

Het Uitbureau en welzijnsaanbod in Leythenrode

Over Alrijne Zorggroep

Wat ons Alrijne maakt, is de overtuiging dat mensen beter worden van goede zorg mét persoonlijke aandacht. Op onze locaties in Alphen aan den Rijn, Leiden en Leiderdorp bieden wij de beste zorg aan iedere patiënt en cliënt. En dat doen we samen: met patiënten en cliënten die de regie over hun eigen leven voeren, met deskundige en betrokken medewerkers, in samenwerking met huisartsen en andere zorgverleners.

Voor meer informatie over Alrijne Zorggroep kunt u terecht op www.alrijne.nl. Volg ons ook op Twitter en Facebook.

Contactgegevens Verpleeghuis Leythenrode

Verpleeghuis Leythenrode

Hoogmadeseweg 55

2351 CP Leiderdorp

071 581 7800

www.leythenrode.nl

Inhoud

Hoofdstuk	Pagina
1. Inleiding	4
2. Verenigingen en activiteiten in Leythenrode	5
2.1 Verenigingen	5
2.2 Activiteiten per losse inschrijving	6
2.3 Algemene centrale activiteiten	7
2.4 Weekoverzicht	8
2.5 Toelichting op de verenigingen en algemene centrale activiteiten	9
2.6 Evenementen	16
2.7 Activiteiten op en voor de afdeling	16
2.8 Individuele activerende aandacht als onderdeel van het zorgleefplan	17
2.9 Dagbestedingscoaching	17
3. Verdere welzijnsmogelijkheden	18
4. Bijdrage aan het welzijnsaanbod in Leythenrode	21

1. Inleiding

Wij vinden het belangrijk dat u zich thuis voelt in Leythenrode. Welzijn en welbevinden zijn daarin heel belangrijk. Leythenrode wil een breed aanbod aan activiteiten bieden dat nauw aansluit bij de behoeften van haar cliënten.

Uitbureau

Het Uitbureau organiseert activiteiten op het gebied van recreatie, ontspanning en festiviteiten. Deze activiteiten zijn in te delen in een aantal categorieën. Wij bieden diverse verenigingen en workshops, algemene centrale wekelijkse activiteiten, (periodieke) evenementen, activiteiten op of voor de afdelingen en individuele aandacht als onderdeel van het zorgleefplan.

Daarnaast zorgt het Uitbureau voor een overzicht van allerlei andere welzijnsactiviteiten die binnen Leythenrode worden georganiseerd door bijvoorbeeld vrijwilligers, geestelijk verzorgers, bewegingsagogen of kunstzinnig therapeut.

Het Uitbureau werkt samen met vele vrijwilligers, zonder wie wij u dit allemaal niet zouden kunnen aanbieden.

Voor wie?

Het Uitbureau organiseert activiteiten voor alle cliënten van Leythenrode. Een aantal activiteiten staat open voor bezoekers van buitenaf. Het aanbod is uitgebreid dus er is voor ieder wat wils!

Locatie

De activiteiten worden georganiseerd op verschillende plekken in huis. Veel verenigingen vinden plaats in de Tuinkamer. Ook vinden welzijnsactiviteiten plaats in de Pyramide, de hal, de serre en op de afdelingen. Regelmatig gaan we ook naar buiten.

Contact

Heeft u vragen of wilt u meer informatie? Kom dan gerust bij ons langs! U vindt ons naast de Tuinkamer.

Wij hopen dat u zult genieten van alle activiteiten in Leythenrode en wensen u heel veel plezier.

2. Verenigingen en activiteiten in Leythenrode

De verschillende categorieën welzijnsactiviteiten worden hieronder toegelicht.

2.1 Verenigingen

Het verenigingsleven is voor veel cliënten een herkenbare en waardevolle aanvulling op het wonen in Leythenrode. Onze verenigingen bieden u de mogelijkheid om anderen cliënten te ontmoeten, met elkaar iets te ondernemen en samen te genieten. U heeft keuze uit een ruim aanbod van verenigingen waar u lid van kunt worden. Er is voor ieder wat wils. Kunt u niet kiezen? U kunt lid worden van meerdere verenigingen.

Kenmerken verenigingen

- De verenigingen zijn een herkenbare aanvulling op het wonen in Leythenrode en voldoen aan de behoefte van iedere cliënt.
- De nadruk van de verenigingen ligt op elkaar ontmoeten, met elkaar iets ondernemen en samen genieten. Een vereniging heeft een activiteitenbegeleider als verenigingsleider. Hij of zij wordt veelal ondersteund door vrijwilligers.
- De verenigingen kunnen opgesplitst zijn per doelgroep (cliënten met dezelfde of een soortgelijke zorgvraag). Veel verenigingen zijn geschikt voor meerdere doelgroepen.
- De activiteit(en) van de verenigingen vinden één keer per week plaats op een vaste dag en vast tijdstip. Ze duren per bijeenkomst één tot anderhalf uur.
- Een vereniging kent een maximaal en minimaal aantal leden. Bij overschrijding van het maximum aantal leden, wordt u op de wachtlijst geplaatst. Indien het minimum aantal leden langdurig uitblijft, wordt de vereniging opgegeven.
- De verenigingen hebben een verenigingsruimte: de Tuinkamer, de Pyramide, de hal of de serre.

