



“Dankzij de scootmobiel heb ik meer vrijheid op de zorgboerderij en heb ik minder hulp nodig. Ook heb ik meer energie op de zorgboerderij en houd meer energie over. Ik ben erg blij met de scootmobiel”

Door een spier- en zenuwziekte is het voor Peter niet meer mogelijk om te lopen. In het dagelijkse leven maakt hij gebruik van o.a. een trippelstoel, rolstoel en scootmobiel. Peter gebruikte op de zorgboerderij een trippelstoel, maar dit werd voor hem en de begeleiding steeds zwaarder. Daarnaast was er veel zorg nodig.

Om de kwaliteit op de zorgboerderij voor zowel Peter en de begeleiding te verbeteren is er binnen het bestuur besloten om een kleine scootmobiel aan te schaffen. Via Zorgbroeder te Surhuisterveen kreeg Peter de mogelijkheid om een jong gebruikte scootmobiel uit te proberen op de zorgboerderij. Zoals de verwachting al was kan Peter prima uit de voeten met de scootmobiel.

De scootmobiel zorgt er voor dat Peter zich zelfstandig naar verschillende plekken kan rijden. Op de scootmobiel zit een fijne stoel die geheel kan draaien. De scootmobiel biedt Peter vrijheid en dit is ook zichtbaar. Peter lijkt meer energie te hebben, glimlacht meer. Hij lijkt plezier te hebben als hij op de scootmobiel rijdt. Dit betekent dat de hulpvraag verminderd is, en de zelfredzaamheid verhoogd. Namens Stichting Vrienden van Zorgboerderij de Witrik zijn wij erg blij dat we dit voor Peter konden doen.



Stichting **VZW**
Vrienden van Zorgboerderij de Witrik

Dit is de negende nieuwsbrief van Stichting VZW. Stichting VZW is opgericht eind 2017 om de zorgboerderij te ondersteunen in hun zorg voor volwassenen en ouderen met een beperking. Hopelijk wilt u in 2024 ook weer doneren. **NL15 RABO 0323 4968 22 t.n.v. St. VZW.** Wilt u de nieuwsbrief niet meer ontvangen, dan kunt u zich afmelden via stichtingvzw@gmail.com
Veel leesplezier toegewenst!

De kracht van zorglandbouw op Zorgboerderij de Witrik

Wat is voor jou een belangrijke kernwaarde?

Zorg op zorgboerderijen wordt al jaren erg gewaardeerd door de mensen die zorg ontvangen op een zorgboerderij. Wat zij zo goed vinden aan de zorg, zie je aan de kernwaarden hieronder. Dit is de 'Kracht van de Zorglandbouw'.



Ik hoor erbij en ik doe mee



Ik kan kiezen uit nuttig werk



We eten samen gezond



Ik beweeg veel op de boerderij



Er is ruimte en ik kan veel buiten zijn



Het ritme op de boerderij geeft mij houvast



Ik word gezien en gehoord



Het is op de boerderij net als in het gewone leven



Ik krijg de kans om te leren



Wil je hier meer over weten kijk dan op www.zorgboeren.nl/kwaliteitskader of scan de QR-code.

Made mogelijk gemaakt met steun vanuit Zorgke.

Bovenstaande kernwaarden gebruiken we ook in de periodieke evaluatiegesprekken. Maar onlangs hebben we twee keer op een middag in 2 groepen een waardevolle opdracht uitgevoerd. Bezoekers mochten een kernwaarde uitkiezen en hierbij aangeven waar ze aan dachten als ze deze kernwaarden hoorden. Dit hebben we op verschillende kleuren papier opgeschreven. We kunnen concluderen dat alle kernwaarden van toepassing zijn op Zorgboerderij de Witrik

“Thuis moet ik me zelf naar buiten begeleiden, hier is buiten dichtbij”.

“Ik word in mijn waarde gelaten en doe mee aan de klusjes”

“Ik voel dat ik er bij hoor”

“Ik ben heel goed opgevangen toen ik alleen kwam te staan. Ik heb thuis weinig aanloop.”

“‘Ik kan kiezen uit nuttig werk’ Dat hjerd krek bij mij, dan kin in myn kracht kwiet”

“Boerderij is veel anders dan het gewone leven, je maakt geboortes van kalveren en kattten mee. Er wordt gehooïd en gekuïld. Waar ik woon is dat niet.”

“Ik leer over de tuin en de kippen, dat vind ik interessant.”

