

# Axxicom Courant

Nieuws van Axxicom Thuishulp | Nr. 10 | Lente 2024

OP DE KOFFIE BIJ  
MEVROUW KREELEKAMP  
EN BIJANKA

**'ALS IK THUIS KOM  
RUIK IK VAAK DE ZEE.  
DAN DENK IK:  
WAT RUIKT HET HIER  
TOCH LEKKER!'**

OMARM HET SEIZOEN

**Thuishulpen.  
Ons grootste goed!**

7 TIPS OM EXTRA VAN  
HET HUIDIGE SEIZOEN  
TE GENIETEN

 **Axxicom**

# 'Naar de haven! Daar ga ik geregeld vis halen'

Je kunt haar gerust een 'buitenmens' noemen. 'Heerlijk, om die zeelucht te ruiken.' En zelfs binnen in huis is ze een buitenmens. 'Ik slaap altijd met het raam open.' Maar op haar 88<sup>ste</sup> wordt mevrouw Edith belemmerd door een tweede heupoperatie. Veel van het buitenleven genieten in de lente is er nu even niet bij. 'Ik zit ook heerlijk op mijn weidse balkon.'

Begin jaren zestig verhuisde ze van Amsterdam naar de rand van Den Haag. 'Mijn man moest hier gaan werken. En dan verhuis je hè. Maar wat een verschil met Amsterdam was het in het begin! Vrouwen liepen hier in Scheveningen nog in klederdracht. En in het centrum van Den Haag kon je 's avonds een kanon afschieten.' Maar alles went, zelfs een verhuizing van Amsterdam naar

Den Haag. 'Oh ja hoor. Ik woon hier heerlijk, aan de rand van de duinen. Wat wil je nog meer? Als ik thuis kom ruik ik vaak de zee. Dan denk ik: wat ruikt het hier toch lekker!'

## **Tweede nieuwe heup**

Die momenten van thuiskomen zijn er het afgelopen jaar te weinig geweest. 'Heel weinig. Ik heb een heupoperatie gehad, mijn tweede nieuwe heup.

Daardoor kan ik slecht lopen. Nu loop ik iedere dag weer een klein stukje. Gisteren ben ik voor het eerst naar de stad geweest. Met de bus. Dat was al heel wat. Een belevenis! Maar dan denk ik ook: wat is het druk.'

## **'Ik ben dol op vis'**

Daarom is mevrouw ook graag thuis, waar ze sinds drie jaar op Bijanka van Axxicom Thuishulp kan rekenen. 'Ik lees veel. Koken



**'ALS IK THUIS  
KOM RUIK IK  
VAAK DE ZEE.  
DAN DENK IK:  
WAT RUIKT HET  
HIER TOCH  
LEKKER!'**

en bakken heb ik altijd leuk gevonden. En met Bijanka erbij red ik me wel. Ik ben het liefst thuis. Gelukkig heb ik nog een grote familie en kennissenkring.' En als het lopen weer wil vloten, dan is er ook weer gelegenheid voor haar favoriete wandeling. 'Naar de haven! Daar ga ik geregeld vis halen. Ik ben dol op vis.'

#### **Geen dubbele ramen**

Tot die tijd komt de lente gewoon

haar huis binnen. Letterlijk. 'Dit is een heel oud bovenhuis. met maar één kachel in de kamer. Het tocht aan alle kanten. Ik heb nooit dubbele ramen willen hebben. Iedereen zegt altijd: wat is het hier koud. Maar ik vind het zó gezond. 's Morgens zet ik altijd alle deuren open. Ook in de winter. Pas na twee uurtjes gaan de deuren dicht en gaat de kachel aan. Ik slaap ook altijd met het raam open.'

En om van het buitenleven te genieten hoeft mevrouw Edith niet eens de deur uit. 'Ik heb een heel weids balkon, vol met planten. Daar heb ik al heel wat buiten gezeten deze lente.'

# COLUMN

## Heerlijk, het buitenseizoen is weer geopend!

Voor mij is het net zoiets als een koe die in het voorjaar weer de wei in mag: het eerste terrasje pakken in de lente! Soms in een voorzichtig voorjaarszonnetje, vaak nog met de 'gehate' winterjas aan. Maar altijd met het idee dat die winter veel te lang heeft geduurd. Ook al heeft het deze lente vaker geregend dan het u en mij lief is: ik heb alweer wat terraservaringen achter de rug. En die smaken naar meer!



Ik hoop dat u ook alweer fijn van het buiten zijn hebt kunnen genieten. En nee, dat hoeft niet per se zittend op een terras te zijn. Liever niet zelfs, want beweging is goed voor lijf en leden. Niet alleen de lichamelijke gezondheid, ook geestelijk doet het u goed. Wist u dat bijvoorbeeld dat buiten zijn

zorgt voor een goed humeur? Zeker als het zonnetje schijnt voel je je al gauw gelukkig. En misschien komt u nog wel een bekende tegen voor een praatje.

Buiten zijn is ook de goedkoopste vitamine die er is. Want in de zon 'tankt' u automatisch vitamine D. En laat dát nou de vitamine zijn die ouderen vaak tekort komen. Zo, heb ik u voldoende gestimuleerd om straks de jas van de kapstok te halen en de deur achter u dicht te trekken? Veel plezier!

