

Ter Heide

nieuws

Een extra
inspanning voor
onze bewoners

Jobstudenten
versterken Ter Heide
tijdens de
zomermaanden

Ter Heide nieuws nr. 3, september 2020
verschijnt 4 maal per jaar



Samen timmeren aan de weg

Net als vele ouders en familieleden van onze bewoners keken we in Ter Heide allemaal uit naar de versoepelingen van de coronamaatregelen. We stelden voor de zomer een stap-voor-stap aanpak op om geleidelijk aan toe te werken naar het nieuwe normaal. Iedereen was ervan overtuigd dat we in de zomermaanden deze overgang konden maken. Helaas ging dat in de praktijk anders dan verwacht.



Uitstel is geen afstel

Het was toch even slikken toen in juli de maatschappelijke cijfers de verkeerde kant op begonnen te gaan. Uit voorzorg moesten we weer een moeilijke beslissing maken en de vooropgestelde versoepelingen uitstellen. Gelukkig betekent uitstel geen afstel. Begin september konden we eindelijk de geplande versoepelingen uitrollen. Tot opluchting van heel wat ouders, medewerkers én bewoners.

Initiatieven

Ondanks deze tegenslag heeft iedereen er het beste van gemaakt. Ouders koesterden des te meer de momenten die ze met hun kind konden doorbrengen tijdens de bezoekenweekends. Medewerkers zorgden voor originele activiteiten, verfrissende waterspelen tijdens de warme dagen en leuke alternatieven voor de kampen en andere zomeractiviteiten die dit jaar niet door konden gaan. Aan initiatieven was er geen gebrek. Toch besef ik maar al te goed dat het voor niemand een gemakkelijke zomer is geweest. Ik ben dan ook trots op alle extra inspanningen van medewerkers, het begrip van de ouders en de draagkracht van onze bewoners.

Risico's beperken

Momenteel kijken we vooral uit naar het najaar. De tweede coronagolf heeft me meer dan ooit doen beseffen dat teruggaan naar de situatie van vroeger niet zo evident is. Ik wil daarom hier een oproep doen aan iedereen om de inspanningen van de afgelopen maanden te blijven volhouden. Iedereen heeft ongelooflijk hard zijn best gedaan om zich aan alle maatregelen te houden. Voor onze bewoners kunnen we dan ook geen risico's nemen. Als we me z'n allen blijven timmeren aan de weg die we nu belopen, kunnen we hopelijk een goed evenwicht

vinden tussen de coronamaatregelen en de warme contacten waar we voor staan.

Zelf proberen we in Ter Heide de situatie ook zoveel mogelijk onder controle te houden door risico's te beperken. Daarom beslissen we om tot en met augustus 2021 geen grote evenementen meer te organiseren en de geplande evenementen af te zeggen of uit te stellen. De Combatour ging dit jaar daarom niet door zoals gewoonlijk (wel in lightversie), net zoals de opendeurdag etc.

Woon- en leefkosten

De afgelopen maanden hebben we niet enkel gefocust op het coronagebeuren. Ook aan het traject woon- en leefkosten werd hard gesleuteld met de werkgroep en de Gebruikersraad. Het was een hobbelig parcours dat veel energie kostte voor alle deelnemers, maar uiteindelijk slaagden we erin om te landen met een betaalbare prijs. Dit najaar zetten we verder de puntjes op de 'i' en werken we aan de praktische vertaalslag naar de individuele dienstverleningsovereenkomsten en de communicatie naar alle ouders en medewerkers. Samen met onze Gebruikersraad worden hierover ook verdere afspraken gemaakt.

Samen vooruit

Alle volgende stappen nemen we steeds met de veiligheid van bewoners en personeel voorop en met respect voor de geldende coronamaatregelen. Ik ben ervan overtuigd dat we er op het einde van de rit samen sterker zullen uitkomen. Laten we er daarom, ondanks alles, een mooi najaar van maken.

Paul Geypen,
Algemeen directeur



Campus Tongeren gaat de uitdaging aan tijdens de Henisberg-Coronabattle

In campus Tongeren organiseerden we de hele zomervakantie lang een 'Henisberg-Coronabattle'. Naar inspiratie van de andere campussen, kregen onze leefgroepen elke 2 weken een nieuwe opdracht in hun postvakje. Het resultaat: veel mooie foto's en nog meer plezier.

De challenges

Voor de eerste challenge daagden we de leefgroepen uit om een wapenschild te maken in het thema van hun leefgroep. Bloemen, hartjes, een klavertje 4 ... alle leefgroepen maakten er een origineel kunstwerk van. De tweede challenge stond helemaal in het teken van de foute 2 weken. De opdracht was een TikTok-video maken en een genderswitch op poten zetten. Plezier gegarandeerd! Voor de derde challenge hebben onze bewoners en de collega's al hun baktalenten uit de kast gehaald. De resultaten waren bijna te mooi om op te eten, maar ze hebben toch goed gesmaakt!

Samen het virus buiten houden

Voor de vierde challenge versierden alle leefgroepen een deur of poort die dui-

delijk zichtbaar moest zijn. Henis 3 en 4 gingen voor een ballonnenboog vol sfeerlichtjes. Henis 5 creëerde een poort om de superhelden van hun bubbel te beschermen tegen het virus. Daarvoor versierden ze de poort met handen die het virus tegenhouden en een groot STOP-bord. Ook de medewerkers van de technische dienst, verpleging en het onderhoud kregen een plekje op de poort, want samen proberen we dit virus buiten te houden.

Opdracht 5 was een fotozoektocht van kinderfoto's van het MDT, de co-sturing, verpleging ... verspreid over het terrein. De leefgroepen moesten raden wie op welke foto stond.



Verwennerij en positiviteit

Binnen de leefgroepen zelf werden er ook snoezeldagen georganiseerd. Met massages, bodywraps, snoezelbadjes, hot stone massages ... verwendeten we de bewoners eens extra. Via challenges en leuke activiteiten, probeerden we dan ook een positieve sfeer te creëren in Ter Heide, ondanks het coronavirus en de beperkingen die het met zich meebrengt! Heel het MDT en de co-sturing heeft hieraan zijn steentje bijgedragen.



Lotte Vranken,
ergotherapeut woonbuurt Henisberg





Corona vanuit het perspectief van een bewoner

De coronapandemie brengt heel wat teweeg. Medewerkers passen zich steeds aan aan nieuwe richtlijnen, ouders en familieleden van bewoners moeten met heel wat extra dingen rekening houden, maar hoe zit het met de bewoners? Ook voor hen is het een vreemde periode, maar Jean-Marie vond alvast een leuke hobby om de tijd door te komen. Eind juni beleefde hij de coronaperiode zo:

Al meer dan 3 maanden zit ik binnen
Aan huis gekluisterd ... geen busjes, geen uitstapjes
Niet regelmatig naar huis gaan
Wandelen en fietsen doe ik nog steeds met veel plezier
Maar ik vond ook een andere leuke bezigheid: kleuren!
Mijn kleurtjes zijn bijna 'leeg'
Dat zal wel, ik kleurde al 166 tekeningen!
Van bloemen tot auto's
Van het boerderijleven tot landschappen
Ze worden wekelijks geteld en
Ik ben telkens zo fier als een gieter
Zo erg is die "Loma" toch ook niet

Jean-Marie,
bewoner Eik 1



De wens van...

De bewoners van woonbuurt Brikhof delen hier graag hun wensen met jou. Ben jij of ken jij iemand die deze in vervulling kan laten gaan? Neem dan zeker contact op met de leefgroep! In december is het de beurt aan campus Tongeren. Ken jij een bewoner van woonbuurt Henisberg met een kleine of grote wens? Stuur deze dan zeker door naar de leden van de redactieraad. Samen proberen we hun wens(en) in vervulling te doen gaan!



Clown gezocht

Eens zot doen is altijd plezant. De bewoners van Brik 4 zouden het heel fijn vinden als er een clown zou langskomen in de leefgroep om hen een leuke show te bezorgen. Ben jij of ken jij de ideale persoon hiervoor? Neem dan contact op met de leefgroep. Dat kan telefonisch op 012 26 08 54.

Vrijwilliger voor Krista

In Brik 2 zouden we graag een vrijwilliger vinden die op regelmatige basis een activiteit komt doen met bewoner Krista. Je kan haar plezieren met extra aandacht. We gunnen Krista een vrijwilliger die binnenkomt en waarvan ze denkt: die komt voor mij! Krista ziet graag kinderen en dieren en houdt ervan om versjes die ze kent aan te vullen met het laatste woord van de zin (bv. "appelsien, laat je ... zien"). Gewoon op stap gaan met haar vindt ze zalig en dat zal ze je laten weten met de nodige geluidjes. Ben jij de droomvrijwilliger van Krista? Bel dan zeker naar 012 26 08 52.



Lekker eten

Zowel in Brik 3 als in Brik 5 zijn de bewoners allemaal fan van lekker eten. Om een keer af te wisselen, zien zij het wel zitten dat er eens iemand in de leefgroep(en) komt koken voor de bewoners. Ben jij de chef die onze bewoners zoeken? Geef de leefgroep dan een seintje op 012 26 08 53 (Brik 3) of 012 26 08 55 (Brik 5).

“Rita social” begint aan haar nieuwe leven

Rita heeft een heel parcours afgelegd in Ter Heide. Ze kwam van de Sociale School in Heverlee en startte in de toenmalige speldienst op 1 september 1980. Na haar passage in de speldienst maakte ze de overstap naar buurtverantwoordelijke. Daar was ze een graag geziene collega. Rita was een echte sociale vrouw en maakte zich nooit boos.

Patatten in een mooie kom

Enige tijd later kon ze Flip aan de haak slaan. Het pasgetrouwde koppel trok zich terug in een appartementje in Tuilt. Tijdens die eerste weken zette Rita als voorbeeldige echtgenote de patatten nog op tafel in een mooie, hiervoor geschikte kom.

Het gezin breidde uit en eerst werd Tom geboren en daarna Bram. Een reden voor Rita om Ter Heide even op non-actief te zetten en zich maximaal te concentreren op haar gezin. Voltijds hervatten was voor haar geen optie en vermits men toen als leidinggevende niet deeltijds kon werken, ging Rita halftijds als opvoedster werken in Spar 2, het huidige Spar 3. Zij deed dat zonder zagen of klagen en met veel enthousiasme.

Geboren maatschappelijk werker

Na verschillende jaren in de zorg deed er zich een opportuniteit voor om te gaan werken in de sociale dienst. Rita heeft getwijfeld om deze stap te zetten, maar uiteindelijk heeft ze bewezen dat ze hiervoor echt in de wieg gelegd was. Ouders en familieleden zagen haar als belangrijke partner en niets was haar te veel om hen te ondersteunen, poorten te openen en hen te begeleiden in de wirwar van een voortdurend veranderende wetgeving.

Dit deed ze steeds met een enorm inlevingsvermogen, grote dossierkennis en een onvermoeibare overtuiging dat alles wat we deden in functie moest staan van de bewoner en zijn ouders of familie. Bovendien was ze een loyale medewerker van het huis Ter Heide. Ze was altijd present en maakte van elke gelegenheid gebruik om met de ouders en familieleden in dialoog te gaan.