Beknopt overzicht van de verenigingen

- | | |
|-------------------|--|
| • Maandagochtend | Natuur |
| • Maandagmiddag | Hersengymnastiek |
| • Maandagavond | Klassieke muziek |
| • Dinsdagochtend | Schilderen |
| • Woensdagochtend | Beweeg mee (voor bewoners van De Laeck en De Leede) |
| • Woensdagochtend | Beweeg mee (voor bewoners van de Does, De Braassem en De Kaag) |
| • Vrijdagochtend | Bakactiviteit |

In het weekoverzicht kunt u in één oogopslag zien wanneer de verenigingen plaatsvinden.

Een beschrijving van de verenigingen vindt u onder het kopje “Toelichting op de verenigingen en algemene centrale activiteiten”.

Spelregels lid worden van een vereniging

- Iedere cliënt kan lid worden van ten minste één vereniging.
- Inschrijving is voor een half jaar.
- Per februari en september gelden steeds nieuwe inschrijvingen.
- Iedere cliënt kan –indien gewenst– bij de halfjaarlijkse wissel één vereniging continueren.
- De lidmaatschappen van de verenigingen worden zo eerlijk mogelijk verdeeld. Instroom is op basis van het aantal lidmaatschappen dat de cliënt heeft.
- Steeds wordt gekeken in hoeverre een activiteit aansluit bij de mogelijkheden van de cliënt.
- Als een vereniging vol is, komt de cliënt op een wachtlijst.
- Als een cliënt twee achtereenvolgende halve jaren een vereniging heeft gecontinueerd, gaan cliënten voor, die niet eerder lid zijn geweest van de betreffende vereniging.
- Voor nieuwe cliënten die gedurende het lopende halfjaar in Leythenrode komen wonen, is het altijd mogelijk om in te stappen in ten minste één vereniging.
- Indien een cliënt regelmatig of langdurig niet aanwezig is bij een vereniging vindt overleg plaats met de cliënt of diens eerste contactpersoon en EVV-er over al dan niet (tijdelijk) stoppen van deelname zodat er (tijdelijk) andere cliënten kunnen deelnemen.
- Revalidanten kunnen uitsluitend per keer deelnemen als er plaats is in een vereniging.

2.2 Activiteiten per losse inschrijving

Voor sommige activiteiten kunt u zich per keer inschrijven. Voor deze activiteiten vragen we ook een extra bijdrage in de kosten. Steeds wordt gekeken in hoeverre een activiteit aansluit bij de mogelijkheden van de cliënt.

- Donderdagochtend Workshop



2.3 Algemene centrale activiteiten

Naast de verenigingen organiseren het Uitbureau, andere disciplines en vrijwilligers verschillende activiteiten waar u niet lid van hoeft te zijn of zich voor hoeft in te schrijven.

- | | |
|--------------------|--|
| • Maandagochtend | Beweegplein sportinstuif |
| • Maandagmiddag | Beweeggroep De Braassem |
| • Maandagavond | Damvereniging |
| • Dinsdagochtend | Zingen met... (De Leede) |
| • Dinsdagochtend | Gespreksgroep BraKa (De Braassem en De Kaag) |
| • Dinsdagochtend | Gespreksgroep KaDoes (De Kaag en De Does) |
| • Dinsdagmiddag | Zang |
| • Dinsdagmiddag | Beweeggroep De Leede |
| • Dinsdagmiddag | Rozenkransgebed (in mei en oktober) |
| • Dinsdagavond | Koffieavond |
| • Woensdagmiddag | Live muziek (PG) |
| • Woensdagmiddag | Pyramidemiddag |
| • Donderdagochtend | Reminiscentie (PG) |
| • Donderdagochtend | Kleine viering (PG) |
| • Donderdagmiddag | Sportinstuif op het beweegplein |
| • Donderdagavond | Pyramideavond |
| • Vrijdagochtend | Sprookjesgroep (PG) |
| • Vrijdagmiddag | Café |
| • Vrijdagmiddag | Beweeggroep De Laeck |
| • Vrijdagavond | Koffieavond |
| • Zaterdagochtend | In gesprek |
| • Zaterdagochtend | Bloemenquiz Irol |
| • Zaterdagmiddag | Kamermuziekconcert (8 maal per jaar) |
| • Zondagochtend | Viering |

In het weekoverzicht kunt u in één oogopslag zien wanneer bovenstaande centrale activiteiten plaatsvinden.

Een beschrijving van de algemene centrale activiteiten vindt onder het kopje "Toelichting op de verenigingen en algemene centrale activiteiten".

