op een afdeling is vaak een evenwichtsoefening. “De kunst is om binnen presentie je rol als ervaringswerker te blijven behouden”, vertelt **Leonie**. “Dat benadrukken we ook in onze interne training. Het bewaken van die uitzonderingspositie is nodig om je geloofwaardigheid en die gezonde naïviteit te behouden. We zien daarop toe in groeigesprekken die we samen met de verantwoordelijke verpleegkundigen organiseren”, aldus **Leonie**.

“Het voordeel van ervaringswerkers is dat ze tijd kunnen maken voor cliënten die het nodig hebben”



dr. Herlinde Lamote

DOWN TO EARTH

De Wending 4 is pionier wat betreft presentie door ervaringswerkers. Op de afdeling gespecialiseerd in ouderenpsychiatrie is **Veronique** al 2,5 jaar een graag geziene gast en steunfiguur. Sinds een aantal maanden komt ook **Heidi D.** regelmatig langs.

Veronique steekt van wal: “De interesse in ervaringswerk borrelde al op tijdens mijn eigen traject hier in het ziekenhuis. Na mijn opleiding bij Vives liep ik hier stage. In het begin was het natuurlijk wennen maar ik voelde onmiddellijk dat Eva en de andere hulpverleners achter me staan en dat alles bespreekbaar is. Ze zijn er voor ons. In die zin ben ik tevreden dat ik op zo’n goed draaiende afdeling mag langskomen. Ik stap hier altijd buiten met een goed gevoel.”

Eva is verpleegkundige op De Wending 4 en aanspreekpunt voor Veronique en Heidi. “Net omdat wij de eerste afdeling waren waar ervaringswerkers een presentierol opnemen, was er bij de start wel wat trial en error”, vertelt ze. “In het begin was het een valkuil om ervaringswerkers in te schakelen voor allerlei praktische taken. Maar daarin ligt hun meerwaarde niet.”

Veronique: “Uit zorgzaamheid ging ik graag in op vragen van cliënten om bijvoorbeeld hun boterhammen te brengen of een stoel dichters te schuiven. Daarop kreeg ik dan van Eva te horen dat dat eigenlijk niet de bedoeling was, dat het bevorderen van zelfredzaamheid en motoriek een belangrijk accent is op de afdeling.”

Eva: “We werken samen in vertrouwen. Zowel Heidi als Veronique hebben een badge die toegang geeft tot de verpleegpost en we gaan uit van een gedeeld beroepsgeheim. Het is wel niet zo dat we



Centraal: Veronique en Heidi D., links verpleegkundige Eva, rechts hoofdverpleegkundige Kris

ook overdracht organiseren. Ervaringswerkers hebben geen kennis van psychiatrische voorgeschiedenis of familiale omstandigheden van cliënten.

“Ze hebben allebei een badge die toegang geeft tot de verpleegpost. We gaan uit van gedeeld beroepsgeheim”

Op een gegeven moment was hier iemand opgenomen met een zware vorm van diabetes. Die persoon kwam altijd terug van de supermarkt met snoep en gesuikerde snacks. Tot Veronique er haar missie van heeft gemaakt om mee te gaan winkelen en bij elke product dat in het winkelmandje belandde, samen met haar de verpakking te bekijken.”

Veronique: “Het heeft moeite gekost maar ik heb dat mens er toch van kunnen overtuigen dat het in haar eigen belang was om gezonde keuzes te maken. En dat de verpleging het ook niet leuk vond om voortdurend alles te verbieden maar dat het voor haar eigen bestwil is. Beetje bij beetje heb ik haar dat inzicht kunnen bijbrengen.”

Eva: “Als hulpverlener bekijken we zaken vooral door een therapeutische bril, ervaringswerkers zijn veel meer down to earth. Veronique en Heidi voelen binnen de leefgroep dynamieken aan die ons als hulpverlener ontgaan. Hun aandacht voor mensen en het oprecht kunnen erkennen van iemands pijn of verdriet, beschouw ik persoonlijk als de grootste meerwaarde.”

ONNOEMBARE BELEVING

Aan het woord is **dr. Herlinde Lamote**, voorzitter van de medische raad en als psychiater verbonden aan verschillende afdelingen waaronder De Wijzer, een vervolgafdeling voor mensen met een psychotische en bipolaire kwetsbaarheid. Op die afdeling komt ervaringswerker Heidi al een goed jaar wekelijks langs.