Georganiseerde chaos

Haar enige minpuntjes? Rita, hoewel ze met een vast rooster diende te werken, was de persoon met de meest flexibele dienstlijst die er bestond. Haar bureel was ook vaak een wirwar van papieren tot op de dag dat haar werkplek moest dienen om de coronatesten uit te voeren. Plotsklaps was alles leeg. Sinds haar pensioen staat echter alles terug vol ...

Een nieuw leven

Ondertussen schoolde ze zich bij als chef-kok en kan het gezin dagelijks genieten van haar culinaire hoogstandjes. Rita is helemaal klaar voor een nieuw leven. Vanaf 1 juli staan Flip zijn sloffen iedere avond klaar, zit er weer een fazant of eend in de oven en staat er terug een mooie kom met aardappelen op tafel ...

Walter Mertens,
leefgroepencoördinator woonbuurt Woonerf





OMHEINDE SPEELWEIDE

Campus Tongeren

WIE ZIJN WIJ?

Ter Heide biedt professionele ondersteuning aan 430 personen met een meervoudige beperking. 650 medewerkers geven hiervoor elke dag het beste van zichzelf. Dit verspreid over 4 campussen in Limburg: Genk, Zonhoven, Borgloon, Tongeren. Ter Heide is bovendien een warm thuis voor zijn bijzondere bewoners. We willen in Ter Heide veel mensen ontmoeten en samen met hen aan de weg timmeren voor een goed en kwaliteitsvol leven voor onze bewoners.

Tel.: 089 32 39 32
E-mail: info@terheide.be
Adres: Klotstraat 125, 3600 Genk

CONTACT

Patrick Surinx

Tel.: 012 39 83 92
E-mail: patrick.surinx@terheide.be



HELP JIJ ONS PROJECT VERWEZENLIJKEN?

WAT?

In campus Tongeren kunnen bewoners genieten van een gezellige belevingstuin: de 'Tuin van Smaken en Geuren'. Aan deze tuin grenst een kleine speelweide die nog verdere inkleding vraagt.

De speelweide is bedoeld voor bewoners die graag rondlopen, maar ook begrenzing nodig hebben in functie van hun veiligheid. Ook hen willen we een aangepast 'spelaanbod' bieden in de vorm van klein buitenspeelgoed (bv. muziekelementen, draaispulletjes, een ballenbaan, spiegels ...) en een bank om even te gaan zitten als ze hier nood aan hebben.



BUDGET & PLANNING

Gewenste uitvoering: 2020

Totaalprijs: € 500, incl. BTW (materialen worden in eigen regie geplaatst)

Wil je dit project steunen met een kleine bijdrage? Dat kan ook! Voor stortingen vanaf € 40 ontvang je een fiscaal attest. Storten kan op onze fiscale rekening (BE90 0910 1151 4232) met vermelding "naam project, voornaam + naam".



Welkom thuis, Christa!

Het was zondag 22 maart. Christa had ochtenddienst in Spar 3. Haar eerste woorden waren: "Ik voel me niet zo goed." Ze had een mondkapje aan en met al haar moed, zoals we haar kennen, heeft ze haar werk tot het einde van haar dienst volbracht. Om 12.30 uur gingen we samen naar de parking en zei ze nog: 'Ik heb een weekje verlof, dus een beetje uitzieken thuis en dan is het weer voorbij.' Maar dat weekje werd weken, zelfs maanden. Christa werd namelijk opgenomen in het ziekenhuis met COVID-19.

Blijven vechten

Het was geen zomergriepje, zoals ze eerst dacht. Het was veel erger. Haar toestand verslechterde en ze werd in coma gebracht. Met ons allen hebben we voor haar geduid en gebeden. In die periode werden er veel anekdotes verteld. We hoopten natuurlijk dat alles goed zou komen. Haar dochter Hanne hield ons op de hoogte. Stilaan kwam er toch vooruitgang en kregen we het verlossende nieuws dat ze terug wakker was! Met de nodige moed en kracht is ze steeds blijven vechten om erbovenop te geraken.



133 dagen weg van huis

Na maanden op de COVID-afdeling is ze naar Herk-de-Stad verhuisd om te revalideren. Dit heeft heel veel energie van haar gevraagd, maar ze deed het supergoed met de nodige begeleiding. Ze stuurde ons foto's en filmpjes door van de prestaties die ze had verricht. Gewoon schitterend! Ook voor ons

heel pakkend en emotioneel. Uiteindelijk, na 133 dagen van huis weg te zijn, mocht ze terug naar huis. Dit konden we niet onopgemerkt voorbij laten gaan. We hebben haar thuis op straat met de nodige toeters, bellen en zakdoeken welkom geheten. Samen met enkele bewoners en collega's.

Trots

Christa, we zijn supertrots op de weg die je hebt afgelegd. Nu nog goed revalideren thuis. We kijken er allemaal naar uit om je weer te zien in Spar 3. Het ga je goed!

Je collega's en bewoners van Spar 3

Brik 5 playbackt voor Micromix on the road

Dat de mannen van Brik 5 echte showbeesten zijn, wisten we al langer. Ze zijn dan ook elk jaar van de partij op Micromix. Helaas kon dit muziekevenement dit jaar niet doorgaan, vanwege de coronaproblematiek. Maar Brik 5 liet dat de pret niet bederven.



De organisatie achter Micromix bedacht namelijk een digitale versie. Alle deelnemers konden hiervoor ook een online inzending doen voor het playback- en freepodium. De 3 beste filmpjes/voorzieningen krijgen in oktober bezoek van het volledig coronaveilige 'Micromix On The Road'. Natuurlijk waagden ook de mannen van Brik 5 hun kans! Het resultaat? Een filmpje met de titel 'Beestjes', compleet met knipoog naar corona. Je kan hun inzending bewonderen op de Facebook-pagina van Ter Heide.

Palliatieve zorg in Ter Heide: “Het was voor onze familie een serene beleving”

Hallo, ik ben Annie, de oudste zus van Joske Put, bewoner van Brik 4 (Borgloon). Op 26 januari 2020 kreeg ik onverwacht telefoon vanuit de leefgroep. Lydia vertelde me dat Joske met de ambulance was vervoerd naar het ziekenhuis ... een beroerte of iets anders? Het bleek om een hersenbloeding te gaan.

Terug naar Ter Heide

De spoedarts gaf ons de nodige uitleg en ja, de hersenscan was heel duidelijk. Dit was onomkeerbaar! Ze zei: “Nu mijnheer nog helder is, kan de familie afscheid nemen” en daarna wordt gestart met pijnbestrijding, tot het einde. Ik was toch wel overonderd door de snelheid waarmee dit alles moest gebeuren.

Joske kreeg een eigen kamer en daar zaten we rond zijn bed, te wachten op wat komen zou. Ik voelde me niet goed bij dit alles. Ik moest denken aan januari 2017: dezelfde omstan-

de goede en persoonlijke zorgen die hij kreeg van het team. Daarom vroeg ik nu ook of hij terug naar Ter Heide mocht om daar afscheid van hem te nemen. De dokter ging akkoord. Wat een opluchting!

Lieve glimlach

Aangekomen in Brik 4 werd Joskes kamer meteen heringericht om hem optimaal te kunnen verzorgen. Gedempt licht zorgde voor een huiselijke sfeer. Hij werd omringd door zijn knuffels en zijn onafscheidelijke vliegennepers. Ik kreeg van Joske

nog een laatste lieve glimlach, alsof hij voelde dat hij terug thuis was.

Dokter Inge en verpleegkundige Inez hielden ons op de hoogte van wat er precies zou gebeuren. De dokter zou driemaal per dag langskomen om zijn toestand te evalueren. Wij hadden maar 1 wens: Joske mocht geen pijn hebben. De familie sprak een beurtrol af om te waken. Wij werden voorzien van eten en drinken en kregen extra relaxzetels om 's nachts te waken.

Herinneringen ophalen

De nachtploeg was erg aanwezig voor Joske en kwam regelmatig kijken hoe het met hem gesteld was. Overdag kwamen vele medewerkers en andere bewoners afscheid nemen

van hem. Sommigen bleven wat praten met ons en herinneringen ophalen. Dat raakte ons zeer als familie. Joske was erg geliefd op de campus.

Sereen heengaan

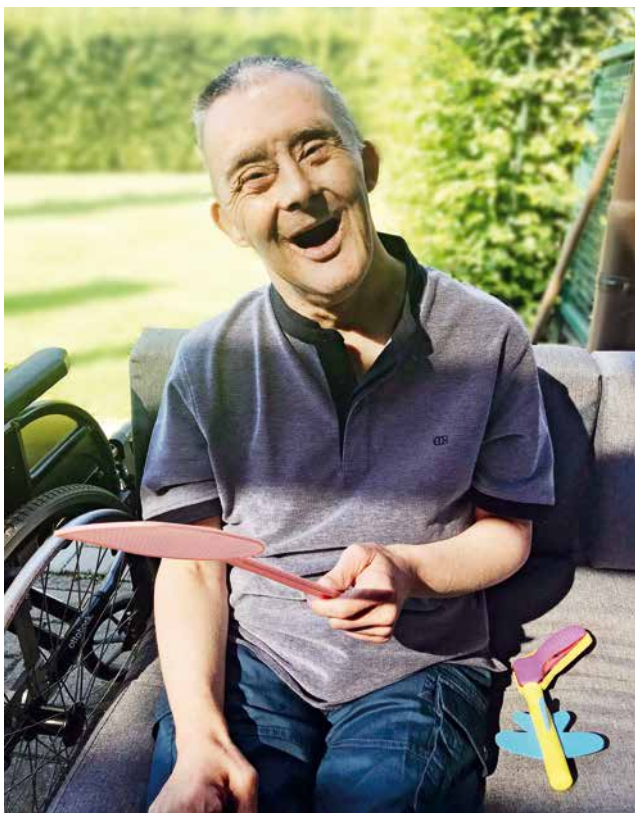
Op woensdag werd duidelijk dat Joske snel achteruitging. De ziekenzalving gebeurde samen met alle bewoners en medewerkers van Brik 4. Zoveel volk in dat kleine kamertje, maar ook zoveel emoties.

Die nacht ben ik niet meer naar huis gegaan. Ik heb zijn hand mogen vasthouden tot de laatste warmte eruit was verdwenen. Heel vredig en sereen is hij heengegaan. Dokter Inge en Inez kwamen onmiddellijk voor de nodige formaliteiten. Enkele medewerkers kwamen die nacht vrijwillig naar de woning om het nodige te doen voor de verzorging van Joske. Mijn zus vroeg om hiermee te helpen; dat was geen probleem. De familie werd opgevangen in de living door de nachtploeg met koffie en een goed gesprek.

Mijn beleving

Hoofdpvoeder David gaf mij te kennen dat ouders, broers en zussen van de bewoners vaak te kennen geven dat zij wat angstig aankijken tegen de palliatieve verzorging die Ter Heide aanbiedt. En of ik daar geen stukje over wilde maken, vandaar dit schrijfsel. En neen, niemand hoeft angstig te zijn. Het was voor onze familie een serene beleving! Met veel dank aan al degenen die dit mogelijk hebben gemaakt.