2.4 Weekoverzicht verenigingen en welzijnsactiviteiten in Leythenrode

	Ochtend	Middag	Auond
Maandag	Natuur	Hersengymnastiek	Klassieke muziek
	Sportinstuif (beweegplein)	Beweeggroep De Braassem	Damvereniging
Dinsdag	Schilderen	Zang	Koffieavond
	Zingen met... (De Leede)	Beweeggroep De Leede	
	Gespreksgroep BraKa /KaDoes (somatic)		
	Rozenkransgebed		
Woensdag	Beweeg mee (PG)	Live muziek (PG)	
	Beweeg mee (somatic)	Pyramidemiddag	
Donderdag	Workshop	Sportinstuif (beweegplein)	Pyramideavond
	Zwemmen		
	Reminiscentie (PG)		
	Kleine viering (PG)		
Vrijdag	Bakactiviteit (somatic)	Café	Koffieavond
	Sprookjesgroep (PG)	Beweeggroep De Laeck	
Zaterdag	In gesprek	Kamermuziekconcert (8x per jaar)	
	Bloemenquiz IROL		
Zondag	Viering		

= per inschrijving bij het Uitbureau (m.u.v. zwemmen)

= vrije inloop

2.5 Toelichting op de verenigingen en algemene centrale activiteiten

Bij lidmaatschap van verenigingen en activiteiten wordt steeds gekeken in hoeverre de activiteit aansluit bij de mogelijkheden van de cliënt.

Bakactiviteit (somatiek)

Tijdens deze kook- en bakvereniging gaan we aan de slag met de 'mobiele keuken'. We maken iets voor bij de koffie, het middageten of misschien doen we zelfs wel de voorbereidingen van een heuse high tea. Uiteraard wordt er wel eerst voorgeproefd!

Voor wie? Per lidmaatschap van de vereniging: bewoners van De Kaag, De Braassem en De Does.
Cliënten van 't Joppe in overleg.

Locatie: Afwisselend op De Kaag, De Braassem en De Does

Dag en tijd: Vrijdag van 10.30 tot 12.00 uur

Beweeg mee (PG)

De ene week gaat u buiten wandelen de andere week gaat u binnen bewegen. De wandelclub bestaat uit bewoners en begeleiders. Bent u voor de wandeling afhankelijk van een rolstoel dan zal uw begeleider uw rolstoel duwen. Om u te kunnen inschrijven is een mantelzorger als begeleider gewenst. Heeft u geen mantelzorger om u te begeleiden dan is het mogelijk om een vrijwilliger in te zetten. De beweegactiviteit wordt zo aangeboden dat bijna iedereen mee kan doen. Het gaat bij deze activiteit vooral om ontspanning en plezier waarbij de bewegingsmogelijkheden worden onderhouden. Bewegingsoefeningen worden afgewisseld met spel.

Voor wie? Per lidmaatschap van de vereniging: bewoners van De Laeck en De Leede.
Cliënten van De Wijde Aa in overleg.

Locatie: Buiten of in de Tuinkamer

Dag en tijd: Woensdag van 10.30 tot 12.00 uur

Beweeg mee (somatiek)

De ene week gaat u buiten wandelen de andere week gaat u binnen bewegen. De wandelclub bestaat uit bewoners en begeleiders. Bent u voor de wandeling afhankelijk van een rolstoel dan zal uw begeleider uw rolstoel duwen. Om u te kunnen inschrijven is een mantelzorger als begeleider gewenst. Heeft u geen mantelzorger om u te begeleiden dan is het mogelijk om een vrijwilliger in te zetten. De beweegactiviteit wordt zo aangeboden dat bijna iedereen mee kan doen. Het gaat bij deze activiteit vooral om ontspanning en plezier waarbij de bewegingsmogelijkheden worden onderhouden. Bewegingsoefeningen worden afgewisseld met spel.

Voor wie? Per lidmaatschap van de vereniging: bewoners De Kaag, De Braassem en De Does.
Cliënten van 't Joppe in overleg.

Locatie: Buiten of in de Tuinkamer

Dag en tijd: Woensdag van 10.30 tot 12.00 uur

Beweeggroep

Tijdens deze beweegactiviteit worden alle lichaamsdelen geoefend. Hierbij maken wij gebruik van het eigen lichaamsgewicht, ballen, ballonnen en ander materiaal. De beweeggroep wordt uitgevoerd in één van de huiskamers op de afdeling onder begeleiding van de bewegingsagoog.

<i>Voor wie?</i>	De beweeggroep is bedoeld voor de bewoners van de afdeling waarop de activiteit wordt gegeven.
<i>Dag en tijdstip en locatie:</i>	Maandag van 14.30 tot 15.30 uur op De Braassem Dinsdag van 14.00 tot 15.00 uur op De Leede Vrijdag van 14.30 tot 15.30 uur op De Laeck

Bloemenquiz via de IROL (interne radio)

Op zaterdagochtend zendt de IROL (Interne Radio Omroep Leythenrode) de bloemenquiz uit. Aan de hand van liedjes worden vragen gesteld. U kunt samen met andere bewoners gezellig met elkaar de quiz maken in bijvoorbeeld uw huiskamer of in de hal van Leythenrode. De winnaar van de quiz ontvangt een bos bloemen!

<i>Voor wie?</i>	Door alle bewoners van Leythenrode te beluisteren.
<i>Locatie:</i>	Via de Interne Radio Omroep Leythenrode (IROL) overal in huis.
<i>Dag en tijd:</i>	Zaterdag van 10.00 tot 11.30 uur

Café

Het café is de plek waar u terecht kunt om, onder het genot van een drankje en hapje, te kaarten, een spel te spelen of gewoon gezellig bij elkaar te zijn.