“De praktische inzet van een ervaringswerker op de afdeling kende nogal een moeilijke start”, erkent ze. “Er is nood aan duidelijke procedures. Zo ben je zeker dat alle betrokkenen op de hoogte zijn van de wederzijdse verwachtingen en er voldoende communicatie is in alle richtingen. Dat is een leerpunt. Ook de blijvende ondersteuning van **Heidi** door een referentieverpleegkundige vind ik cruciaal”, vertelt de dokter.

“In de praktijk is haar meerwaarde wel snel duidelijk geworden. We hadden een aantal situaties waarin we als team van hulpverleners iemand misten, bijvoorbeeld als cliënten overstappen van de High & Intensive Care (HIC – crisiseenheden) naar De Wijzer. Als daar op dat moment een warm persoon klaarstaat met kennis van de afdeling én een rugzak vol ervaringskennis, dan geeft dat snel vertrouwen. We merken dat mensen hierdoor sneller op hun gemak zijn en dat de overgang tussen afdelingen een stuk gemoedelijker verloopt.”

“Laat ons alle expertise, kennis en talenten samenbrengen met de intentie om iets positiefs te betekenen voor een ander”

“Hoe ze dan precies het verschil maakt? De manier waarop ze dingen verwoordt, de uitdrukkingen die ze gebruikt, haar aandacht voor details. Enfin: hoe ze is, haar stijl. Ze heeft het tegen de cliënten vooral over beleving, over wat er hen als cliënt te wachten staat, dat er groeimogelijkheden zijn, dat er nog stappen te zetten zijn in hun herstelproces. Voor ons als hulpverleners is dat een soort onnoembare beleving. Ik beschouw Heidi als een rolmodel, het levende bewijs dat herstel mogelijk is. Ze geeft hoop en laat mensen in hun waarde.”

“Ik merk tijdens mijn consultaties dat de cliënten enthousiast zijn over Heidi’s aanwezigheid. Ze zet veel in gang bij mensen. Een goede, evenwichtige samenwerking met de hulpverlening blijft wel een belangrijke voorwaarde voor een goed verloop. De slinger moet ook niet doorslaan, professionele kennis en ervaringswerk vullen elkaar aan. Iedereen heeft zijn eigen expertise, kennis en talenten: laat ons die samen inzetten met de intentie om iets positiefs te betekenen voor een ander. De focus ligt daarbij op de intenties én de mens in zijn geheel. Het doel heiligt voor mij de middelen. Enkel zo kunnen we verder vorm geven aan de herstelvisie.

Wat ik zelf geleerd heb door te werken met ervaringswerkers? Misschien moet je jezelf eerst tegenkomen vooraleer je het kunt zien.

Ervaringswerker Heidi, geflankeerd door verpleegkundige Sarah en dr. Lamote



SAMEN AAN ÉÉN ZEEL

Na haar eigen opname in het ziekenhuis was **Lydia** vastberaden om vrijwilligerswerk te doen in een zorgorganisatie. Na een tip van haar psychiater en een goed gesprek met Geert en Leonie volgde Lydia een opleiding en is ze sinds begin dit jaar actief als ervaringswerker op De Wering, een afdeling gespecialiseerd in ouderenpsychiatrie en verslavingszorg.

Lydia: “Ik kijk zelf positief terug op mijn eigen traject hier. Therapie heeft mij veel geleerd over mezelf. Met alle ervaring die ik hier zelf heb opgedaan, wil ik mensen helpen om ook hun zelfbeeld op te trekken. Tijd nemen voor de cliënten is heel belangrijk. Zo ben ik erin geslaagd om iemand die al lange tijd niet meer breide, terug in gang te krijgen. We werken nu samen aan een kussen voor in de ontspanningsruimte. Ik ben zeker dat ze fier zal zijn als het af is.

Bij een bepaalde dame heeft het een hele tijd geduurd voor ik op een goede manier contact kon leggen. Op een gegeven moment kwam ze naar me toe omdat ze heel angstig was voor haar tandartsafpraak later die dag, te wijten aan een traumatische ervaring uit het verleden. Ik stelde voor om met haar mee te gaan. Dat gaf haar de nodige moed. In de wachtzaal heeft ze zich opengesteld en een stuk van haar levensverhaal met mij gedeeld. Toen heb ik haar vertrouwen gewonnen.”