Annie,
zus van bewoner Jos (+)



digheden, Joske in kritieke toestand in het ziekenhuis. We hebben hem toen terug naar Brik 4 meegenomen, waar hij kon herstellen in zijn eigen omgeving. Ik was toen heel blij met



Verhoog je veerkracht via hartcoherentie

We worden tegenwoordig bijna allemaal meegezogen in de malle molen van het leven. We 'moeten en willen' presteren op het werk, 'moeten en willen' een goede partner zijn, 'moeten en willen' een goeie vader of moeder zijn (soms zelfs beiden tegelijk), we 'moeten en willen' een leuke hobby uitoefenen, 'moeten en willen' onze vrienden regelmatig zien. We moeten en willen, moeten en willen ... Ons lichaam geeft signalen om te zeggen dat het moe is, maar we draven maar door, jaren aan één stuk en dan opeens gaat het licht bijna letterlijk uit. Ons lichaam zegt: "Stop, ik kan niet meer..."

Innerlijke rust

Op dit moment is het 5 over 12 en heb je te veel van jezelf gevraagd. Als je nu naar een arts gaat, zal die wellicht zeggen dat je overspannen bent of erger nog, een burn-out hebt. Je hebt te lang, te veel van jezelf gevraagd en dat eist zijn tol. Kan het ook anders? Zeker weten! Er zijn technieken waardoor je meer innerlijke rust vindt in het dagelijkse leven. Wellicht hoorde je al van yoga, mindfulness en meditatie. Hoorde je ook al van hartcoherentie?

Balans

Hartcoherentie is een techniek waarbij je door een bepaalde focusademhaling aan te houden je hart en brein in evenwicht brengt. Met andere woorden:

door op een specifieke manier te ademen, komt je zenuwstelsel in balans, komen hormonen vrij die je een goed gevoel geven en stuurt je hart signalen naar je hersenen waardoor je brein in balans geraakt.

Hartcoherentie is een wetenschappelijk gefundeerd en efficiënt middel tegen stress dat niet veel tijd kost. Het vraagt wel discipline om dagelijks je oefeningen te doen. 3 x 6 minuten per dag voldoen om veerkracht op te bouwen om de stress van alledag de baas te kunnen.

Het wonder van hartcoherentie

Hartcoherentie is een methode die preventief en curatief kan ingezet worden in het kader van stress, burn-out,

hyperventilatie en angst. De trainingstijd is kort, makkelijk toepasbaar en efficiënt. Je bouwt een vaardigheid op in het creëren van balans in je brein dankzij je hart. Het is die vaardigheid die je uiteindelijk veerkracht zal geven om beter met stress om te kunnen. Je kijkt op een situatie verandert omdat je meer vanuit balans je context beleeft dan vanuit een overprikkeld emotioneel brein. Dat is het wonder van hartcoherentie.

Wil jij graag meer weten over hartcoherentie? Mail dan naar Patsy Haex, leefgroepenorganisator woonbuurt Heuvel: patsy.haex@terheide.be.

Patsy Haex,
leefgroepenorganisator woonbuurt Heuvel



Een extra inspanning voor onze bewoners

Ter Heide heeft zich de afgelopen maanden continu aangepast om het hoofd te bieden aan de coronacrisis. Daar kwam heel wat bij kijken, ook voor ons als keukenmedewerkers. Tijdens deze pandemie is écht wel gebleken dat we hier allemaal werken met 1 doel voor ogen: onze bewoners een warme tweede thuis aanbieden. Smakelijk en gezond eten is daar een belangrijk onderdeel van, waar we graag onze schouders onder zetten.

Een andere realiteit

Ter Heide heeft 3 grootkeukens: in Genk, Tongeren en Borgloon. In totaal bereiden we hier voeding voor maar liefst 430 personen. Een hele klus, maar in de weekends zijn er vaak 20-30 % minder monden om te voeden, omdat heel wat bewoners dan naar huis gaan. Midden maart veranderde die realiteit plots. Ter Heide ging in lockdown om het oprukkende virus buiten te houden. Het overgrote merendeel van onze bewoners verbleef plots 24/7 in Ter Heide. Voor de keuken betekende dat wel wat.

Veiligheid voorop

Als keukenteam bleven we niet bij de pakken zitten en pasten ons op sneltempo aan. Besmettingsgevaar? Dat boden we het hoofd door absoluut élk oppervlak te ontsmetten dat aangeraakt werd: deurklinken, weegschalen, werkbladen, kranen ... Je kan het zo gek niet bedenken of het werd ontsmet. Op het eind van de dag bleef steeds 1 persoon langer aan het werk om alle oppervlakken grondig te reinigen. Een klusje dat toch snel 45-60 minuten duurde. Ook over handen wassen werd niet geklaagd.

De droge huid namen we erbij voor de veiligheid van de bewoners.

Extra handen

Omdat er meer bewoners in de organisatie verbleven, waren er sowieso meer maaltijden om te maken. Hiervoor herwerkten we om te beginnen de gekende bestellijsten voor de leefgroepen. Veel extra handen hebben we in de weekends (normaal onze rustige periode) gelukkig niet moeten inzetten. Sommige collega's kregen extra uren om bijkomende taken op te vangen, waardoor taken die in het weekend niet af raakten door de week opgevangen konden worden. En of je nu 30 of 40 liter soep bereidt, dat maakt weinig verschil. Tijdens de zomermaanden konden we gelukkig ook rekenen op de hulp van enkele jobstudenten.

Aangepaste winkelfunctie

Terwijl heel België massaal wc-papier stockeerde en winkelwaren hamsterde, pasten we in Ter Heide de winkelfunctie van de grootkeukens aan. De leefgroepen gingen vroeger regelmatig naar de winkel om wat extra lekkers voor de bewoners te kopen of om ingrediënten te verzamelen om bv. een lekkere taart te maken tijdens een kookactiviteit.





Uit veiligheidsoverwegingen zorgde het keukenteam ervoor dat leefgroepen niet meer fysiek naar de winkel moesten voor die dingen, maar dat ze deze via de winkelfunctie van ons intern bestelsysteem konden aankopen. Hierbij werd echt op maat gewerkt. We vroegen 5 werkdagen de tijd voor de bestelling en levering en verdeelden zorgvuldig alle etenswaren met handschoenen aan. Dit betekende organisatorisch heel wat, maar eigenlijk lukte ons dit vrij goed.

Extra (aangepaste) activiteiten

Onze bewoners konden door de lockdown een hele tijd niet naar huis. Dus deden de leefgroepen extra hun best om hen te verwennen met leuke activiteiten. De extra kookactiviteiten waren dit jaar echt niet meer te tellen: brunchen met lekkere hapjes, zelfgemaakte pizza's of quiches, uitgebreide barbecuepakketten ... De keuken zorgde hiervoor steeds voor alle ingrediënten.

In campus Borgloon en Tongeren organiseren wij normaal gezien elke maand een themadag met aangepaste voeding, waar de hele campus aan kan deelnemen. Normaal verzamelen we daarvoor allemaal in de grote sportzaal en maken we er een leuke boel van. Door de coronacrisis kon dit een hele tijd niet zoals we gewoon zijn, dus zochten we naar een alternatief. We lieten de themadagen wel doorgaan en kozen ervoor om afhaalmaaltijden per bubbel te voorzien op deze speciale dag. Iedereen kon zo in zijn eigen bubbel genie-

ten van bv. frietendag, mocktailweek ... Ook werden er heel wat challenges georganiseerd in onze verschillende campussen. De leefgroepen daagden elkaar hiermee uit om bepaalde opdrachten te voltooien. Soms werd er een kookactiviteit georganiseerd, bv. de lekkerste taart bakken, de mooiste mocktail presenteren. Het keukenpersoneel zorgde voor de ingrediënten en mocht af en toe in de jury zetelen en proeven van die lekkernijen. Bewoners die in de coronamaanden verjaarden, vergaten we natuurlijk ook niet. Normaal gezien trakteren de ouders of familieleden dan op een feestelijke maaltijd, maar dat kon nu niet meer. Daarom maakten we in de keuken al eens een taart, een speciale lasagne of vidé met frietjes wanneer dat eigenlijk niet op het menu stond..

Een extraatje voor het personeel

Voor heel wat collega's kwamen er extra taken bij in deze coronaperiode. Daarom hadden wij als keukenteam de taak om voor iedere medewerker bijna wekelijks een klein bedankje te voorzien. Dat ging van een flesje frisdrank tot fruitsla, muffins, ijsjes ... Niet altijd eenvoudig om te organiseren, want bij de verdeling hiervan kwam toch heel wat kijken. Gelukkig is er voor alles een oplossing.

Er staan als team

Je voelt wel aan elkaar dat het soms niet altijd lukte om alle taken 100 % te volbrengen. Maar dan moet je er als team

staan en er voor elkaar zijn. Sinds juni zijn er weer een aantal extra taken weggeval- len: leefgroepen kunnen terug zelf naar de winkel en bewoners kunnen weer naar huis zoals ze gewoon zijn. Dat brengt terug een beetje rust in de keuken. Ondanks deze toch wel zware en onzekere periode hebben we wel het gevoel



dat we er allemaal samen iets moois van hebben gemaakt. De band tussen de verschillende diensten werd op een vreemde manier versterkt in de positieve zin. Iedereen was opmerkelijk bereid om ergens zijn schouders onder te zetten en om het voor onze bewoners zo aangenaam mogelijk te maken. En daar doen we het uiteindelijk voor.

Het keukenteam



Een totaaloplossing op maat van Ter Heide

Ook in coronatijden wordt er achter de schermen hard gewerkt aan projecten. Een projectgroep is intussen al een tijdje bezig om een digitaal platform te ontwikkelen dat de leefgroepen ondersteunt in hun dagelijkse werking. Hiervoor werken we in verschillende fases. In eerste instantie worden het dagboek, de agenda en de taken aangepakt. In volgende fases wordt de zorgcyclus volledig geïntegreerd in het systeem: begeleidingsfiches, observatiefiches, dossier, handelingsplan, leefgroepteams ...

Doelstelling

Als er iets is dat we uit de coronacrisis geleerd hebben, dan is het wel dat digitaliseren een must is. In Ter Heide werken we nog veel (te veel) op papier: allerhande fiches, een dagboek, dossiers, bestellijsten, vervoersdocumenten ... Een hele papierberg die wel belangrijk is, maar waar niemand blij van wordt. Zorg en administratie zijn dan ook niet altijd elkaars beste vrienden. In de leefgroep wil je je kunnen bezighouden met de bewoners en niet met een hele hoop papierwerk. De doelstelling van dit digitaal platform is dan ook om zorgmedewerkers op de werkvloer administratief zo veel mogelijk te ontlasten. Via het platform schakelen we over op eenvoudige en kwaliteitsvolle registraties, uniformiteit van de administratie, maximale integratie met bestaande applicaties, vereenvoudigde processen ... We willen een geïntegreerd digitaal zorgplatform ontwikkelen voor

het bewaren, raadplegen en uitwisselen van informatie over de bewoners.