“Het voelt denk ik wel als een familie”

“Je doet iets wat je anders nooit doet”

“Niemand is gelijk, voor iedereen is er aandacht en er is plek”

“Warm en thuisgevoel”

“De zorgboerderij is meeleven en ‘omtinken’”

“Ik leer nog iedere dag”

“Ik word niet belemmerd door dagelijkse activiteiten, er zijn geen verplichtingen en werkdruk”

“Gewaardeerd en thuis voelen”

“Je weet dat je er naar toe gaat, dat is een mooi vooruitzicht”

“Je telt mee en je doet mee”

“Dat er naar je gevraagd wordt”

“Het gevoel dat je toch nog wat kan”

“Ik kan me zelf hier zijn”

Verhoogde moestuin

Vrijwilliger Marcel heeft in het eerste gedeelte van het jaar een verhoogde moestuin voor de zorgboerderij gemaakt. De oppervlakte van de moestuinbak is ca. 1m². Hij is ontworpen voor de bezoekers van de zorgboerderij. Arnold en Arjen hebben er voor gezorgd dat een deel van de tuin is bestraat voor de moestuinbak. Het doel is en was dat bezoekers die affiniteit hebben met de tuin zelfstandig of samen aan de slag kunnen in de moestuinbak. Ook wordt er met de bezoekers besloten wat er in de moestuin wordt verbouwd. Op deze manier hoeft er niet te worden gebukt en is er geen sprake van valgevaar. We hopen op een goede oogst.



Wist u dat?

-We de afgelopen maanden een aantal gebruikte drempelhulpen hebben ontvangen die we nu gebruiken op het erf en bij het nieuwe cavia- en konijnenverblijven. En daarnaast ook een gebruikte sta-op stoel?

-We op 25 juli 2023 weer een gezellige muziekmiddag hadden op de zorgboerderij? Niet alleen bezoekers van de zorgboerderij waren aanwezig, maar ook een aantal dames uit de omgeving (De Westereen). Van te voren mochten we ook voorkeursliedjes opgeven bij het Zangduo. Door het slechte weer waren we genoodzaakt om de muziekmiddag in de koeienstal te laten plaats vinden. Maar dit maakte de middag niet minder leuk. We kijken terug op een hele gezellig middag.

-Het ook weer gepland staat op woensdag 24 juli in de ochtend en dinsdag 30 juli in de middag?

-Er regelmatig wordt gezongen en muziek wordt gespeeld op de zorgboerderij? Zo speelt Douwe graag op zijn mondharmonica. Douwe speelt al van jongs af aan op zijn mondharmonica en met zijn 77 jaar mag hij nog altijd graag muziek maken. Waarbij de andere bezoekers en begeleiding zingen

- Meint regelmatig samen met Pytsje een presentatie geeft over het ontwikkelingswerk wat hij heeft gedaan in o.a. Afrika en Zuid- Amerika op gebied van zuivelontwikkeling voor Stichting Programma Uitzending Managers (PUM)?

- Haye Holtewes prachtige voederhuisjes en nestkastjes maakt? De afgelopen jaren heeft hij samen met andere bezoekers en vrijwilligers voederhuisjes en nestkastjes gemaakt. Deze biedt hij aan voor de stichting. De nestkastjes kosten E50,- en de voederhuisjes E75,- . Op de zorgboerderij zijn ze te bezichtigen.

-We in het begin van het jaar in samenwerking met OBS It Twaspan en Wijkteam de Friese Wouden (de 4doarpen) meegedaan hebben aan het jong- en oud koor in Twijzelerheide. En dat wij



-Wij op woensdag 10 januari een start hebben gemaakt met het Jong & Oud koor? Het koor bestond uit kinderen van groep 3 tot en met groep 8 van de basisschool. Daarnaast volwassenen en ouderen die de dagbesteding van Zorgboerderij de Witrik Twijzelerheide bezoeken. En daarnaast ouderen uit Twijzelerheide die gebruik maken van de zorg van Thuiszorg de Friese Wouden Twijzel/Twijzelerheide. Het koor was onder leiding van Dineke Oostra Kamminga (dirigente) en Jelle Dotinga (keyboard). Één van de doelen van dit project was verbinding maken tussen kinderen en ouderen. Maar het belangrijkste is natuurlijke plezier maken en genieten.

-Gerda maakt prachtige handgemaakte ansichtkaarten maakt? De ansichtkaarten zijn zowel met als zonder thema. De kaarten zijn verkrijgbaar zowel bij de kraam bij de weg als in de zorgboerderij. Heeft

u specifieke voorkeuren dan kunt u dit ook aangeven. Eén kaart kost 1 euro en zes kaarten kosten 5 euro

-Wij ook lege statiegeld flessen, Poeisz zegelkaarten of zegels, DE en Pickwick spaarpunten en lege inktpatronen inzamelen. De opbrengsten zijn voor stichting VZW.