Verpleegkundige **Fenwick:** “Nadien heeft ze het daar nog regelmatig over gehad, ze is jou daar nog steeds heel dankbaar voor. Persoonlijk vind ik het positief dat het ziekenhuis zelf een interne training voor ervaringswerkers organiseert. Zo ben je zeker dat kandidaat-ervaringswerkers gescreend zijn en met de juiste vaardigheden en motivatie de afdeling binnenstappen. Lydia voelt aan waar mensen goed in zijn en daagt hen uit om daarin te groeien. Die krachtgerichte aanpak vind ik sterk.”

“Therapie heeft mij veel geleerd over mezelf. Ik wil mensen helpen om hun zelfbeeld op te trekken”



Lydia

Lydia: “Ik heb zelf ook veel gehad aan die opleiding. Het belang van samenwerking met het team kwam sterk naar voor. Als ik ergens mee worstel dan is het niet de bedoeling dat ik zelf initiatief neem maar wel afstemming zoek met de verpleging. Maar ik vind eigenlijk dat het contact goed en zeer natureel verloopt.”

Fenwick knikt. “De aanwezigheid van Lydia is inderdaad een meerwaarde voor de afdeling. Met de nodige communicatie lukt het best. Door elk op onze manier aan hetzelfde zeel te trekken, maken we het verschil voor onze cliënten.”



CLIËNTGETUIGENIS

“Veel meer dan vroeger blijf ik nu vrij rustig tijdens sombere periodes. Ik heb leren aanvaarden dat ze komen en gaan”

Kristien gaf les op een middelbare school in Veurne tot ze zich op de duur écht voor de klas moest slepen. Ze was zwaar depressief en volledig uitgeput. Tot overmaat van ramp kreeg ze door bijwerkingen van medicatie een psychotische opstoot wat leidde tot een crisisopname in Heilig Hart Ieper. Uiteindelijk kwam ze terug tot haarzelf op De Wending 4, een afdeling gespecialiseerd in ouderenpsychiatrie.

GEEN ERKENNING

Kristien heeft een lange weg afgelegd. Of ze nu het gevoel heeft dat ze hersteld is? “Ja, grotendeels wel”, knikt ze. “Ik ben niet meer wie ik vroeger was. Ik voel me rustiger, durf meer voor mezelf opkomen en zeggen waar het op staat. Het heeft veel tijd gekost om tot dit punt te komen.”

Kristien blikt terug op een zware periode van bijna drie jaar. “Ik voelde me heel depressief en had geen veerkracht of levenslust meer. Ik bleef maar lesgeven terwijl ik eigenlijk echt op was. Door bijwerkingen van bepaalde medicatie kreeg ik op een gegeven moment in het midden van de nacht een psychotische opstoot. Via een crisisopname kwam ik eind 2021 in het Heilig Hart terecht”, vertelt ze.

Het was niet Kristiens eerste kennismaking met de psychiatrie. Haar man Jos zag het allemaal gebeuren. **Jos:** “Kristien is in 1994 al eens opgenomen in een ander ziekenhuis wegens sombere gevoelens. Er was toen ook sprake van een burn-out, iets wat haar ouders nooit erkend hebben. Voor hen bestond dat niet; het was zogezegd een uitgevonden ziekte. Dat onbegrip was voor Kristien een hele zware dobber”, vertelt **Jos**.

Hij knikt naar **dr. Tansens**. “Ik ben dankbaar dat jullie haar terug in de juiste richting hebben kunnen sturen. Zelf zag ik er op een bepaald moment geen begin meer aan.”

OVERSTAP MET RESULTAAT

Na een residentiële opname van vier maand en bleven de resultaten grotendeels uit. “De hulpverleners deden allemaal hun uiterste best. Mijn herstel was al een stuk ingezet maar het tempo op de afdeling lag te hoog voor mij. Ik kon niet goed mee in de therapieën, viel uit de boot en botste op mijn limieten”, vertelt ze. Om het herstel alle kansen te geven, werd duidelijk dat een overstap naar een andere afdeling aangewezen was.