Eerste fase

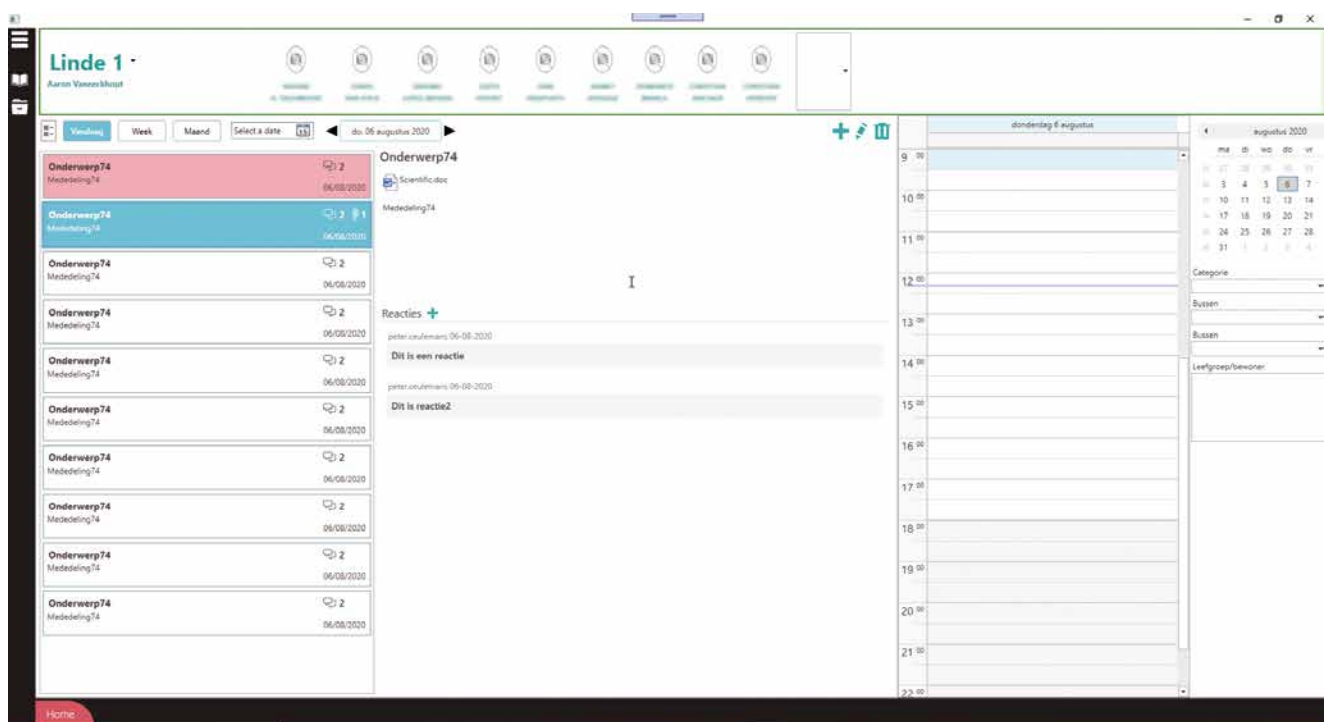
Na marktonderzoek bleek dat er geen perfecte oplossing bestond voor al onze noden. Niks te koop? Dan bouwen we het zelf! De ICT-dienst ging samen met een werkgroep van mensen uit de zorg aan de slag. Deze projectgroep bracht de huidige en de gewenste situatie in kaart en deelde dit grote project op in verschillende fases. Intussen is de groep gestart met de ontwikkeling van functionaliteiten voor het dagboek, de agenda en de taken.

Het dagboek bevat alle praktische info van de leefgroep in de vorm van meldingen. Zowel zorgmedewerkers als collega's van ondersteunende diensten kunnen meldingen maken via dit systeem (bv. geplande reparatie in een slaapkamer doorgeven). De agenda vertelt per

leefgroep wat er op de planning staat: activering, therapie, medische afspraken, verzorging, logistieke of praktische dingen, overleg ... Agenda-items kunnen gemakkelijk aan bewoners gekoppeld worden, zodat duidelijk is wie voorzien is om deel te nemen aan bepaalde activiteiten en wie effectief heeft deelgenomen. De taken omvatten praktisch uit te voeren zaken, bv. leveringen van de wasserij opbergen, lege medicatiedoosjes klaarzetten voor ophaal door de apotheek, schoenen poetsen ...

Volgende stappen

We hebben nog heel wat werk voor de boeg, maar we gaan vol goede moed verder en hopen begin 2021 de eerste fase te kunnen afronden. In de loop van 2021 volgen testfases, implementatie, opleidingen voor personeel, uitrol in testgroepen en de definitieve ingebruikname van de eerste ontwikkelingen.





Goed nieuws, maar we hebben jouw hulp nodig!

Dit jaar schreef G-sport Vlaanderen voor de 4de keer een crowdfundingproject uit met als doel de G-sport in Vlaanderen te promoten. Na het succes van vorig jaar, diende Ter Heide ook dit jaar, samen met onze vrienden van het Calluna Team, opnieuw een ambitieus project in. Zoals je al kon lezen in de vorige Ter Heide nieuws, gaan we voor de aankoop van een Funtrain en een Fun2go.

Ambitieuus bedrag

We schreven ons in voor het maximale bedrag van €20 000 euro. Dat betekent dat we zelf voor 8 000 euro moeten zorgen via allerlei acties (crowdfunding). Voor eind december 2020 moet dit bedrag op de rekening van G-sport Vlaanderen staan. Daarna doet G-sport Vlaanderen er via hun sponsors 12 000 euro bij en kunnen we overgaan tot de aankoop van onze fietsen voor campus Genk.

Verlossende e-mail

We waren dan ook zeer tevreden toen we begin augustus de verlossende e-mail kregen dat ook dit jaar ons project geselecteerd werd door de jury. Een opluchting omdat aan het dossier hoge eisen worden gesteld om aan de strenge selectiecriteria te voldoen. Helaas is er ook minder goed nieuws. Corona strooit namelijk roet in ons eten. Om aan de nodige centjes te geraken, werken we samen met onze partners van het Calluna Team. Zij zouden via de Cambatoertocht en hun spaghetti-feest aan de nodige centjes proberen te geraken. Jammer genoeg hebben ze de klassieke Cam-

batoertocht moeten afgelasten en is de spaghetti-dag pas begin 2021 en voorlopig nog onzeker, dus zullen we op een andere manier aan de nodige fondsen moeten geraken.

Alle beetjes helpen

Vandaar dat we een beroep doen op ieder van jullie. Elke bijdrage, hoe klein ook, kunnen we gebruiken om ons doel te bereiken. Of ken je misschien mensen die Ter Heide een warm hart toedragen en ons willen steunen? Spreek hen aan. Onze bewoners zijn jullie dankbaar.

Je kan ons steunen op 3 manieren:

1. Word supporter van G-sport Vlaanderen en meld je aan voor het project van Ter Heide. We hebben minstens 200 supporters nodig om de sponsoring te krijgen. Dit kost niets. Je moet hiervoor enkel jouw naam en adres doorgeven op de website van G-sport Vlaanderen: www.gsportvlaanderen.be
2. Doe een bijdrage op de website van G-sport Vlaanderen voor het project Ter Heide: www.gsportvlaanderen.be



3. Doe een bijdrage op het rekeningnummer van het Calluna Team met de vermelding 'Fiets voor Ter Heide'. Storten kan op BE69 7360 4645 4778.

Indien je meer informatie wenst over dit crowdfundingproject kan je steeds contact opnemen met Tony Antheunis (0474/47 38 71). Alvast bedankt voor jouw steun en medewerking

Tony Antheunis,
activeringscoördinator campus Zonhoven

Jobstudenten versterken Ter Heide tijdens de zomermaanden

Tijdens de zomermaanden kunnen we in Ter Heide rekenen op heel wat gemotiveerde jobstudenten om onze verschillende diensten te versterken. Zowel in de leefgroepen als in ondersteunende diensten kregen we heel wat extra hulp. In de Heuvel ging dit jaar voor het eerst een jobstudent aan de slag; Stijn kwam er terecht in Huis 7. Bij de personeelsdienst stak Kyllian 2 maanden lang zijn handen uit de mouwen.

Stijn Snellinx, jobstudent Huis 7

Eerste ervaring in het werkveld

"Ik ben Stijn, 20 jaar en student orthopedagogie. Gedurende de maand juli werkte ik als jobstudent in Huis 7 in woonbuurt Heuvel (campus Genk). Het was pas mijn eerste ervaring in het werkveld, maar het beviel me meteen.

De eerste dagen werd ik intensief begeleid door de collega's in de leefgroep. Gaandeweg leerde ik de bewoners, de dagschema's en de structuur beter kennen. Wanneer ik de structuur van de leefgroep onder de knie had, kreeg ik steeds meer taken die ik zelfstandig kon uitvoeren. Ik ging fietsen met Enrique, snoezelen met Steve, spelletjes spelen met Alicia of Baris, enz. Er werd feedback gegeven door collega's en als ik vragen had, kon ik altijd bij iemand terecht. Ik leerde bovendien dat open communiceren een van de belangrijkste vaardigheden is."

Evenwaardige collega

"Door deze werkervaring leerde ik veel bij over de doelgroep, maar ook over mezelf. Ik leerde zowel sterke als zwakke punten kennen die me nog

niet eerder waren opgevallen. Daar kan ik nu volop mee aan de slag gaan doorheen mijn opleiding en verdere loopbaan.

Daarnaast vond ik het ook heel aangenaam om als een evenwaardige collega opgenomen te worden in het team. Zeker nu, in de coronaperiode, is niets meer vanzelfsprekend. Daarom wil ik hen nog eens bedanken voor de inzet, de flexibiliteit en het geduld dat iedereen dagelijks opbrengt."

Kyllian Foerier, jobstudent personeelsdienst

Link met opleiding

"Voorgaande jaren deed ik steeds vakantiewerk bij de IKEA. Dit jaar is het toch aanzienlijk moeilijker om vakantiewerk te vinden. Via de Facebookpagina van Ter Heide kwam ik uit bij enkele vacatures voor jobstudenten. Als student social work sprak de vacature voor jobstudent bij de financiële dienst mij wel aan. Het administratieve werk leek me wel redelijk goed aan te sluiten bij mijn opleiding. Uiteindelijk belandde ik niet bij de financiële



dienst, maar wel bij de personeelsdienst. Daar ben ik eigenlijk heel blij om, want hier kon ik voor een langere periode terecht."

Eerste dagen

"De eerste dagen werd ik goed opgevangen. De personeelsdienst had een heel takenpakket voor mij klaarliggen. Dat takenpakket was zeer gevarieerd. De eerste maand lag de focus voornamelijk op het herclassificeren van dossiers, kasten opruimen en afwassen, oude dossiers wegbergen, nieuwe labels maken voor indiensttredingen ... Omdat ik social



work studeer, leerden de collega's mij wat bij en bood ik de rest van mijn vakantiewerk ook een algemene ondersteuning bij de helpdesk.

De tweede maand focuste ik me op OWS, het personeelssysteem dat tegen 2021 volledig gebruiksklaar moet zijn, dienstcodes en fietstrajecten ingeven en nog veel meer. Allemaal lang werk dat veel concentratie vergt."