<i>Voor wie?</i>	Het Café staat open voor alle bewoners van Leythenrode.
<i>Locatie:</i>	Tuinkamer
<i>Dag en tijd:</i>	Vrijdag van 15.00 tot 16.30 uur

Damvereniging

De damvereniging Leiderdorp maakt iedere maandagavond gebruik van de ruimte van de Spriet. Bewoners mogen zonder verplichtingen deelnemen aan de damavonden op de Spriet.

<i>Voor wie?</i>	Het dammen staat open voor bewoners van De Kaag, De Braassem, De Does en 't Joppe.
<i>Locatie:</i>	De Spriet
<i>Dag en tijd:</i>	Maandag van 19.45 tot 21.00 uur

Gespreksgroep BraKa

Tijdens de gespreksgroep onder begeleiding van de geestelijk verzorger, komt een grote verscheidenheid aan onderwerpen aan bod. We praten bijvoorbeeld over gevoelens zoals dankbaarheid of eenzaamheid, uw levensbalans (verandering, dromen) of de kerkelijke feestdagen en speciale feestdagen zoals 5 mei en Sinterklaas.

Voor wie? Bij de gespreksgroep zijn alle bewoners van De Braassem en De Kaag welkom.

Locatie: De Braassem

Dag en tijd: Iedere eerste dinsdag van de maand van 11.00 tot 12.00 uur

Gespreksgroep KaDoes

Tijdens de gespreksgroep onder begeleiding van de geestelijk verzorger, komt een grote verscheidenheid aan onderwerpen aan bod. We praten bijvoorbeeld over gevoelens zoals dankbaarheid of eenzaamheid, uw levensbalans (verandering, dromen) of de kerkelijke feestdagen en speciale feestdagen zoals 5 mei en Sinterklaas.

Voor wie? Bij de gespreksgroep zijn alle bewoners De Kaag en De Does welkom.

Locatie: De Does

Dag en tijd: Iedere derde dinsdag van de maand van 11.00 tot 12.00 uur

Hersengymnastiek

Tijdens de hersengymnastiek doen we denk- en geheugenspellen. Door actief deel te nemen wordt het denkvermogen geactiveerd en het geheugen getraind. De activiteit wordt speciaal aangeboden voor bewoners met geheugenproblemen.

Voor wie? Per lidmaatschap van de vereniging: Hersengymnastiek staat open voor alle bewoners van Leythenrode die het leuk vinden om hun hersenen te kraken. Cliënten van 't Joppe en de Wijde Aa in overleg.

Locatie: Tuinkamer

Dag en tijd: Maandag van 15.00 tot 16.00 uur

In gesprek

U bent van harte welkom in de centrale hal voor een lekker kopje koffie of thee, met een praatje omtrent het laatste nieuws of een thema, afgewisseld met deelname aan de Bloemenquiz van de Irol.

Voor wie? Alle bewoners van Leythenrode zijn welkom.

Locatie: Centrale hal

Dag en tijd: Zaterdag van 10.00 tot 11.30 uur

Klassiek kamermuziekconcert

Acht maal per jaar wordt er een klassiek kamermuziekconcert gegeven door professionele musici. Via affiches op de mededelingenborden wordt aangekondigd wanneer het concert is, wie de muzikanten zijn en welke instrumenten zij bespelen.

Voor wie? Het klassieke kamermuziekconcert is toegankelijk voor alle bewoners. Bezoekers van buiten Leythenrode zijn ook van harte welkom.
De toegang is gratis. Voor een drankje vooraf en in de pauze zijn bij de receptie bonnenboekjes à € 5,- te verkrijgen.

Locatie: Pyramide

Dag en tijd: Zaterdag van 14.45 tot 16.15 uur

Klassieke muziek

Bij de klassieke muziekkavond wordt geluisterd naar klassieke muziek of gekeken en geluisterd naar klassieke muziekconcerten. Tussen de muziekstukken door wordt informatie gegeven over de muziek, de uitvoering en de componist.

Voor wie? Per lidmaatschap van de vereniging: de vereniging Klassieke muziek staat open voor alle bewoners van Leythenrode. Cliënten van 't Joppe en de Wijde Aa in overleg.

Locatie: Tuinkamer

Dag en tijd: Maandag van 19.30 tot 21.00 uur

Kleine viering (PG)

Korte toegankelijke oecumenische kerkvieringen met een vaste opbouw, onder leiding van de geestelijk verzorger. Centraal staat een positieve geloofsbeleving waarin alle zintuigen meedoen..

Voor wie? Alle bewoners van De Laeck en De Leede zijn van harte welkom bij de kleine viering op hun afdeling.

Locatie: Afwisselend de huiskamer van De Laeck of van De Leede

Dag en tijd: Voor de Laeck: iedere tweede donderdag van de maand
Voor de Leede: iedere vierde donderdag van de maand
Van 11.00 tot 11.45 uur

Koffieavond

Twee avonden in de week kunt u uw bezoek meenemen naar de Pyramide om gezellig een kop koffie of thee te drinken, waarbij de koffie en thee ook voor uw bezoek gratis is.

Voor wie? Op de koffieavond zijn alle bewoners van Leythenrode en hun bezoek welkom.

Locatie: Pyramide

Dag en tijd: Dinsdag en vrijdag van 18.30 tot 20.00 uur

Live muziek (PG)

Op deze middag wordt u live muziek aangeboden. Het aanbod is gevarieerd en de muziek doet oude tijden herleven. U mag gezellig meezingen en als u wilt mag u ook een dansje wagen. Uw naasten zijn ook van harte welkom om deze middag mee te beleven.

