

In Beeckestijn langs het Pieterpad lopen



Kees de Boer
kees.de.boer@mediahuis.nl

Velsen-Zuid ■ Het idee werd geboren in coronatijd: We gaan in de buurt een virtuele wandelroute lopen. Neja en Ingeborg lopen 'het Pieterpad' in Velsen.

Het initiatief is van Marco Maas, die zich met zijn bedrijf Elma-kes inspant om mensen in beweging te krijgen met Nordic Walking-stokken. „We hebben bij Elma-kes al jaren wandelgroepen”, zegt hij. „En in coronatijd zochten we naar een veilig alternatief. Dat zijn allerlei challenges geworden: de deelnemers wandelen in hun eigen buurt alleen of met een ander de nodige kilometers, waarmee ze bijdragen aan het afleggen van een virtuele route.” „Het stimuleert enorm”, zegt Neja. „Ik wandel elke dag. Soms in m'n eentje, een andere keer met Neja. Gisteren heb ik zes kilometer gelopen, vandaag vier. Je loopt ook verder, heb ik gemerkt. Ging ik vroeger met de fiets naar de supermarkt, nu doe ik dat lopend. Je wordt er fanatiek van. Je voelt je gewoon bezwaard als je een dag niet gewandeld hebt.”

De dames krijgen regelmatig een update van de vorderingen. „Marco stuurt wekelijks een nieuwsbrief”, zegt Ingeborg. „Daarin staan allerlei verhalen en foto's over de plaatsen langs



Neja(l), Marco en Ingeborg.

FOTO KEES DE BOER

ONDERWEG



Ook wat te vertellen? Kees de Boer is nieuwsgierig naar uw verhaal. Dagelijks zwerft hij door Velsen maar u mag hem ook tippen: kees.de.boer@mediahuis.nl

het Pieterpad die we met de groep aan de hand van de gelopen kilometers hebben gepasseerd. Dan kun je ook gelijk zien hoever je als groep op de route bent gevorderd.”

„Wat ook mooi is, is dat er door de deelnemers elke dag wordt gewandeld”, gaat Marco verder. „Weer of geen weer. Ook met de sneeuw van een paar weken geleden. Er was toen een dame die met de gladheid het huis niet uit durfde. Zij heeft in die tijd in de gangen van De Hofstede gelopen.”

Wat het volgende project wordt? „We gaan hierna het Grenslanpad doen”, zegt Marco.

„Daarna pakken we het Nederlandse kustpad. En uiteindelijk wacht dan de ultieme route: de Santiago de Compostela, 2800 kilometer. We verwachten daar met Pasen te zijn.”

De dames krijgen regelmatig een update van de vorderingen. „Marco stuurt wekelijks een nieuwsbrief”, zegt Ingeborg. „Daarin staan allerlei verhalen en foto's over de plaatsen langs

TOEKOMST Drie routes voor Hartekamp Groep

Erop Uit met gehandicapten

De Hartekamp Groep gaat meer nadruk leggen op het aanbieden van complexe en intensieve zorg aan mensen met een verstandelijke beperking. Ook wil de organisatie de banden met familie, vrienden en samenleving aanhalen. Dit staat in het onlangs gepresenteerde Toekomstplan 'Erop Uit'.



Ellen de Boer
e.de.boer@mediahuis.nl

Velserbroek ■ „We borduren voort op wat we al doen en gaan niet een nieuwe richting in, maar we maken wel heel nadrukkelijke keuzes”, reageert Marlijn Lenselink die met Desiree Sollewijn Gelpke de raad van bestuur vormt.

Beiden vrouwen zijn relatief nieuw bij de Hartekamp Groep, waarvan het kantoor sinds begin deze maand in Velslerbroek is gevestigd. Lenselink werkt bijna twee jaar in de organisatie voor mensen met een verstandelijke beperking en Sollewijn Gelpke precies een half jaar.

Met hun toekomstplan hebben ze drie routes uitgestippeld voor de jaren 2021 tot 2024. Een daarvan is complexe en intensieve zorg nog duidelijker aanbieden. Lenselink: „Als Hartekamp Groep doen we dit al heel lang, maar we willen het versterken. In deze regio zijn we min of meer de enige die deze zorg aanbieden. Als wij het niet doen, gaan cliënten de regio uit.”