Anekdote

"Een leuke anekdote van de afgelopen maanden is toch wel een voorval tijdens mijn eerste werkweek. Aan het begin van mijn jobstudentenwerk mocht ik al mee het onthaal van jobstudenten verzorgen. Alhoewel dat niet de bedoeling was, gaf ik een bepaalde jobstudent toch al beide kopieën van zijn contract mee. Deze waren nog niet gehandtekend door de voorzitter van IGL en de personeelsdirecteur en konden daarom de deur nog niet uit. Toen de verantwoordelijke van de dienst vroeg waar de contracten waren, ben ik nog snel de jobstudent achterna gelopen om deze vergissing op te lossen. Uiteindelijk is alles gelukkig opgelost."

ook graag bij. Het is bovendien een mooie ervaring om mee te nemen als ik volgend jaar afstudeer. Ik voorspel dat volgend jaar geen gunstig jaar is om af te studeren, met de terugslag die de economie heeft ervaren. Dus ik twijfel nog aan de stappen die ik hierna neem. In Ter Heide heb ik al geproefd van wat HR inhoudt en dat staat mij wel aan. Mogelijk doe ik er nog een jaar HR bij."

Dankwoordje

"Ik wil graag meegeven dat ik hier heel goed ontvangen ben. Niet enkel door de dames van de personeelsadministratie, maar ook door de directeur P&O en de hele personeelsdienst."

Nieuwsgierige neus

In deze editie van Ter Heide nieuws stelt Jessica Schoubben, hoofdopvoedster Henis 5, haar nieuwsgierige neusvragen aan Patsy Peeters, verpleegkundige woonbuurt Heuvel. In het decembernummer zal Patsy op haar beurt enkele vragen stellen aan een andere collega.

Jessica: Hoe ben je in Ter Heide terechtgekomen?

Patsy: Ik was nog maar net afgestudeerd als psychiatrisch verpleegkundige toen bleek dat ze in Ter Heide net een plekje vrij hadden in de toenmalige woonomgeving 3 (nu woonbuurt Linde). Spannend, zo'n eerste dag in Ter Heide, maar ik werd toen heel goed opgevangen door mijn collega's Frank en Chretien.

Jessica: Heb je altijd geweten dat je verpleegster zou worden of had je vroeger een andere droomjob voor ogen?

Patsy: Eigenlijk wilde ik vroedvrouw worden. Het kreeg een iets andere wending, maar 'zorgen voor' bleef erin zitten.

Jessica: Heb je een grote passie in je leven en zo ja, welke?

Patsy: Het is tijd om te genieten van 'the little things in life'. Meer moet het niet zijn. We kochten een aantal jaar geleden wel een mobilehome. Hiermee nog vele mooie reizen maken, staat zeker op mijn to do list!

Jessica: Heb je thuis kindjes rondlopen en hoe hebben zij de coronaperiode beleefd? Hoe heb jij dit zelf doorstaan of beter gezegd: hoe ben je dit aan het doorstaan?

Patsy: Mijn kindjes zijn al flinke tieners. Het was voor hen niet gemakkelijk. De oudste zoon zat in zijn laatste jaar en dit gaf veel onduidelijkheid: moesten ze wel of niet naar school, kregen ze wel of geen examen, geen fijne Chrysostomos, geen voorbereiding en infomomenten voor een verdere studierichting, geen laatste studiereis waar ze naar uitkeken en geen afscheid van de medestudenten en leerkrachten. Best pittig voor hem. Maar ook voor mijn jongste zoon die zeer competitief in de motorcross sport zit, viel het zwaar. Plots geen wedstrijden meer ... Gelukkig moest hij ook zwaar fysiek trainen (fietsen, lopen) en kon dit wel blijven doorgaan. Hij was in het begin wel heel erg bang voor mama, want mama had meer risico om ziek te worden en het mee naar huis te brengen. Dat was wel even moeilijk voor hem, maar ook voor mij ... Een houvast voor ons allen is: we moeten er samen door; het is voor iedereen zo. Hier trekken we ons aan op!





Laura Duchateau



Dag iedereen. Ik ben Laura, de nieuwe zorgcoördinator van woonbuurt Oase. Een dik jaar geleden beëindigde ik mijn studies orthopedagogiek aan de KU Leuven. Eindelijk, want ik had heel veel zin om als orthopedagoge aan de slag te gaan.

Geduld is een schone deugd

Ik startte mijn loopbaan bij een organisatie voor begeleid wonen. Daar boden we ondersteuning aan (jong)volwassenen met een beperking die zelfstandig wonen. Omdat ik dagelijks lang onderweg was, ging ik op zoek naar een job dicht bij huis. Al snel solliciteerde ik bij Ter Heide, want een warme organisatie met een hart voor haar bewoners, daar wou ik wel voor werken. Jammer genoeg was er op dat moment geen plekje vrij. Ik kan nu wel zeggen: geduld is een schone deugd! Enkele maanden

na mijn sollicitatie kreeg ik de kans om zorgcoördinator van woonbuurt Oase te worden. Ik heb die kans met beide handen gegrepen en daar ben ik nog altijd heel erg blij om.

Levensgenieter

Als ik niet in Ter Heide ben, vind je mij waarschijnlijk op de fiets of in de sporthal. Daarnaast ben ik een echte levensgenieter. Wandelen langs het water, lekker eten, een terrasje bij zonsondergang of gewoon gezellig samenzijn met familie en vrienden, zalig!

Laura Duchateau,
zorgcoördinator woonbuurt Oase

Celine Spronck



Hoi allemaal, mijn naam is Celine. Ik ben 24 jaar, kom uit Maasmechelen en ik ben de nieuwe kinesiste van woonbuurt Henisberg.

Van stagiair naar medewerker

In juni 2020 ben ik afgestudeerd als kinesiste met een master in de neurologie aan de UHasselt. 2,5 jaar geleden begon ik mijn allereerste stage van de opleiding hier in Henisberg. Deze is mij uiteindelijk zo goed bevallen dat ik niet twijfelde toen ik een vacature zag in mei. Snel heb ik gesolliciteerd en een paar dagen na mijn afstuderen ben ik hier begonnen in Tongeren. Ik ben heel dankbaar voor de kans die ik gekregen heb en hoop om hier een mooie toekomst tegemoet te gaan!

Andere professionele bezigheden

Naast Ter Heide werk ik nog in een woonzorgcentrum in Lanaken en in een

zelfstandige praktijk in Maasmechelen. Daarbuiten studeer ik ook nog bij voor osteopaat bij dieren, een 3-jarige opleiding in Breda waarvan ik er momenteel al 1 jaartje op heb zitten.

Vrije tijd

In mijn vrije tijd ben ik bijna altijd bij mijn paard te vinden en doe ik bijna elk weekend mee aan jumpings. Ook speel ik saxofoon in een harmonieorkest en in een klein groepje waarmee we optreden op bruiloften en andere feesten. Helaas zijn er door corona even geen jumpings en optredens voor mij. Maar dat mag de pret niet bederven! Muziek maken vanuit 'je kot' is zeker zo leuk.

Celine Spronck,
kinesitherapeut woonbuurt Henisberg



Rocken voor het goede doel

Op 7 maart organiseerden enkele muzikliefhebbers Rock Bilzen, een tweejaarlijks festival met cover- en tributebands waarvan de opbrengst naar een goed doel gaat. Dit jaar steunde de organisatie Ter Heide. Ondanks de onzekere tijden, mocht de organisatie toch een groot aantal bezoekers ontvangen en zamelde ze een mooi bedrag in. Eind augustus heetten we de bezielers welkom in Ter Heide.

Een pluim voor de organisatie

Op de affiche van dit jaar stonden Caveman, Jeff B.R.I.C.K. en U2.be. Het werd een stevig feestje in De Kimpel in Bilzen, met ca. 600 bezoekers. Ook Frank Smits, directeur zorg, en enkele medewerkers van Ter Heide waren van de partij. Frank vertelt: "De sfeer zat er goed in in

De Kimpel. Ik heb genoten van de goede muziek en de enthousiaste optredens. Super georganiseerd. Een pluim voor de organisatoren."

Duwtje in de rug

Het coronavirus gooide nadien wat roet in het eten, maar eind augustus mochten we de bezielers van Rock Bil-

zen eindelijk welkom heten in Ter Heide voor een klein, coronaveilig bedankje. Ze zijn erin geslaagd om er een fantastisch evenement van te maken en ons een financieel duwtje in de rug te geven, waardoor we een nieuwe douchebrancard kunnen aankopen voor campus Zonhoven. Heel erg bedankt!

Rotaryclub Genk-Staelen schenkt rolstoelfiets

Rotaryclub Genk-Staelen zorgde ervoor dat de bewoners van Ter Heide ook in deze coronatijden kunnen genieten van gezonde, sportieve buitenactiviteiten. Dankzij de schenking van een gloednieuwe elektrische rolstoelfiets kunnen de rolstoelgebruikers van Ter Heide bij mooi weer een tochtje maken in de groene omgeving van Genk en Zonhoven.

Vernieuwing rolstoelfietsen

Fietsen is al jaar en dag een geliefde activiteit van de bewoners van Ter Heide. Ook bewoners die in een rolstoel zitten, kunnen hiervan genieten dankzij speciale elektrische rolstoelfietsen met een rolstoelplateau. Door het vele gebruik doorheen de jaren, zijn heel wat rolstoelfietsen intussen versleten en voldoen ze niet meer voor het intensieve gebruik. Gelukkig kan Ter Heide rekenen op heel wat partners om de aankoop van nieuwe rolstoelfietsen te financieren.

Rotary Genk-Staelen draagt steentje bij

Ook Rotaryclub Genk-Staelen wil Ter Heide helpen deze droom te realiseren. De club zet zich elk jaar in voor diverse sociale projecten en goede doelen. Dit jaar schonken ze Ter Heide een Veloplus rolstoelfiets: een elektrische rolstoelfiets met een plateau voor rolstoelgebruikers. In tijden waarin ook de bewoners van Ter Heide hun contacten moeten beperken, is het extra fijn om hen bij mooi weer wel te laten genieten van een ontspannende fietstocht. De leefgroepen hebben er de afgelopen

maanden dan ook goed gebruik van gemaakt.



Het Calluna Team blijft niet bij de pakken zitten

Op een mooie zomerdag eind juli moest het Calluna Team een moeilijke, maar wijze beslissing nemen. De Cambatoer 2020 werd geannuleerd. Het coronavirus maakt ook andere vaste waarden zoals de Spaghettidag onzeker. Toch blijven de mountainbikers positief en zoeken ze naar creatieve oplossingen.

Gezondheid en veiligheid voorop

Guido Vandebrouck vertelt: "Het lag misschien al in de lijn van ieders verwachtingen, maar eind juli was het definitief: de Cambatoer, editie 2020, werd geannuleerd. Er waren waarschijnlijk 101 redenen (zowel positief als negatief) om ons eventueel te verantwoorden, maar laat het ons gewoon houden bij de volgende gedachten. Enerzijds: moge het gezond verstand zegevieren. Anderzijds: de gezondheid en veiligheid van eenieder rondom ons is momenteel van primordiaal belang!

Alleszins dankjewel voor alle voorbereidingen die al gepresteerd werden. Maar geen zorgen: de opgedane kennis en ervaringen van de voorbije periode stoceren we, tot nader bericht, in de frigo."