Voor wie? Bewoners van De Laeck, De Leede en De Wijde Aa en hun bezoek zijn van harte welkom op deze muziekmiddag.

Locatie: De Tuinkamer, eens per maand in de Pyramide

Dag en tijd: Woensdag van 14.30 tot 16.00 uur

Natuur

De natuurvereniging wilt u dichterbij de natuur brengen door de natuur 'in huis' te halen. Dit gebeurt bijvoorbeeld door het uitnodigen van een spreker, het in huis halen van dieren en planten, kennis delen in spel- en quizvorm over diverse onderwerpen, creatief bezig zijn met natuurlijke materialen, af en toe naar buiten de natuur in en het kijken van een natuurfilm. Voor de natuurvereniging is het belangrijk dat u feeling heeft met de natuur.

Voor wie? Per lidmaatschap van de vereniging: Natuur staat open voor alle bewoners van Leythenrode. Cliënten van 't Joppe en de Wijde Aa in overleg.

Locatie: Tuinkamer

Dag en tijd: Maandag van 10.30 tot 12.00 uur

Pyramidemiddag

U kunt een bezoek brengen aan de inloop voor een kopje koffie en gezelligheid. Het is een ontspannen middag met spelletjes, kaarten en muziek. U kunt komen om mee te doen, te kijken of voor een praatje. Ook wordt er regelmatig wat lekkers gebakken. U hoeft zich niet op te geven voor deze activiteit. Iedere woensdagmiddag wordt op de afdelingen gevraagd wie er mee wil.



Voor wie? Tijdens de inloop zijn alle bewoners van Leythenrode welkom.

Locatie: Pyramide, eens per maand in de Tuinkamer

Dag en tijd: Woensdag van 15.00 tot 16.30 uur

Pyramideavond

De Pyramideavond is het avondje uit in eigen huis. Er is een afwisselend programma met muziek, theater, bingo en film. In de maandkalender staat wekelijks het programma. Optredens en film worden op het mededelingenbord in de hal bekend gemaakt.

Voor wie? Bij de Pyramideavond zijn alle bewoners van Leythenrode welkom. Bezoekers van buiten Leythenrode zijn ook van harte welkom en betalen € 3,50 entree. Dit is het arrangement voor koffie en een drankje en hapje in de pauze.

Locatie: Pyramide

Dag en tijd: Donderdag van 19.30 tot 21.15 uur

Reminiscentie (PG)

Reminiscentie bestaat uit het bewust ophalen van herinneringen. Tijdens deze gespreksgroepen, onder begeleiding van een psycholoog of maatschappelijk werkende, spreken we samen met u over thema's van vroeger. Regelmatig nemen we ook een voorwerp van weleer mee. Het kan heel fijn zijn om gezamenlijk herinneringen op te halen en verhalen te vertellen.

Voor wie? De deelnemers zijn bewoners van De Laeck of De Leede.

Locatie: Zowel op De Laeck als op De Leede

Dag en tijd: Donderdag van 15.00 tot 16.00 uur

Rozenkransgebed

Tijdens het rozenkransgebed, dat bestaat uit het meermaals bidden van het Onze Vader en het Weesgegroet, mediteren we op de gebeurtenissen in het leven van Jezus. Het bidden van de rozenkrans gaat gepaard met het gedenken van de mysteries (de geloofsgeheimen) die samen een samenvatting geven van het evangelie.

Voor wie? Iedereen die katholiek is of een moment van bezinning wil ervaren, is van harte welkom.

Locatie: Huiskamer De Klaproos op afdeling de Spriet (dagbesteding)

Dag en tijd: In mei en oktober (de Maria-maanden) iedere dinsdag van 14.30 – 16.00 uur

Schilderen

Het schilderen is een activiteit waarbij u uw hobby uit kunt oefenen of een hobby kunt ontwikkelen. Er zijn mogelijkheden voor veel verschillende technieken. Deelnemers hoeven niet goed te kunnen schilderen, maar het is wel van belang dat u creatief bent ingesteld en schilderen en/of kleuren -voor- volwassenen leuk vindt.

Voor wie? Per lidmaatschap van de vereniging: Schilderen staat open voor alle bewoners van Leythenrode. Cliënten van 't Joppe en de Wijde Aa in overleg.

Locatie: Tuinkamer

Dag en tijd: Dinsdag van 10.30 tot 12.00 uur

Sportinstuif op het Beweegplein

Twee keer per week is er een sportinstuif op het beweegplein. U kunt samen met de bewegingsagoog sporten en bewegen. Iedere week is een andere vorm van bewegen. Een sportinstuif betekent dat u mag komen en gaan wanneer het u uitkomt.

