

Vrienden van De Hoge Weide en 't Talma

“Als we het doen, dan doen we het goed”, verklaart Gera Langeler, bestuurslid van Stichting Vrienden van De Hoge Weide en 't Talma.

Door bijdragen van diverse fondsen, maar vooral door de betrokkenheid van de inwoners van Laren, is het de stichting gelukt om een lang gekoesterde wens in vervulling te laten gaan: een duofiets voor woonzorgcentrum 't Talma. Het leven van de bewoners krijgt een positieve impuls door middel van een eenvoudige, maar krachtige daad: samen fietsen.

Bestuursleden Henk Wolters en Gera Langeler delen hun ervaringen sinds de oprichting van de stichting, inmiddels twee jaar geleden. De stichting werd geboren uit de behoefte om het leven van bewoners te verrijken, los van de zorg die Marga Klompé biedt. Henk, ook als vrijwilliger betrokken bij het koffieschenken bij 't Talma, is het nieuwste bestuurslid en vertelt over het verzoek van het management om fondsen te kunnen werven en om donaties te ontvangen.

Het streven naar buitenactiviteiten: de Duofiets

Een belangrijke behoefte die naar voren kwam, was de wens van bewoners en medewerkers voor meer buitenactiviteiten. Wandelen bleek toch wat eentonig, waardoor het idee van een duofiets naar voren kwam. Deze speciale fiets bood bewoners de mogelijkheid om samen te genieten van buitenactiviteiten. Het idee om de duofiets in eigen beheer te hebben, bood voordelen op het gebied van toegankelijkheid en beschikbaarheid, vooral voor familieleden.



“De duofiets vervult een lang gekoesterde wens.”

“De betrokkenheid van de inwoners van Laren was opmerkelijk en hartverwarmend te noemen.”

Fondsenwerving en betrokkenheid van de gemeenschap

Het realiseren van de duofiets was echter een uitdaging vanwege de kosten. Een dergelijke fiets is namelijk niet goedkoop. Daarom heeft de stichting verschillende fondsen aangeschreven en donaties ontvangen. De betrokkenheid van de inwoners van Laren was hierbij opmerkelijk en hartverwarmend te noemen. Door diverse groepen inwoners werden inspanningen verricht om het doel te bereiken. Jongeren van OJWL droegen hun steentje bij door middel van het ophalen van oud ijzer, de plaatselijke Rotary was betrokken, PLUS Beuzel zamelde statiegeldflessen in, de ondernemersvereniging kwam in actie en vooral tijdens de Larense kermis werd gul gegeven door middel van de flyers met QR code, waardoor het iedereen extra makkelijk gemaakt werd om een donatie te doen. Daarnaast konden kermisbezoekers konden hun consumptiemunten inwisselen voor

cash. “Dit stimuleert ons om door te gaan. De steun en inzet van de inwoners van Laren was doorslaggevend voor het succes van het dit project”, vertelt Henk enthousiast. Gera vult aan: “Wij willen iedereen die op wat voor manier dan ook heeft bijgedragen enorm bedanken.”

Selectie en uitvoering

Het proces van het selecteren van de duofiets werd zorgvuldig uitgevoerd, waarbij ervaringen van andere instellingen werden meegenomen. Hierdoor viel uiteindelijk de keuze op een model van firma Van Raam uit Varsseveld, een fabrikant van unieke aangepaste fietsen. Henk: “Leuke bijkomstigheid is dat de fiets door een Achterhoeks bedrijf gemaakt is”. Wat betreft de aankoop is er samen gewerkt met de Vrienden van 't Ruempol (een stichting met een vergelijkbare doelstelling voor woonzorgcomplex 't Ruempol).

Wat komt er eigenlijk allemaal kijken bij de aanschaf van een dergelijke fiets? “Daar komt van alles bij kijken, maar daar rol je vanzelf in”, aldus Henk. Gera: “Zoals gezegd, als we het doen dan doen we het goed, dus we hebben niet bezuinigd op extra's die een tochtje met de duofiets zo comfortabel en plezierig mogelijk maken”. Daardoor is de fiets uitgerust met een voetplateau, spiegels waardoor men goed om zich heen kan kijken, extra armleuningen, een mand voor persoonlijke bezittingen en is de stoel draaibaar waardoor bewoners vanuit hun rolstoel overgeplaatst kunnen worden

Het moge duidelijk zijn: Stichting Vrienden van De Hoge Weide en 't Talma staat er goed voor. Echter, men is altijd op zoek naar vrijwilligers en donateurs. Dit kan al door middel van een klein bedrag. Mochten lezers van Laren Magazine zich willen inzetten voor de bewoners en/of de stichting financieel willen steunen dan kunnen ze contact opnemen via info@vvhwt.nl.
Meer informatie: www.margaklompe.nl/vvhwt

in de duofiets. Gera licht toe: “Bewoners hoeven niet te fietsen, maar het kan wel. Ze hoeven geen kracht te zetten, kunnen hun voeten op de trappers plaatsen en meebewegen. De fiets is elektrisch en heeft een extra ondersteunende motor. Daardoor fietst de duofiets heel erg licht en kost het nauwelijks inspanning voor de begeleiders”. Naast het verkrijgen van de duofiets, werd ook een aanvullend initiatief ontplooid: het opknappen van een kunstwerk van een beschilderde koe. “Deze dient nu als fietshalte bij 't Talma”, aldus Henk.

“Nog een rondje?”

Op 23 maart jongstleden is de duofiets feestelijk in gebruik genomen. Een bewoner heeft samen met zijn broer de eerste rit mogen maken. Bij terugkomst werden de bestuursleden direct bevestigd in hun juiste keuze. “Zullen we nog een rondje maken?”, zei de meneer in kwestie opgetogen. “Onderweg herkennen bewoners plekken van vroeger, want we kunnen bijvoorbeeld langs het ouderlijk huis fietsen of andere belangrijke locaties uit iemands verleden”, legt Gera uit. “Ik voel weer de wind door mijn haren”, zei iemand bijvoorbeeld”, vervolgt Henk. “Het samen fietsen met een vrijwilliger of familielid is een mooie gezamenlijke activiteit en brengt andere en nieuwe gesprekken op gang. Mensen zien weer eens wat anders en ze zijn lekker buiten”, besluiten de bestuursleden tevreden.

Toekomstige projecten

Het succes van de duofiets smaakt naar meer voor de stichting. Ze kijken nu



De duofiets is mogelijk gemaakt door:



en vele andere particuliere donaties

naar toekomstige projecten, zoals het verbeteren van bewegingsmogelijkheden voor bewoners met bijvoorbeeld een interactieve hometrainer. “Mensen kunnen dan op hun eigen tempo bewegen en op het scherm fietst men virtueel door de omgeving”, verklaart Henk. Ook willen ze de binnentuin aanpassen om beter aan te sluiten bij de behoeften van de dementerende doelgroep. Een ander idee is een ‘beweeg box’ voor alle afdelingen met daarin materiaal waarmee bewoners basale oefeningen kunnen doen zoals tafelgym. “Alle beweging is goed”, aldus Gera.