Goed nieuws

Voor de echte Camba-liefhebbers was er wel goed nieuws. Op 19 en 20 september 2020 konden degenen die dat wensden wel de 'Light-versie' van de Camba MTB-Toertocht rijden, op individuele basis of in kleine groep. Via een downloadbaar GPX-bestand konden moun-



tainbikers toch een tocht van 26 of 46 km maken. "Het nieuw doel wordt 19 september 2021. Een zeer speciale editie! Zal ik al een tipje van de sluier oplichten? We dromen ervan een 100 % Genkse toertocht uit te stippelen. Meer nieuws volgt later", aldus Guido.

Onverminderde inzet

Ondanks de coronaperikelen, blijven de mountainbikers zich voor Ter Heide inzetten. In juli maakten ze het gebundelde resultaat bekend van de voorbije activiteiten van 2019-2020. Via activiteiten als de Spaghettidag, de Cambadag

2019, de sponsortocht naar Santiago de Compostella etc. verzamelden de mannen van het Calluna Team een fantastisch bedrag voor Ter Heide. Een zeer grote 'dankjewel' voor alle inspanningen en de fijne samenwerking!

Maar daar stopt het niet, volgens Guido: "Het vervolgverhaal? Er borrelen intussen weer nieuwe ideeetjes naar boven om een alternatief nieuw sponsorbedrag op te bouwen. Meer nieuws hierover volgt weldra."

Sportieve groeten,
het Calluna Team

Summerparty steunt Ter Heide

De Summerparty in campus Tongeren is al enkele jaren een plezant feest om de zomer goed mee in te zetten. Helaas kon de Summerparty dit jaar niet doorgaan door de coronapandemie. Toch kon Berg 2 dit jaar de vruchten plukken van de vorige editie in 2019.



De organisatoren van de Summerparty 2019 schonken de volledige opbrengst van hun event aan Ter Heide. Met dit bedrag werd in campus Tongeren de aanleg van een extra buitencompartiment in leefgroep Berg 2 gefinancierd. In het voorjaar van 2020 werden de werken voltooid. Tijdens de mooie dagen van de afgelopen maanden, kwam dit extra compartiment goed van pas.

Knuffels voor Ter Heide

Een jaar geleden startte Bethy, mama van bewoner Wim, met een creatieve steunactie voor Ter Heide. Ze haakje en breide knuffeldieren om Ter Heide met de opbrengst een duwtje in de rug te geven. Bethy vertelt:

"Van olifant tot kikker, van paard tot roze flamingo's en slungelkangoeroe, muisjes, beertjes, poezen en veel meer ...

Knuffeldieren haken of breien om een centje aan de werking van Ter Heide te kunnen schenken. De grote, kleine en hele kleintjes creëren gaf me uitdaging en plezier.

Maar! De grootste vreugde is dat ik nu een mooie som kan overmaken aan Ter Heide. Hartelijk dank aan ieder van jullie die me steunden bij mijn actie!"

Bethy Suffeleers,
mama van bewoner Wim (Brik 1)



Extra fiscaal voordeel bij giften voor heel 2020

In de huidige situatie willen we in Ter Heide geen risico's nemen. Daarom werden alle grote evenementen uitgesteld of afgelast tot augustus 2021. Jammer, want heel wat evenementen zijn een uitgelezen kans om onze bewoners te leren kennen en om extra geld in te zamelen voor verschillende projecten. Gelukkig zijn er nog heel wat alternatieve manieren om Ter Heide te steunen in deze vreemde tijden.

Vrije gift

Om ons financieel te steunen kan je een vrij bedrag storten op ons fiscaal rekeningnummer BE90 0910 1151 4232. Giften vanaf 40 euro per jaar zijn fiscaal aftrekbaar. Hiervoor ontvang

je dan ook een fiscaal attest dat je bij je belastingaangifte kan voegen. In 2020, tot en met eind december, krijg je hiervoor meer terug dan gewoonlijk. In plaats van 45 % fiscaal voordeel krijg je dit jaar 60 %. Voor elke 10 euro die je Ter Heide schenkt, krijg je er dus 6 terug.

Trooper

Je kan Ter Heide ook steunen door online te shoppen via Trooper: een website voor al je online shopping die ervoor zorgt dat je Ter Heide GRATIS steunt met je online aan-

kopen, zonder 1 euro meer te betalen. Hoe werkt het?

- Je gaat naar onze pagina op Trooper (www.trooper.be/terheide).
- Je kiest je shop en klikt op de banner (vb. bol.com). De link weet dat jij ons wil steunen.
- Je doet gewoon je aankoop zoals altijd, zonder een euro extra te betalen.
- De shop betaalt een percentje aan onze organisatie.

Op de website www.terheide.be/steun-ons vind je alle informatie terug over alle mogelijke steunopties. Elke bijdrage wordt gewaardeerd en zetten we in voor onze bewoners.



Opdracht volbracht

Verhuizen ... dat is een opdracht waar men normaal op reageert met een straffe zucht, een hoop vragen en een pak stress. Ouders en een leefgroepmedewerker vertellen hoe zij de verhuis naar de nieuwbouwen in campus Zonhoven ervoeren.

Bij Vanessa en David niks van dat alles

De goede kant van de verhuis

Hun zoon Louis, 13 jaar, bewoner van Huis 3 (woonbuurt Oase), verhuisde in januari naar de nieuwbouw in Zonhoven. "Wij vonden het gewoon goed dat hij een nieuw huisje zou krijgen! We werden betrokken bij de voorbereidingen, bij de inrichting van zijn kamer, maar helpen was niet nodig. Enkel de dag van de verhuis 's middags aanwezig zijn, zijn spulletjes van Genk een plaats geven in de nieuwe kasten in Zonhoven, het feest van de verhuis meevieren met alle bewoners, ouders en personeel en Louis 's avonds in zijn nieuw bedje stoppen. Wij hebben alleen de goede kant van de verhuis meegemaakt", zegt Vanessa. "We waren er ook heel gerust in omdat de vertrouwde personen mee naar

reageert vooral op de mensen dicht bij hem. Niet zo zeer op de omgeving."

Luxeverhuis

David en Vanessa zeggen het allebei met veel overtuiging: "We zijn zo blij dat hij nu een eigen kamer heeft. Het geeft vooral ons het gevoel dat dit zijn tweede thuis is. Als we hem 's maandags terugbrengen dan kunnen we zelf zijn kleren in de kast hangen. We kunnen zelf voor de inrichting van zijn kamer zorgen, zodat het een plekje is waar hij minder prikkels krijgt, waar het rustig is. In heel het huis is er veel licht, is er veel meer plaats. Louis kan dus meer stappen dan vroeger en dat heeft hem ook alerter gemaakt.

De verscheidene hoekjes in de living, waar ieder zijn eigen ding kan doen, vinden wij fijn. Het tilsysteem is ook een pluspunt. Alleen ... de kookplaat in de keuken, zeg maar kookplaat-je, want een kwartier nodig hebben om een potje met water voor spaghetti aan de kook te krijgen, daar moet nog wat op gevonden worden. Straffer en uitgebreider liefst. Voor de rest hebben wij maar 1 woord als conclusie: het was een 'luxeverhuis'!"

Dezelfde verhuis - maar nu met 10 bewoners - door de ogen van 'vervang-ouder' Linda, opvoeder in Huis 3*

Koordddansen

"Verhuizen? Dat was niet simpel! En dan heb ik het alleen over ons klein huishouden. Sommige bewoners kan je er heel goed bij betrekken, samen voorbereiden en plannen, bij anderen is er heel wat creativiteit nodig om dat uit te leggen. En voor de bewoners met wat autismetrekjes moeten we in die verhuiscasus toch nog hún structuur proberen te bewaren. Koordddansen soms."

"We zijn er wel lang van tevoren aan begonnen: vaak naar de werkzaamheden gaan kijken, erover vertellen, dan beetje bij beetje beginnen opruimen en uitzoeken wat mee mag gaan naar Zonhoven en dat in dozen stoppen die we allemaal een nummer gaven.

1 wat we meteen nodig zouden hebben, 2 wat al wat langer ingepakt kon blijven enz. Samen hebben we dus een heel praktisch systeem uitgedokterd in de sfeer van met vakantie gaan. Zo gauw het gebouw opgeleverd was, konden we binnen en konden onze bewoners zelf hun kamer kiezen en de kleur van een van de muren zelf bepalen. Dat vonden ze heel spannend."

Wennen aan de nieuwe omgeving

De eerste dag in het nieuwe huis was natuurlijk overweldigend: samen met alle ouders één groot feest en daarna de ouders die hen zelf in hun nieuw bed legden. De tweede en derde dag was het nog wat onwennig: ineens zoveel open ruimte, maar nieuwsgierigheid deed hen vlug op verkenning gaan. Voor wie die verandering wat moeilijker te begrijpen was en vroeger met 2 of 3 in 1 kamer sliep, was er in het begin toch wat angst. Een nachtlampje in de kamer heeft die angst stiller aan weggenomen. Enkele bewoners met autisme hadden wel probleemgedrag, maar na een maand verbeterde dat ook."

"Gelukkig hadden we een hele maand om te wennen vóór de corona-lockdown kwam met al zijn beperkingen. Het was bijvoorbeeld wennen dat de deuren dicht moesten blijven omwille van de luchtverversing. Van de andere kant was het ook – met plezier – wennen aan de koeling tijdens de hittegolf. Het was hier toen maar 23°C. Zalig! En het tilsysteem dat is ook zalig voor onze polsen, schouders en rug. En voor



Zonhoven zouden komen en dat is het belangrijkste voor Louis. Hij heeft een zwaar verstandelijke beperking, heeft een rolstoel, kan wel stappen, maar

onze bewoners is het nu, na een paar keer uitproberen, puur kermis.”

Verbeterpunten

Minder kermis mag ook vermeld worden: kasten tot tegen het plafond in de keukens en laden waarin borden en kopjes rondschuiven, dat is toch niet het meest praktische idee van de architecten. Koken is ook niet hun sterkste kant, denk ik, maar koken prikkelt wel al de zintuigen van onze kinderen. Dus doen we dat ook vaak en ijveren we nu voor een goed fornuis met een oven om taart te bakken en een microgolf voor ‘gevoorderden’. En buiten, ja, voortschrijdend ‘vooruit-zicht’ doet ons hopen dat we vóór de winter over paden en weggetjes zonder struikelen kunnen binnenlopen. Komt nog goed!”

Is er voor Linda, die in 13 jaar Ter Heide de 4 campussen en bijna alle huizen doorlopen heeft en dus van alle markten thuis is, nog iets waar ze een vraagteken bijzet?

“Ja, buiten, die grote openingen in de daken met dwarsbalken. Dat is nodig voor het licht binnen natuurlijk, dat snap ik. Maar de zon draait wel van oost naar west en wij schuiven dan maar telkens mee met tafel en stoelen. Anders hebben we – ondanks zonne-crème – allemaal zebra-bewoners. Zou dat de bedoeling zijn?”

Verhuizen, een goed gepland evenement met toch nog verrassingen blijktbaar.

Opgetekend door Rita Jaenen

* ‘Vervangouder’: een persoon die de taak van de ouder overneemt wanneer die er niet kan zijn; nieuw woord, exclusief gebruik voor Ter Heide

Zwijg op tijd

Het stond in de voorpagina van de krant, 21 augustus 2020, onder de titel ‘GEES kijkt voor adviesraad die ons moet leren leven met virus’. De woorden van premier Wilmès. Het doel van die langetermijnstrategie is terug een strenge lockdown vermijden en niet het aantal besmettingen of doden tot nul te herleiden.