De zorgboerderij is een **leerplek voor zowel jong en oud**. Begin 2024 waren er op de woensdagmiddagen drie studenten van de opleiding Diervverzorging van MBO Aeres Leeuwarden die stage liepen op de dagbesteding. Zij zaten in het laatste jaar van de MBO 4 Diervverzorging opleiding en hebben voor de keuzemodule Zorg gekozen. Voor zowel de studenten als de bezoekers en begeleiders een interessante en leerzame tijd. Ook hier blijkt weer dat communicatie een belangrijk onderdeel is van dagbesteding. In één van de woensdagmiddagen had één van de studenten haar hond mee genomen. En mochten de bezoekers activiteiten met haar doen. De studenten leerden ook hoe ze bepaalde bezoekers het beste konden ondersteunen om de activiteit goed uit te voeren. Ook was er een middag waar de studenten bewegingsoefeningen met de bezoekers hebben gedaan. Ook werd er geleerd hoe ze hierin de bezoekers het beste kunnen ondersteunen en hoe er gewerkt wordt met de hulpmiddelen



Begin juni hebben we een **workshop 'Valpreventie'** gehad op de zorgboerderij. Deze werd aangeboden door gemeente Achtkarspelen en Tytsjerkstradiel Kearn Welzijn Tytsjerksteradiel. Sjoerdje Kootstra, o.a. beweegcoach voor gemeente Tytsjerksteradiel deed samen met de begeleiding en bezoekers van Zorgboerderij de Witrik door middel van een grote dobbelsteen leuke opdrachten rondom 'valpreventie'.

Het is het van groot belang om valgevaar te voorkomen. Ook zijn we op de Zorgboerderij hier dagelijks mee bezig. Tijdens het dobbelspel werden er leuke bewegingsoefeningen gedaan. Maar ook vragen gesteld over hoe je vallen kunt voorkomen. Zo is het belangrijk om actief te blijven en gezond te eten. Maar ook om regelmatig de ogen en het gehoor 🦻 te laten controleren. Passende schoenen en het veilig maken van het huis is ook een voorwaarde. Ook wordt geadviseerd om elk jaar de medicijnen(lijst) te laten controleren. Kleine aanpassingen kunnen soms veel leed voorkomen.

Mooi droog aanmaakhout voor de houtkachel te koop!

De afgelopen 3 jaar zijn bezoekers van de zorgboerderij bezig met het maken van aanmaakhout. Van o.a. resthout/pallethout wordt aanmaakhout gemaakt. Eén van de vrijwilligers zaagt ze eerst in stukken. En bezoekers van de zorgboerderij zorgen ervoor dat dat het in kleinere stukken wordt gemaakt. Een zinvolle klus die men zittend kan doen in de stal gezellig tussen de koeien. Het aanmaakhout wordt bewaard in netten.

- 👉 Een zak aanmaakhout van 6 kg kost 5 euro.

Daarnaast zijn er ook regelmatig kleinere blokken hout (afkomstig van pallethout) die wordt verkocht als haardhout

- 👉 Een zak 'haard' hout van 6 kg kost 5 euro.

De opbrengsten worden gebruikt voor het op de weg houden van de aangepaste auto. Maar ook voor hulpmiddelen zoals de scootmobiel.



Alzheimer Café in Surhuisterveen en Dokkum

Het Alzheimer Café Achtkarspelen is een trefpunt voor mensen met dementie, hun naasten, zorgverleners en andere belangstellenden.

Met uitzondering van de zomermaanden is er vrijwel één dinsdagavond in de maand een Alzheimer café in de Dikke Draai in Surhuisterveen. Pytsje probeert iedere keer hier een bezoek aan te brengen. Er zijn verschillende thema avonden

Ook kent regio Noardeast Fryslan een Alzheimer Cafe. Elke vierde dinsdag van de maand, behalve in juli, augustus en december is er een Alzheimer Café in de Waadwente te Dokkum.

Voor Surhuisterveen is Marianne Spoelstra contactpersoon telefoonnummer: 06-10917496 en voor Dokkum is Loes Brouwer contactpersoon l.brouwer@alzheimervrijwilligers.nl , telefoonnummer: 06-31187425)

Pytsje heeft zowel in 2023 als in 2024 een presentatie van de dagbesteding op Zorgboerderij de Witrik mogen geven bij het Alzheimer Cafe in Surhuisterveen en Dokkum



Met de sponsoring wordt o.a. de aangepaste auto voor het vervoer op de weg gehouden. Maar kunnen we ook hulpmiddelen aanschaffen zoals de scootmobiel, houten muziekinstrumenten, tweedehands rollators. Maar ook materialen voor de activiteiten zoals de aangepaste houtklover en een puzzelmap voor de puzzels.

Bedrijven en organisaties kunnen de stichting o.a. sponseren door middel van reclame op de auto en nieuwsbrief. Maar het is als particulier ook mogelijk om een donatie te doen voor de stichting.

Gevraagd:
Vervoersvrijwilligers
voor het ophalen en
brengen van
bezoekers.



De stichting wordt o.a. ondersteund door de volgende organisaties:

	 Jan Binneswei 11 9294 KJ OUDWOUDE 0511 - 453455 06 - 11218159 Ongediertbeheersing - Bedrijfshygiëne - Glas- en gevelreiniging	
	 Onder de Binten Uw woongenot onze passie	
	 IJzervlechterij Twijzelerheide BV www.taekemastaal.nl	
	 Nynke's Meubelmakerij	