Van de achthonderd cliënten die bij de Hartekamp Groep wonen heeft 60 tot 75 procent complexe

en intensieve zorg nodig en dit aandeel neemt steeds verder toe. Sollewijn Gelpke: „We zien de verandering ook aan de wachtlijst. We hebben alleen nog mensen met een ingewikkelde zorgvraag op de wachtlijst staan.”

Lenselink: „Overigens kunnen cliënten die thuis wonen ook een ingewikkelde vraag hebben. Het gaat om mensen met gedragsproblematiek of met een meervoudige beperking die heel veel lichamelijke zorg nodig hebben.” Sollewijn Gelpke voegt toe: „Gedragsproblemen kunnen zich op vele manieren uiten. Mensen kunnen agressief zijn of juist heel apatisch waardoor ze de hele dag slapen.”

Alzheimer

Volgens Lenselink is de complexiteit van de zorg al jarenlang aan het toenemen. „Daarover zijn we ook met het zorgkantoor in gesprek, want er wordt demografisch een groei verwacht. Als de bevolkingsdichtheid toeneemt, komen er ook meer mensen met een beperking. Een uitdaging voor de huisvesting en dagbesteding.” Niet alleen komen er meer mensen bij, ze worden ook ouder. „En mensen met een verstandelijke beperking kunnen ook alzheimer krijgen”, zegt Sollewijn Gelpke.

Bovendien is de samenleving best ingewikkeld geworden waardoor die lang niet voor iedereen evengoed te behappen is. „Mensen met een verstandelijke beperking worden vaak te snel overvraagd. Ga bijvoorbeeld eens een DigiD aanvragen. Dat is al heel moeilijk. Ook bij iemand met een lichte verstandelijke beperking kan het gedrag escaleren door de complexe samenleving. En vroeger gingen kinderen op jongere leeftijd in een instelling wonen. Nu zijn ze ouder, zijn het pubers, en dan is de complexiteit al toegenomen”, legt Lenselink uit.

Uitbreiding

De raad van bestuur verwacht dat er uiteindelijk uitbreiding zal moeten komen. „En we zullen bestaande huisvesting geschikt maken. Harteheem in Heemskerk is nog geen dertig jaar oud, maar het is wel verouderd. De grootste vraag is die naar beschutte plekken”, vertelt Lenselink. „Het gebeurt steeds vaker dat we op individueel niveau aanpassingen moeten doen: een wastafel, een geluidsdichte wand, een zachte wand. We moeten heel veel op maat verbouwen”, aldus Sollewijn Gelpke.

Wat maakt dat de Hartekamp Groep deze keuze voor complexe en intensieve zorg kan maken? „We weten om te gaan met de gedragsproblematiek”, vertelt

Lenselink. Sollewijn Gelpke: „We hebben veel gedragsdeskundigen in dienst en artsen verstandelijk gehandicapten. Dat is een grote groep. Iets wat me meteen opviel toen ik hier kwam werken. Wat ons ook uniek maakt, is de multidisciplinaire aanpak. We kijken niet alleen naar het individu, maar ook naar de groepsdynamiek. Wat gebeurt er als je de dynamiek verstoort met één nieuwe cliënt op de groep? Er gaan weken, soms maanden overheen voordat we iemand plaatsnemen. We kijken niet alleen naar de cliënten, maar overleggen ook met de begeleiders. Soms is het nodig een begeleider eerst verder op te leiden, voordat een nieuwe cliënt ergens komt wonen. De begeleiders bepalen mee of ze dit aankunnen.” Lenselink: „Een jaar geleden zijn we met een opleidingsprogramma complexe zorg begonnen waarbij onder meer mentale en fysieke weerbaarheid aan de orde komt.”

Betrekken

Hoe belangrijk de route van complexe en intensieve zorg ook is, wat bovenaan staat is de familie en vrienden van de cliënt en de samenleving meer bij de Hartekamp Groep betrekken. Lenselink: „We willen er nog nadrukkelijker over nadenken: wat kunnen de professionals en wat kan de omgeving? We komen uit een periode dat professionals alle zorg overnamen. Maar wat kan de familie betekenen voor de cliënt? Er zijn ook cliënten zonder netwerk en dan moet je uitkijken dat die niet alleen andere cliënten om zich heen hebben. Ook zij vinden het leuk eens ergens een kopje koffie te drinken. Kunnen we mensen in de samenleving vinden met wie zij een langdurige relatie kunnen opbouwen? Vrijwilligers hebben een verklaring van goed gedrag nodig en tekenen een contract met ons. Dus de vraag is: hoe kun je contacten kleiner maken en mensen uit de buurt erbij betrekken.”