<i>Voor wie?</i>	De Sportinstuif op het Beweegplein is voor iedere bewoner die behoefte heeft aan een extra beweegmoment in de week.
<i>Locatie:</i>	Beweegplein op de begane grond
<i>Dag en tijdstip:</i>	Maandag van 10.00 tot 11 uur Donderdag van 14.45 tot 15.45 uur

Sprookjesgroep (PG)

Iedereen kent wel een sprookje. We hebben in onze jeugd of later als volwassenen wel eens sprookjes gehoord, gelezen, verteld of voorgelezen. Samen in een groep kunt u, onder begeleiding van de kunstzinnig therapeut, luisteren naar een sprookje of een verhaal dat wordt verteld door de kunstzinnig therapeut. Sprookjes maken herinneringen wakker, herinneringen die nog wel goed in uw geheugen zijn opgeslagen. U traint ongemerkt uw geheugen. Hierna wordt u uitgenodigd om het verhaal, uw belevenissen of gevoelens kunstzinnig te verbeelden. Ervaring is niet nodig. Iedereen kan meedoen! Het gaat niet om de bestemming maar om de reis daar naartoe.

<i>Voor wie?</i>	Bewoners van de Leack en De Leede
<i>Locatie:</i>	De Laeck
<i>Dag en tijd:</i>	Vrijdag in de even weken van 10.30 tot 12.00 uur

Viering

Elke zondagmorgen wordt in de Pyramide een kerkviering gehouden. Afwisselend is het een protestantse, rooms-katholieke of humanistische viering.

<i>Voor wie?</i>	Iedereen is van harte welkom om de viering te bezoeken; bewoners en hun bezoek, zorgmedewerkers en bezoekers van buiten Leythenrode.
<i>Locatie:</i>	Pyramide
<i>Dag en tijd:</i>	Zondag van 10.15 tot 11.15 uur

Workshop

Tijdens de workshop worden verschillende activiteiten aangeboden. Wat dacht u bijvoorbeeld van bloemschikken, creatief bezig zijn of een interessante lezing van een spreker. U kunt zich per keer voor de workshop opgeven. Heeft u zelf een voorstel, overleg het met onze verenigingsleider. Afhankelijk van de activiteit binnen de workshop wordt een extra bijdrage gevraagd. Houd het aankondigingsbord in de gaten voor meer informatie.

<i>Voor wie?</i>	Per inschrijving: de Workshop staat open voor alle bewoners van Leythenrode. Cliënten van 't Joppe en de Wijde Aa in overleg.
<i>Locatie:</i>	Tuinkamer
<i>Dag en tijd:</i>	Donderdag van 10.30 tot 12.00 uur

Zang

Op de zangvereniging worden wekelijks allerlei liedjes gezongen: liedjes van vroeger, vaderlandse liedjes en liedjes uit de jaren zestig tot nu. U hoeft geen goede zangstem te hebben; belangrijker is dat u er plezier aan beleeft. Wist u dat u van 10 minuten zingen per dag gelukstofjes aanmaakt en dus gelukkiger kunt worden?

Voor wie? Alle bewoners van Leythenrode en hun mantelzorgers zijn welkom bij de Zang in overleg.

Locatie: Tuinkamer

Dag en tijd: Dinsdag van 15.00 tot 16.30 uur

Zingen met... (De Leede)

Iedere dinsdag zingen Jolieke of Jan & Jaap samen met de bewoners van De Leede. Samen zingen ontspant en herinnert ons aan vroeger.

Voor wie? Zingen met... staat open voor de bewoners van De Leede.

Locatie: De Leede

Dag en tijd: Dinsdag van 10.45 tot 11.45 uur

Zwemmen

Onder begeleiding wordt gezwommen in een verwarmd bad. Er kan geoefend worden met de bewegingsagoog of u kunt ontspannend zwemmen. Er worden echter geen banen getrokken. Voor meer informatie of opgeven kunt u contact opnemen met de EVV-er of met bewegingsagoog Vivian de Jong.

E vfmjdejong@alrijne.nl

T 071 581 7871.

Voor wie? Het zwemmen staat open voor alle bewoners van Leythenrode.

Locatie: Zwembad de Does

Dag en tijd: Donderdag van 10.15 tot 12.30 uur

2.6 Evenementen

Ongeveer eens per maand wordt er een grotere, centrale activiteit georganiseerd in huis. U kunt hierbij denken aan de Noordzeedag, de Modeshow of de Wintermarkt. Maar ook een Oudjaarsfeest, Burendag of een evenement bij grote sportgebeurtenissen. Sommige evenementen zoals de "Vakantieweek in eigen huis" en de Wandelvierdaagse duren zelfs meerdere dagen! Houd de affiches in de gaten voor meer informatie hierover.

2.7 Activiteiten op en voor de afdeling

Op de afdeling worden ook activiteiten verzorgd door het Uitbureau en andere disciplines als de bewegingsagogen, de kunstzinnig therapeut of de psycholoog. Voorbeelden hiervan zijn samen koffiedrinken en een spel spelen, bewegen met het Silverfit-programma, de bijeenkomsten "Vruchten van het leven" en de reminiscentie. Daarnaast verzorgt het zorgteam van de afdeling ook activiteiten als het paasontbijt of een kerstviering.

Ook worden er busritten en uitstapjes georganiseerd. Dit kan gaan om een uitstapje naar een tuincentrum, koffiedrinken in het park of een bezoek aan de Keukenhof of de dierentuin.

Op het activiteitenbord op de afdeling kunt u zien welke activiteiten die week worden aangeboden op uw afdeling.