Maar wat vicepremier Clarinval verder in dat artikel vertelde, die woorden waren, u kent dat, in groot lettertype nog eens extra herhaald middenin de tekst. Dus belangrijk, ofwel merkwaardig? ‘Leren leven met virus’ vergelijkt de vicepremier met het verkeer. Hij zegt: **“er vallen elke dag doden op de weg, maar het is onhoudbaar om autoverkeer daarom te verbieden”**.

Ik schrijf het hier ook in vette letters omdat ik het een brutale uitspraak vind en vooral een domme. Dit is een slag in het gezicht van de zorgverleners die de afgelopen maanden in onmogelijke omstandigheden al het mogelijke gedaan hebben om ieder mensenleven te redden. Maar erg genoeg is het ook waar dat in het autoverkeer de files meer aandacht krijgen dan de verkeersdoden. Alleen al in tijd en geld die eraan besteed worden. Het is dus des te meer beschamend om dan een vergelijking te maken met de COVID-doden.

Ik word er bang van als ‘doden’ zo vanzelfsprekend worden! Of is onze maatschappij enkel een businessmodel? Is alleen wat rendeert en enkel wie presteert belangrijk? Of is het een virtuele wereld geworden die ons niet meer raakt?

En dan maar gedrags- en communicatiespecialisten bijhalen in weer een nieuwe adviesraad! “Omdat de mensen het beu zijn”, zegt de premier en “ze begrijpt dat”. Begrijpt ze ook al die andere mensen die het ook beu zijn en niet zo’n grote mond kunnen opzetten? Die het beu zijn te wachten op een oplossing voor levensbelangrijke problemen: te weinig aandacht voor de zwakken in de maatschappij, tekort aan zorgverleners, tekort aan budget voor goede opvang, te weinig aandacht om de levenslange lockdown van mensen met een beperking te verlichten en ga zo maar door. Die lijst is ellendig. Langer dan die van de feesten, de barbecues, evenementen en het shoppen.

Zijn we dan zo ver afgedwaald van respect voor wat belangrijk is in het leven? Maar ja, respect is een bijna vergeten woord. Hebben, krijgen, kunnen wordt meer gehoord. Corona heeft ons even een les geleerd, even de grenzen laten zien van ons leefwereldje. Maar we zijn blijkbaar nog niet toe aan goede conclusies. En vice- en andere premiers zijn die klaarblijkelijk ook nog niet aan het bedenken.

R. Moeilijkmens





MeerMobiel

Je zonder zorgen verplaatsen is niet altijd simpel voor personen met een beperking. Ben je op zoek naar meer informatie over toegankelijk en aangepast vervoer in Vlaanderen en Brussel? Op de website www.meermobiel.be kan je zoeken naar vervoer op maat, vind je een duidelijk overzicht van alle kortingen en voordelen waar je als persoon met een beperking recht op hebt en lees je het laatste nieuws over mobiliteit voor personen met een beperking.

Love on the Spectrum



De Australische serie *Love on the Spectrum* volgt enkele jongvolwassenen met autisme in hun zoektocht naar de liefde. De hoofdpersonages vertellen op een open en eerlijke manier over hoe hun zoektocht verloopt, wat hun verwachtingen zijn, delen succesverhalen en de dingen waar ze het moeilijk mee hebben. Zowel singles als koppels doen er hun zegje en geven kijkers een inzicht in hun leven. De serie is momenteel te zien op Netflix.

Rolstoel Roadmovie

"Hoe ziet Europa eruit door de ogen van mensen met een lichamelijke handicap?" Op deze centrale vraag probeert filmmaker Mari Sanders, die als gevolg van Cerebrale Parese afhankelijk is van een rolstoel, een antwoord te krijgen in zijn 'Rolstoel Roadmovie'. Voor deze driedelige serie reist hij doorheen Europa: van Italië naar Zweden en van Engeland tot Bulgarije. Tijdens zijn reis door Europa brengt Mari in beeld hoe verschillende landen omgaan met hun inwoners met beperkingen. Een zeer inspirerende reportage over de inspanningen om personen met een beperking een volwaardige plaats te geven in deze samenleving.

De zoektocht van Mari gaat verder op het platform www.gehandicapteuropa.nl. Hier deelt hij verhalen over de kleine en grote uitdagingen die mensen met een lichamelijke beperking tegenkomen. Dat

doet hij door middel van toegankelijk (reis)advies en inspirerende columns. Ook is er op de site bonusmateriaal te vinden van de serie en de landen die Mari heeft bezocht.



Van directeur zorg naar drukbezette gepensioneerde



Mijn tweede leven als gepensioneerde samenvatten in 400 woorden. Die redactieraad van Ter Heide nieuws maakt het me niet gemakkelijk. Maar uit mijn vorig leven als o.m. eindverantwoordelijke van wat toen Ter Heide band heette, weet ik dat Ter Heide op 3 maanden tijd heel wat nieuws te melden heeft.

Familiegeluk

Om mijn vrouw te behagen en de schade van het verleden wat in de halen, spendeer ik sinds mijn pensioen veel meer aandacht aan haar en het huishouden. Wekelijks poets inbegrepen, maar enkel bevoegd voor de grondwerken, want stofvegen en afwassen worden negatief beoordeeld. Er is nu ook ruim de tijd om de nodige aandacht te besteden aan onze 6 kinderen en 13 kleinkinderen. Het 13de kleinkind is in juni onze familie komen vervoegen. Als verpleegkundig echtpaar worden we bij regelmaat geconsulteerd bij opkomend ongemak of last. Vooral mijn vrouw is dan (eerlijkheidshalve) het eerste aanspreekpunt.

Gouden bruiloft

Het hoogtepunt van ons gezin zou dit jaar onze gouden bruiloft worden in juli. Alles was geregeld, uitnodiging klaar, zelfs een nieuwe outfit gekocht. Die hangt nu in de kast te hopen op betere – lees: coronavrije – tijden. De koning en de koningin waren ons echter niet vergeten en stuurden de schepenen met een telegram. Ik was ze nochtans vergeven uit te nodigen op de koffie.

De Jokers

Het zal niemand verwonderen dat fietsten met de Jokers mijn hoofd hobby en passie is. Jaren fietsten we als sponsoractiviteit voor Ter Heide, de laatste jaren voor een goede gezondheid en het onderhouden van de vriendschap. Als het weer en onze vrouwen het toelaten, fietsten we tot 3 keer per week. Als sterit fietsten we onlangs naar bedevaartsoord Banneux (140 km bij 32° C) om onze door corona getroffen collega Maurice een hart onder de riem te steken.

Genker mijnwerkerskoor

Als zoon van een mijnwerkersgezin en uit dankbaarheid dat Ter Heide steeds op hen kon rekenen, ben ik onmiddellijk na mijn pensioen lid geworden van het Genker mijnwerkerskoor. Als zanger had ik immers al vaak opgetreden als het gerstenat de faalangst had verdreven. We hebben als koor 1 van de meeste optredens in de mijnstreek, maar ook in het buitenland. Tot 40 optredens per jaar. Als je bedenkt dat de gemiddelde leeftijd van de koorleden 80 jaar is ... Bijzonder jammer dat corona elke repetitie of optreden verboden heeft.

Maatschappelijk engagement

Als echtpaar proberen we ook onze maatschappelijke verantwoordelijkheid op te nemen. Ons sociaal centrum voor de meest kansarmen in Vorniceni (Roemenië) wil mensen hoop geven op een betere toekomst. Jaarlijks verzenden we paletten met gerichte hulpgoederen, schoolgerief e.d. Onze burens, een grote Afghaanse familie, vinden ook vlot de weg naar ons voor alle kleine en grote problemen. Een vertaling van formulieren, de weg wijzen naar de juiste instantie, een zwangere moeder naar het ziekenhuis vervoeren ... geeft veel dankbaarheid terug.

Thuis in Ter Heide

Ook nu blijven mijn contacten met Ter Heide, bewoners, ouders, directie en personeel veel deugd doen. Alle 14 dagen kijkt Jean-Marie van Brik 5 ernaar uit om de zondag bij ons door te brengen. Het zal niemand verbazen dat ik me nog steeds thuis voel in Ter Heide, ondanks verbouwingen en de vele veranderingen van de laatste jaren. Met veel belangstelling kijk ik uit naar volgend jaar: de viering 50 jaar Ter Heide.

Rik Geerts, gepensioneerd directeur zorg



Ervaringen van ouders

De Gebruikersraad kon na meer dan 6 maanden eindelijk terug samenkomen. Er stonden 2 hoofdpunten op de agenda. Ten eerste het voorstel van de werkgroep Woon- en Leefkosten voor nieuwe dagprijzen vanaf 1 januari 2021. Dit onderwerp was nog niet afgerond toen dit blad naar de drukker ging, dus in een volgende editie meer daarover. Verder kwamen de ervaringen van de ouders en gasten tijdens de COVID-sluiting aan bod.

Families van de dagopvang

Ons kind/familielid bleef ofwel lang in de voorziening ofwel lang thuis. Ieder lid getuigde vanuit zijn eigen situatie en leefgroep. De ervaringen waren verschillend. Voor families van de dagopvang was het door de sluiting vaak zwaar: de bewoners waren thuis hun structuur kwijt, wat aanleiding gaf tot zeer moeilijke situaties. Het wekelijkse telefoontje van de sociale dienst bood hier een meerwaarde. Elders verliep het lange verblijf in de thuisbubbel vlotter en was het een positieve periode.

Moeilijke periode

De meeste bewoners verbleven 3 maanden of meer onafgebroken in Ter Heide. Ook hier waren er uiteenlopende getuigenissen. Het was een lange tijd zonder ruimte voor fysiek contact en een knuffel. De afzondering bracht ook veel mentale onrust. Sommige bewoners kunnen niet spreken, maar het is duidelijk dat ze de isolatie wel degelijk aanvoelden. Soms moest een kamerquarantaine worden opgeheven omdat de eenzaamheid te zwaar werd. Gescheiden ouders moesten extra lang wachten

voor bezoek.

Tegelijk beslisten heel wat ouders om niet op bezoek te komen omdat hun kind niet kon begrijpen dat het fysiek op afstand moest blijven. Dat viel hen zwaar. Bovendien konden ze de situatie van hun kind niet mee opvolgen. Ieder kind heeft zijn eigen 'ongeschreven handleiding' die ouders vaak het beste kunnen lezen. Gelukkig gaven de gesprekken via smartphone toch nog enig gevoel van betrokkenheid. Sommigen lieten via de keuken wat lekkers brengen, want zelf eten brengen mocht niet. In de leefgroepen met COVID-overlijdens (Berk-Spar en Oase in campus Zonhoven) deed de onmogelijkheid om gepast afscheid te nemen extra pijn.

Streng, maar nodig

De leden waren lovend over het personeel dat grote inspanningen leverde. Ook de brieven van de directie werden gewaardeerd. De Gebruikersraad vond de genomen maatregelen streng, maar nodig voor de veiligheid. In de volgende maanden moeten we samen met de directie en het personeel blijven zoeken om de menselijkheid te bewaren. Kleine versoepelin-

gen of initiatieven maken vaak een groot verschil.