Onbekendheid

Volgens de beide vrouwen is onbekendheid met de doelgroep van de Hartekamp Groep een belangrijk punt. „Kinderen met een beperking worden al heel snel naar speciaal onderwijs of dagbesteding doorverwezen, dus we komen niet meer zo snel met hen in contact”, weet Lenselink. Sollewijn Gelpke: „Daarom zijn we meerdere projecten gestart, waaronder een project met het Nova College. Cliënten van de Hartekamp Groep gaan gedeeltelijk werken in de facilitaire dienst en volgen daarnaast onderwijs. Ze doen gewoon mee in de



Marlijn Lenselink (zittend) en Desiree Sollewijn Gelpke vormen de raad van bestuur van de Hartekamp Groep.

FOTO UNITED PHOTOS/TOUSSAINT KLUITERS

reguliere klassen van de zorg- en welzijnsopleiding. Zo trekken de scholieren tegelijk op en raken ze bekend met elkaar. Afgelopen september zouden we starten, maar dat was door corona niet mogelijk. Zodra het MBO-onderwijs weer normaal wordt, begint dit project ook. We verwachten dat dit na de zomervakantie zal zijn. Het mooiste is dat onze cliënten certificaten kunnen halen. Mensen worden daar trots en groot van.”

Durf

Binnen de Hartekamp Groep moet er een knop om, bekennen de vrouwen. Lenselink: „Durf je dit. Durf je los te laten. Durf je cliënten de ruimte te geven om te proberen, want het hoeft niet altijd goed te gaan. Het is heel erg zoeken en verkennen. Wat gaat lukken? Maar

„We hebben alleen nog mensen met een ingewikkelde zorgvraag op de wachtlijst staan

dat kun je alleen zien als je het in kleine stappen probeert. Een spanningsveld zal er altijd zijn. Cliënten wonen ook wel in de wijk. Die krijgen dan zoveel prikkels dat ze onrustig worden en overlast veroorzaken. Is dat een gewenste situatie? Hetzelfde geldt voor dagbesteding en werk.”

Zorgtechnologie

De derde route in het toekomstplan is 'het werk moet gedaan worden'. „Er zit een enorm gat tussen de zorgvraag en het arbeidspotentieel. Door de vergrijzing neemt de vraag naar zorg in de samenleving toe, maar er zullen nooit voldoende medewerkers op de arbeidsmarkt beschikbaar zijn om die zorg te verlenen. Dus zullen we de zorg op een andere manier moeten organiseren. Behalve

„We borduren voort op wat we al doen en gaan niet een nieuwe richting in, maar we maken wel heel nadrukkelijke keuzes

dat de samenleving een grotere rol zal moeten spelen, denken we ook aan toepassing van zorgtechnologie. Meer via beeldcontact werken bijvoorbeeld, dat doen we al in de wijk. Of op een digitaal planbord met pictogrammen aangeven wie er werkt en hoe de agenda er voor die dag uitziet, zodat een cliënt zoveel mogelijk zelf kan doen en niet tien keer iets aan een begeleider hoeft te vragen. Een planbord biedt structuur. Op dit moment hebben we een pilot met incontinentiemateriaal. Daarin zit een sensor die aangeeft wanneer een luier verschoond moet worden. Op die manier hoeft je niet preventief te verschonen. Dit zou arbeidsbesparend kunnen zijn”, aldus Lenselink.

Snuffelen

„Dan mogen ze boventalig overal aan snuffelen. Ik heb ze onlangs gesproken en ze zijn allemaal ontzettend enthousiast. Er zitten veel mensen bij die in een winkel werken, maar we hebben ook iemand die uit het gevangeniswezen komt en een acteur. Zij zijn allemaal met volle overtuiging van baan veranderd. Eigenlijk wilden ze al jaren iets anders en heeft corona ze net dat zetje gegeven”, aldus Sollewijn Gelpke.