2.8 Individuele activerende aandacht als onderdeel van het zorgleefplan

Er kunnen redenen zijn om individuele aandacht te indiceren van bijvoorbeeld een activiteitenbegeleider of de kunstzinnig therapeut. Mocht u hieraan behoefte hebben, geef dit dan aan bij uw EVV-er. Het doel van individuele activerende aandacht wordt vastgelegd in het zorgleefplan.

2.9 Dagbestedingscoaching

Hoe zag uw dag eruit voordat u in Leythenrode kwam wonen en hoe wilt u dat uw dag er nu uit ziet? Wat zijn uw wensen en mogelijkheden op het gebied van dagbesteding, wat kunt u hierin zelf doen en wat kunnen uw naasten hierin betekenen. Deze zaken bespreekt u met uw EVV-er. Wanneer het echter niet lukt om met uw eigen netwerk en mogelijkheden uw wensen te realiseren dan kan de dagbestedingscoach u verder helpen.

De dagbestedingscoach is een specialist op het gebied van welzijn en activiteiten. Zij kijkt samen met u naar uw specifieke vraag en wat er nodig is deze te verwezenlijken. Vervolgens kan zij u, uw mantelzorgers, medewerkers en vrijwilligers ondersteunen om uw gewenste dagbesteding te realiseren.

3. Verdere welzijnsmogelijkheden

Uitleen van film- en muziek-dvd's en cd's

Mocht u een dvd of cd willen lenen, vraag daarnaar bij een van de medewerkers van het Uitbureau.

Uitleen van boeken uit de bibliotheek

U kunt vrij een boek lenen uit de bibliotheek op de begane grond. Wanneer u het boek uit heeft, graag het boek weer terugbrengen naar de bibliotheek zodat iemand anders er weer van kan genieten. Er zijn ook enkele groot-letter-boeken.

Uitleen van spelmateriaal via de afdelingen

Op de afdelingen zijn verschillende spellen die u kunt lenen. Vraag een zorgmedewerker naar de mogelijkheden.

Wisselende expositie in de hal

In de hal en de gangen op de begane grond zijn wisselende exposities te zien van kunstenaars en onze eigen cliënten.

Restaurant in de Pyramide

De Pyramide is zeven dagen in de week geopend. Van 8.00 tot 17.00 uur kunt u hier terecht voor een hapje en een drankje. Ook buiten deze tijden kunt u terecht in de Pyramide, er is dan echter geen barbediening aanwezig. Tussen 11.30 en 13.15 uur is de mogelijkheid tot het nuttigen van een lunch. Op vrijdagmiddagen in de even weken is er live pianospel.

Gebruik van de sfeerkamer “De Buurvrouw”

“De Buurvrouw” is een ruimte op de beneden etage aan het einde van de gang richting het Uitbureau en afdeling De Laeck. In de kamer staan allemaal spullen van weleer om samen herinneringen op te halen. Ook kunt u hier samen met uw naaste koffie drinken of een spelletje spelen.



Stiltecentrum

Het stiltecentrum op de begane grond is voor iedereen die behoefte heeft aan rust en inkeer, voor zowel gelovige als niet gelovige mensen. Men kan er Maria eren, tot God, Allah of Jahweh bidden, of mediteren, een voorbede opschrijven of een kaarsje opsteken.

Tuinen rondom Leythenrode

Leythenrode ligt in een groene omgeving. U kunt heerlijk rondom het huis wandelen en genieten van alles wat groeit en bloeit op de vele verschillende plekjes. Daarnaast is er een groot terras, gelegen aan de Pyramide, waar u met goed weer heerlijk uw bezoek mee naar toe kan nemen. Aan het terras ligt ook een boerderijtje met geiten, kippen en konijnen.

Beweegplein

In de hal is plek gecreëerd waar bewegen centraal staat. Deze hoek is speciaal ingericht om bewegen te stimuleren. U kunt hier samen met uw familie, vrijwilligers of personeel, gebruik maken van verschillende materialen en bijbehorende beweegkaarten. Zo kunt u hockey spelen, bowlen, badmintonnen, gebruik maken van de air hockey-tafel, baloefeningen en werpoefeningen doen. Op twee momenten in de week is een sportinstuif onder begeleiding van de bewegingsaggoog. Zie hiervoor het whiteboard bij het beweegplein.

Rolstoelbus

Stichting Vrienden van Leythenrode stelt bewoners van Leythenrode in de gelegenheid om, tegen geringe vergoeding, gebruik te maken van de rolstoelbus voor leuke uitstapjes. De bus wordt gereden door een vrijwillige chauffeur. U dient vier weken van te voren uw aanvraag te doen bij de coördinator vrijwilligerswerk (mavoerman@alrijne.nl) met vermelding van naam, afdeling, datum, vertrektijd, doel van de rit en terugkomsttijd. De rekening krijgt u achteraf van de afdeling zorgadministratie toegestuurd.

Duofiets

Met de duofiets kunt u samen met uw familielid of een vrijwilliger naar buiten om te fietsen en van het mooie weer te genieten. Bij de receptie kunt u hierover meer informatie krijgen.

Elektrische rolstoelfiets

Op de rolstoelfiets, met elektrische trapondersteuning, kan een rolstoel gemonteerd worden. Zo kunt u met uw rolstoel meegenomen worden voor een fietstochtje. Vrijwilligers halen u graag op voor een ritje, maar ook familieleden kunnen u mee uit fietsen nemen. Zij ontvangen dan wel eerst een instructie over het gebruik van de rolstoelfiets. U kunt zich hiervoor opgeven bij de receptie.