Zo maakte Kristien kennis met De Wending 4, gespecialiseerd in behandelen en begeleiden van ouderen met psychiatrische zorgnoden. “Het is voor een persoon confronterend om doorverwezen te worden naar een afdeling voor ouderenpsychiatrie”, verduidelijkt verantwoordelijk psychiater **dr. Anneleen Tansens**, “maar in de praktijk zie ik dat mensen vaak al snel na hun overstap opgelucht zijn.”

dr. Anneleen Tansens



“Toen je hier aankwam was je nog heel apathisch, in gesprek gaan lukte nauwelijks. Na onderzoek hebben we dan zo goed als alle medicatie drastisch afgebouwd. Je werd alerter en had betere momenten maar die sloegen nog vaak om naar periodes van diep zitten. We hebben toen enerzijds jouw anti-depressiva verder bijgesteld om de schommelingen te verzachten en anderzijds gewerkt aan aanvaarding en manieren om ermee om te gaan.”

LEVE DESSERTS

Tijdens haar verblijf op De Wending 4 zag Jos zijn echtgenote een stuk heropleven. “In diezelfde periode kwam het nieuws dat Kristien niet meer voor de klas hoefde te staan”, vertelt hij. “Ze kon met vervroegd pensioen. Dat is een zware last die van je schouders valt. Pas na het afscheidsfeestje op school drong het besef door: dit hoofdstuk kunnen we definitief afsluiten.”

Jos is best te spreken over de manier van werken op de afdeling. “Ongeacht het resultaat ben ik oprecht positief over alle diensten en de mensen die Kristien omringd hebben. Op de beide afdelingen waar ze verbleef, was er altijd iemand nabij om hulp te bieden wanneer nodig. Alles ligt er hier ook altijd kraaknet bij. Het contact met Fons en Leen (respectievelijk psycholoog en maatschappelijk werker, nvdr) verloopt goed. Ze vragen hoe het met mij gaat en houden mij op de hoogte. Ook de familie-avonden die de afdeling organiseert, vind ik waardevol.”

Kristien knikt. “De verpleging volgt je van heel nabij zonder je het gevoel te geven dat je een zieke bent. Ze weten wat er aan de hand is maar laten het niet blijken en houden zich discreet op de achtergrond. Dat vind ik zeer positief, net als de keuzemogelijkheden die je hebt qua therapie en creatieve activiteiten. Ook het eten is lekker en degelijk. Het is een detail maar ook het aanbod desserts is voor mij en veel anderen een lichtpuntje.”

DE HAVEN VERLATEN

Na haar voltijds verblijf kwam Kristien nog een tijdje dagelijks naar De Wending 4 in dagopname. Sinds eind april is ze terug thuis. “De gevoeligheid voor sombere buien blijft maar ik kan er nu beter mee om”, besluit ze. “Ik ben rustiger geworden. We gaan samen regelmatig naar lezingen en ik ben ook lid van verschillende verenigingen en zing in een koor. Dat is allemaal nieuw voor mij. Voorheen sloot ik mij af en probeerde ik mensen te vermijden. Nu richt ik mijn blik terug meer op de buitenwereld.”

3X3

Drie dezelfde vragen, drie verschillende mensen.

	Wat houdt jou vandaag bezig?	Waar kun je van genieten?	Waar droom je van?
<p>1</p>  <p>Sofie Ducatteeuw Directeur Vereniging Ons Tehuis</p>	<p>Sofie: De toenemende complexiteit in de zorg en druk op medewerkers. Hoe kunnen we de zorg voor kinderen/jongeren en hun context in evenwicht brengen met de zorg voor medewerkers?</p>	<p>Sofie: Quality time met mijn gezin, me laten meeslepen in de verwonderde en eerlijke kijk van de kinderen op dagelijkse gebeurtenissen.</p>	<p>Sofie: Respect voor elkaar, mildheid en verbinding. Dit geeft zuurstof om een uitdagende toekomst tegemoet te gaan.</p>
<p>2</p>  <p>Linus Vanlaere Stafmedewerker ethiek</p>	<p>Linus: Hoe we zorgzame mensen kunnen blijven in een wereld waar zorg onvoldoende telt. Hoe ik mijn kinderen kan opvoeden tot zorgzaamheid.</p>	<p>Linus: Van spontane mensen die met een groot hart in de wereld staan en daardoor pluïsbloemblazers zijn van kleine goedheid.</p>	<p>Linus: Van een straat zonder haat. Van huizen waar je welkom bent. Van deuren die vaak openstaan. Van burens die op zondag praatgraag aan hun voordeur zitten.</p>
<p>3</p>  <p>Annelies Lecluyse Hoofdverpleegkundige PAAZ Jan Yperman Ziekenhuis</p>	<p>Annelies: De toekomst van de wereld door al de oorlogen in de wereld. Alsook op wie ik moet stemmen de komende verkiezing.</p>	<p>Annelies: Samen zijn met gezin en vrienden. Uitstapjes doen, buiten spelen met de kinderen.</p>	<p>Annelies: Geen oorlog meer. Maar ook van een reis naar Peru waar mijn neef al 9 jaar woont met zijn gezin.</p>