Wij hopen dat je je herkent in deze getuigenissen. Als je bekommernissen hebt die we moeten meenemen in ons overleg, laat het ons weten. En laat ons ook de verzorgers in onze eigen leefgroep persoonlijk bedanken.

Voorzitters van de Gebruikersraad:

- Christel Vallé:
gebruikersraad.oaseth@telenet.be
- Peter Hendriks:
Peter.Hendriks@SABIC.com
- Herwig Vaes:
Herwig.vaes@kuleuven



"Tuinen zijn mijn hobby"

In campus Tongeren kunnen we al een hele tijd rekenen op de groene vingers van vrijwilliger Mario. Mario zet zich enkele dagen per week in om de technische dienst te ondersteunen bij het tuinonderhoud en andere buitenklussen. Omdat ook vrijwilligers van de ondersteunende diensten een dikke pluim verdienen, stelden de collega's in Tongeren enkele snelle vragen aan Mario:

Hoe lang werk je hier al in Ter Heide als vrijwilliger en hoe ben je hier terechtgekomen?

Ik ben ongeveer 2,5 jaar als vrijwilliger aan de slag in Ter Heide. Ik ben er terechtgekomen via mijn echtgenote.

Welke klusjes doe je hier allemaal? En wat doe jij zelf het liefst?

Ik doe van alles wat, maar het liefst zit ik in de tuin.

Woon je hier in de buurt?

Ik ben woonachtig in Koninksem. Dat ligt zo'n 5 kilometer van campus Tongeren.

Heb je een partner en kinderen?

Ja, ik ben gehuwd en heb 1 dochter.

Onze tuinen zijn hier op het domein netjes verzorgd. Dank je wel daarvoor! Heb je thuis ook een tuin waarin je je kan uitleven?

Thuis heb ik 2 tuinen waar ik dagelijks in bezig ben. Ook heb ik een kleine kruidentuin en een passie voor zon- en bloemen.

Wat doe je graag in je vrije tijd? Heb je hobby's waar je fijn van kan genieten?

Mijn hobby's zijn mijn tuinen.

De technische dienst van campus Tongeren is alvast heel blij met hun vaste vrijwilliger. Mathieu vertelt: "Mario komt dinsdag een volledige dag. Woensdag en donderdag is hij er in de namiddag. Mario zorgt in de campus voor het onderhoud van het prieeltje en de omliggende tuin. Verder ondersteunt hij ons ook nog in de tuin, met het opruimen van de herfstbladeren, rioolputjes proper maken, bussen wassen en andere buitenwerken. In de zomermaanden kunnen we ook op hem rekenen om 's avonds de plantjes rond het prieeltje water te geven. Wij zijn heel tevreden over zijn hulp!"

Zelf als vrijwilliger aan de slag

Voel je het zelf kriebelen om als vrijwilliger aan de slag te gaan in een van onze campussen? We vertrekken hierbij steeds vanuit jouw interesses en talenten. Wil je graag een keer per maand komen fietsen? Vlieg je er meteen in en wil je elke week een handje helpen tijdens de activeringsmomenten van onze bewoners? Of kom je de ondersteunende diensten een handje toesteken? Laat ons zeker weten waar jouw interes-

ses liggen; je bent van harte welkom in Ter Heide. Als je vrijwilliger wil worden bij ons, bekijken we steeds samen met jou welke momenten voor jou het best passen en met welke leefgroep/dienst het best klikt. Heb je nog vragen of ben je al helemaal overtuigd? Neem dan zeker contact op met onze vrijwilligersverantwoordelijke. Dat kan telefonisch op 089 39 01 11 of via mail (vrijwilligers@terheide.be).



Geboortes

Ellis, dochtertje van **Goele Stulens** (leefgroepmedewerker Woning 41, Zonhoven) en **Gunter Vandooren**

Emma, dochtertje van **Stephanie Holsteens** (leefgroepmedewerker Henis 5, Tongeren) en **Stefan Peirsman**

Hannah, dochtertje van **Lieve Leppens** (zorgcoördinator Berk-Spar, Zonhoven) en **Mathijs Van Peteghem**

Leander, zoontje van **Chana Waebe** (leefgroepmedewerker Ven 1, Zonhoven) en **Raf De Lange**

Matteo, zoontje van **Sarah Karpa** (leefgroepmedewerker Woning 43, Zonhoven) en **Lucas De Zutter**

Sepp, zoontje van **Lisa Vanquaethoven** (leefgroepmedewerker Huis 3, Zonhoven) en **Joeri Koziel**

Overlijdens

Elisabeth Vanschoonwinkel moeder van Ludmille Hayen (medewerker onderhoud, Tongeren)

Gustaaf De Ridder vader van Valère De Ridder (bewoner Woning 41, Zonhoven)

Ivon Smisdom vader van Sofie Smisdom (hoofdopvoedster Woning 41, Zonhoven)

Nieuwe medewerkers

Sinds juni 2020 zijn een aantal nieuwe medewerkers Ter Heide komen versterken. De volgende personen heten we dan ook van harte welkom in onze organisatie:

Anja Schepers	verpleegkundige Berk-Spar	Zonhoven
Anthony Huygen	leefgroepmedewerker Huis 8	Genk
Bart De Ceuster	medewerker grootkeuken	Borgloon
Celine Spronck	kinesist Henisberg	Tongeren
Claudia Briers	leefgroepmedewerker Woning 43	Zonhoven
Cloé Houten	leefgroepmedewerker Linde 2	Zonhoven
Edwin Vandereyt	medewerker technische dienst	Genk
Femke Vincent	leefgroepmedewerker Hof 1	Borgloon
Frauke Bynens	leefgroepmedewerker Huis 7	Genk
Gwendoline Cosemans	leefgroepmedewerker Woning 41	Zonhoven
Jeroen Bortels	medewerker ICT	Genk
Jorn Goffin	leefgroepmedewerker Huis 6	Genk
Kelly Urlings	leefgroepmedewerker Huis 5	Genk
Khadija Talmssou	medewerker onderhoud	Zonhoven
Laura Duchateau	zorgcoördinator Oase	Zonhoven
Lotte Vandevelde	leefgroepmedewerker Eik 1	Zonhoven
Kim Menten	medewerker technische dienst	Borgloon
Maarten Janssen	medewerker ICT	Genk
Mervenur Yavas	leefgroepmedewerker Berk 1	Zonhoven
Michel Everars	leefgroepmedewerker Huis 8	Genk
Morgan Neven	leefgroepmedewerker Eik 2	Zonhoven
Nathalie Knuts	medewerker nachtdienst	Midden-Limburg
Rani Claes	leefgroepmedewerker Huis 1	Zonhoven
Rudy Lambrechts	hoofd technische dienst	Borgloon
Sabrina Klee	leefgroepmedewerker Woning 41	Zonhoven
Sandra Beerden	leefgroepmedewerker Spar 3	Zonhoven
Siel Van Langendonck	leefgroepmedewerker Huis 6	Genk
Tine Hansen	leefgroepmedewerker Brik 3	Borgloon
Yoni Swerts	leefgroepmedewerker Eik 4	Zonhoven



Doodgewoon is ook speciaal

Ik hoor vaak van collega's dat ze niet weten wat ze moeten vertellen als ze de vraag krijgen of ze een bijdrage hebben voor Ter Heide nieuws. "Hier is niks spectaculairs gebeurd", klinkt het dan meestal. Vaak hebben mensen het idee dat het werk dat ze elke dag doen niet 'speciaal genoeg' is om over te vertellen. Maar niks is minder waar. Wat jij als vanzelfsprekend beschouwt, is net bijzonder in de ogen van iemand anders. Of kan misschien een bron van inspiratie zijn.

Neem nu de afgelopen zomerperiode. Normaal staat de septembereditie van Ter Heide nieuws vol met leuke verhalen van zomeruitstappen, kampen, groepsactiviteiten ... In de huidige situatie konden al deze activiteiten helaas niet doorgaan. Maar dat betekent niet dat er niets gebeurde in de leefgroepen, in tegendeel! De therapeuten werden extra creatief en organiseerden activiteiten voor heel de campus zonder dat bewoners hiervoor uit hun bubbel moesten komen, leefgroepen verzonnen verfrissende wateractiviteiten tijdens de hittegolf van deze zomer, er werden extra kookactiviteiten gedaan om de bewoners te trakteren op iets lekkers ...

Maar evengoed genoten de bewoners van kleine, fijne dingen zoals een dansje op hun lievelingslied, een tekening inkleuren, gekke bekken trekken ... Er hoeven geen vuurwerk en confetti aan te pas te komen om een dag fijn en speciaal te maken voor

onze bewoners. Een van hun mooiste eigenschappen is net genieten van de kleine dingen. Daarin kunnen we nog veel van hen leren. Geniet daarom van de momenten die je zelf misschien als vanzelfsprekend ervaart. Wees trots op de kleine dingen die je elke dag doet en weet dat ze veel kunnen betekenen voor anderen.

In Ter Heide nieuws zijn we niet op zoek naar het meest spectaculaire verhaal, maar wel naar verhalen van momenten die iets betekenden voor onze bewoners. Op welke manier ook. Geen tijd om pen op papier te zetten? Met een telefonische babbel kom je er ook. Verhalen en foto's voor het decembernummer van Ter Heide nieuws kunnen tot en met 13 november gedeeld worden met kari.feys@terheide.be of met de leden van de redactieraad:

Genk: steven.schepers@terheide.be
Zonhoven: tony.antheunis@terheide.be
Borgloon: cynthia.gilissen@terheide.be
Tongeren: leon.van.es@terheide.be

P.S.: Herkende jij de persoon op deze foto uit de oude doos of wil je een gokje wagen? Het antwoord zit verstopt in deze Ter Heide nieuws.



Colofon

Ter Heide nieuws

Nr. 3, 2020, verschijnt 4 maal per jaar

Redactieraad:

Hilde Kubben, Kari Feys, Leon Van Es, Tony Antheunis, Cynthia Gilissen, Isabelle Saint-Georges en Inne Driesen

Grafische vormgeving:

Gert Vos & Bart Hiemeleers (Gezel)

Verantwoordelijke uitgever:

Inne Driesen, Klotstraat 125, 3600 Genk

Kantoor afgifte: Hasselt 1 B-789

Ter Heide campus Genk

Klotstraat 125, 3600 Genk
 Tel. 089 32 39 30, Fax. 089 30 62 50

Ter Heide campus Zonhoven

Jacob Lenaertsstraat 33, 3520 Zonhoven
 Tel. 011 81 94 00

Ter Heide campus Brikhof

Brikhof 68, 3840 Borgloon
 Tel. 012 26 08 50

Ter Heide campus Henisberg

Baversstraat 32, 3700 Tongeren
 Tel. 012 39 83 80, Fax. 012 39 83 99





Kalender

Uitgesteld

Door de coronapandemie werden alle grote activiteiten tot augustus 2021 voorlopig voor onbepaalde tijd uitgesteld of afgelast. Ook de feestzaal van Ter Heide kan momenteel niet gebruikt worden voor de organisatie van evenementen.

Hartelijk welkom