Schoonheidsspecialiste

De schoonheidsspecialiste van Wellness Paradise Lotte, kan op afspraak bij u komen om u een behandeling te geven. Kom naar het Uitbureau voor meer informatie hierover en het maken van een afspraak.

Kapsalon

De kapsalon op de begane grond is er voor alle bewoners, zowel heren als dames. Via de receptie kunt u een afspraak maken voor de dinsdag of donderdag. Indien u zelf niet naar de kapsalon kunt komen, wordt u opgehaald door een vrijwilliger.

De vruchten van het leven – een kunstzinnige reis door de biografie

De vruchten van het leven is een kunstzinnige gespreksgroep waarbij eigen herinneringen uit het levensverhaal centraal staan.

Met een groep van 4 tot 8 bewoners worden, in 6 bijeenkomsten van twee uur, aan de hand van thema's dierbare herinneringen uit het leven opgehaald en met elkaar gedeeld. Er worden verhalen en gedichten voorgelezen en we bekijken kunstafbeeldingen. Daarna gaan we in gesprek over onze 'vruchten'. Belangrijke levensherinneringen worden vaak in beelden opgeslagen. Daarom wordt u ook uitgenodigd om uw belevingen en gevoelens kunstzinnig te verbeelden. Ervaring is niet nodig. De opdrachten zijn eenvoudig en er is begeleiding bij die u kan helpen. Iedereen kan dus meedoen! Alle bewoners van Leythenrode kunnen meedoen aan deze kunstzinnige reis door de biografie. Voor deelname kunt u worden doorverwezen door een arts, maar u kunt zich ook op eigen initiatief aanmelden. Geef aan bij uw EVV'er dat u graag zou willen deelnemen aan het project "De vruchten van het leven". Zij geeft dit dan door aan de kunstzinnig therapeut. Bij voldoende belangstelling start een nieuw programma. Locatie en tijden gaan in overleg.

Kijken naar kunst – de kunst van het kijken

In een groep kijkt u gezamenlijk naar een kunstwerk waarbij een open discussie op gang wordt gebracht door de kunstzinnig therapeut. Zij stelt drie open vragen:

- Wat gebeurt er op deze afbeelding?
- Waaraan zie je dat?
- En wat kan je nog meer ontdekken?

Om de beurt mag een deelnemer op deze vragen reageren. Deze vragen stimuleert u nauwkeurig te observeren, te formuleren, te onderbouwen wat u ziet en een actieve deelname aan het gesprek. Maar ook kunnen persoonlijke doelen een rol spelen. Zo kunt u leren met grenzen van uzelf of een ander om te gaan, uw communicatie te verbeteren maar ook uzelf beter te uiten. U leert naar elkaar luisteren, op elkaar wachten maar ook inleven in hoe een ander de wereld ziet.

Uiteindelijk kijken we allemaal naar hetzelfde kunstwerk, maar toch zien we andere dingen of ervaren we verschillende dingen. Door mee te kijken met de waarnemingen van anderen, ernaar te luisteren en zelf te overwegen, stijgen er nieuwe mogelijkheden en visies op. U wordt als het ware door elkaar geïnspireerd. Het denken wordt aan het werk gezet en diepere denklagen worden aangesproken. Bovendien kan het ook gewoon erg leuk zijn om naar kunst te kijken. Bij voldoende belangstelling (min 8 personen) wordt er in overleg een plaats en een tijdstip bepaald. Bij uw EVV'er kunt u aangeven dat u interesse heeft. Dit wordt dan doorgegeven aan de kunstzinnig therapeut.

4. Bijdrage aan het welzijnsaanbod in Leythenrode

Leythenrode is trots op het grote welzijnsleven dat zij voor haar cliënten organiseert. Er is veel te beleven en voor ieder iets wils. Om dit voort te kunnen zetten en u deze grote diversiteit aan ontspanningsmogelijkheden te kunnen blijven bieden vragen wij een bijdrage voor het gehele aanbod dat wij in huis bieden.

Cliënten van De Laeck, De Leede, De Does, De Braassem en De Kaag

Cliënten die in Leythenrode wonen, vragen wij voor het gehele welzijnsaanbod een bijdrage van € 20,- per maand. Voor dat bedrag kunt u deelnemen aan alle activiteiten in Leythenrode (met inachtneming van de spelregels rond verenigingen). Voor bijzondere activiteiten zoals de workshop, zwemmen of bijvoorbeeld een uitstapje naar de Keukenhof wordt per keer een bijdrage gevraagd.

Revalidanten

Als revalidant kunt u ook gebruik maken van het algemene, vrij toegankelijke welzijnsaanbod in Leythenrode. U kunt zich echter niet vast inschrijven voor een vereniging. Dit kan per keer, mits er plek is bij de vereniging.

Revalidanten betalen voor het algemene aanbod een bijdrage van € 10,- per maand. Wilt u deelnemen aan een verenigingsactiviteit, dan vragen wij daar per keer € 5,- voor. Voor bijzondere activiteiten als de workshop en bijvoorbeeld een uitstapje naar de Keukenhof wordt per keer een bijdrage gevraagd.