#TEAMHEILIGHART



Sportieve collega's vertegenwoordigen de ziekenhuiskleuren op de Antwerp 10 Miles!



Naar goede gewoonte is er een mooie attentie voorzien voor alle collega's die binnenkort op pensioen gaan of die 10, 20, 25, 30 of 40 dienstjaren op de teller hebben.



Meer dan 70 fietsers genieten van een gratis ontbijt naar aanleiding van de nationale Bike to Work-dag.



Infosessie 'Fit & gezond de zomer in'



Meer dan 130 gepensioneerde medewerkers en vrijwilligers tekenen present op het bedankingsfeest ter gelegenheid van de 180-jarige verjaardag van de congregatie 'Zuster van de Barmhertigheid Jesu'.

DEELNAME HOMO UNIVERSALIS

"Een onvergetelijke ervaring"

In haar zoektocht naar een nieuw avontuur, nam verpleegkundige Inge deel aan Homo Universalis, de rubriek in het VRT1 programma 'Iedereen Beroemd'. Daarin strijden 100 onbekende kandidaten in diverse praktische proeven om de felbegeerde titel.

"Het is niet zo dat ik mezelf per se op televisie wil zien," lacht Inge. "Ik vind het gewoon een onweerstaanbare gedachte om in een onbekend avontuur te stappen, een avontuur dat iemand voor jou van a tot z heeft uitgedacht en waar je zelf geen tijd en geld in hebt moeten steken."

"Per draaidag moesten we zo'n zes à acht proeven afleggen. De opnames hadden plaats in Antwerpen, telkens van vrijdag tot en met maandag. Zonder files was ik vanuit Poperinge al snel twee uur onderweg. Gelukkig kon ik carpoolen met medekandidaat (en priester) Mathias. Het was een intense periode: vermoeiend maar ook begeistertend, met veel adrenaline en positieve stress.

De proef die mij het meest blijft? Die waarin alle deelnemers op zoek moesten naar vijf zelf gevouwen papieren kraanvogels in een zee van gelijkaardige exemplaren. Ik was ervan overtuigd dat ik op zoek moest naar roze vogels. Pas na een tijdje viel mijn frank dat mijn exemplaren eigenlijk oranje waren. In mijn ooghoeken zag ik steeds meer medekandidaten de proef afwerken terwijl ik nog volop bezig was. Toen voelde ik de spanning echt door mijn lijf gieren.

Uiteindelijk ben ik gestrand op plaats 62. Een proef waarin ik een hoeveelheid water verkeerd inschatte, heeft mij genekt. De ontgoocheling zindert wel enkele weken na, ja. Vergelijk het met een soort zomerkamp: aan het begin is iedereen een vreemde voor elkaar maar na een tijdje leer je mensen kennen en beleef je samen een onvergetelijke tijd. Het is geen tof gevoel als je dan opeens als enige naar huis gestuurd wordt.

Of ik het opnieuw zou doen? Onmiddellijk. Ondanks alle stress en zenuwen blijft het een onvergetelijke ervaring."



Het komt voor in de beste families

Op 18 april waren Mathias Vergels (Lowieke uit Thuis) en Manu Huylebroeck te gast in ons uitverkocht auditorium voor de tournee 'Het komt voor in de beste families'. Ze brachten muziek, verhalen en lazen voor uit het gelijknamige boek. Het werd een gevarieerde avond die weinigen onberoerd liet.

Dank aan iedereen die erbij was!