**Peggy Smeets,**  
Directeur Thuisdiensten

### NIEUWS

## Team Hollands Kroon Noord 1 in het zonnetje voor uitmuntende zelforganisatie



We hebben het team Hollands Kroon Noord 1 op 19 maart 2024 in het zonnetje gezet: het team organiseert de thuishulp helemaal zelf! Het team met als buddy Danielle Jansen pakt de gehele openstaande planning met elkaar op. Is een collega afwezig, bijvoorbeeld door ziekte of andere zaken? Er is

altijd vervanging voor de meest kwetsbare klanten, omdat een collega dit overneemt. Daarnaast is het inwerktraject voor nieuwe medewerkers nooit een probleem. Zij kunnen altijd meelopen met een collega. Een nieuwe medewerker voelt zich direct welkom in het team.

Als er een teambijeenkomst is, valt het op hoe groot de opkomst is. Niet verwonderlijk, want onze thuishulpen zien deze bijeenkomsten als een feestje. Twee keer per jaar overleggen de medewerkers met elkaar over situaties die extra aandacht verdienen. Ook weer om u en alle ander klanten nog beter van dienst te kunnen zijn.



## AXXICOM THUISSHULP HEEFT NU OOK EEN PREVENTIEAMBASSADEUR

Sinds dit jaar is regiomanager Esther van Dijk preventie-ambassadeur bij Axxicom Thuishulp. Als preventie-ambassadeur is Esther het aanspreekpunt als medewerkers vragen hebben over de arbeidsomstandigheden. Ook is zij het eerste aanspreekpunt voor de adviseur veiligheid vanuit Incluzio. Dan gaat het bijvoorbeeld over het in kaart brengen van risico's in het werk, over een gezonde werkhouding, de afwisseling van taken en de werkdruk. Esther bekijkt welke aandachtspunten er zijn en komt met maatregelen om dingen te verbeteren.

# THUISHULPEN. ONS GROOTSTE GOED!

**Weet u nog dat er vroeger elk jaar iemand aan de deur kwam om de meterstanden op te nemen? Gaat tegenwoordig allemaal automatisch, met die slimme meters. Zo zijn steeds meer taken overgenomen door computers en automatisering. In de supermarkten vervangen zelfscankassa's uw vertrouwde caissière. En de postbode komt ook nog maar een paar keer per week, omdat we tegenwoordig e-mailen.**

Bij Axxicom Thuishulp kunnen we echter niet zonder onze mensen. Ja, een robotstofzuiger zou de vloer kunnen doen. Maar de inzet van een robot-bedopmaker lijkt mij nog heel ver weg. Het zou ook maar ongezellig voor u worden, om uw hulp te moeten missen. Omdat onze mensen zo belangrijk zijn, vinden we waardering en aandacht voor hen niet meer dan normaal.

Maar vinden en doen is niet hetzelfde. In de praktijk is het soms best een uitdaging om iedereen de aandacht te geven die hij of zij nodig heeft. Ook omdat onze thuishulpen bij u thuis werken en niet zo vaak op een centrale plek bijeenkomen. Daarom zijn onze leidinggevenden zo belangrijk. Die aandacht en waardering voor onze hulpen begint bij hen.

## **'DIE MOMENTEN VAN RUST GUNNEN WE HEN NATUURLIJK - NET ZOALS U HET HEN GUNT.'**

In ons jaarplan staat aandacht voor onze medewerkers centraal. 'Verbinden en waarderen' is daarin een van de onderdelen. Daarmee willen we medewerkers meer werkplezier bieden. En ook onze waardering laten blijken voor hun dankbare werk. Voor de ene collega is dat een simpel telefoontje, zomaar om te vragen hoe het gaat. Voor de ander is dat een leuke activiteit met collega's.

Vier keer per jaar hebben we overleg met al onze teams. Ja, teams. Als thuishulp doe je je werk weliswaar zelfstandig. Maar je hebt bij Axxicom Thuishulp ook collega's in je team waar je een beroep op kunt doen. Zo'n bijeenkomst is er in de eerste plaats voor de gezelligheid, om elkaar te ontmoeten en je team beter te leren kennen.

Tegelijkertijd nemen we onze thuishulpen mee in alle ontwikkelingen. Wat gebeurt er binnen onze organisatie of ons werk dat zij moeten weten? Het is ook de plek om vragen te stellen waar thuishulpen mee rondlopen. Of om ervaringen uit te wisselen met collega's. Zo proberen we de betrokkenheid bij onze organisatie een zetje in de goede richting te geven. Ook al komen ze niet elke dag op kantoor, zoals ik.

Niet alleen wij waarderen onze thuishulpen. We weten ook dat bijna al onze klanten dat doen. Nog even en de tijd breekt weer aan waarop u merkt hoe zeer u aan uw hulp gehecht bent: tijdens de vakanties. Die momenten van rust gunnen we hen natuurlijk - net zoals u het hen gunt. Maar het betekent ook eventjes improviseren. Niet altijd is er meteen een invaller paraat. Zeker niet in deze tijden, waarin iedereen schreeuwt om personeel. Daarom vragen we u om een beetje medewerking. Hoe lastig dat soms ook kan zijn. En misschien kent u wel iemand die tijdelijk het werk van uw thuishulp kan overnemen. Of heeft u zelf al die robotstofzuiger in huis...

**Maarten Toornvliet**  
Manager Axxicom Thuishulp



## CLAUDIA GROENENDIJK, TEAMONDERSTEUNER

'Ik ben Claudia Groenendijk, 41 lentes jong en moeder van twee kinderen: Lorenzo van vijftien en Chloé van tien. Wij wonen sinds januari in Papendrecht. Sinds kort werk ik als teamondersteuner, en dit doe ik drie dagen in de week. En ik hoop veel te mogen leren bij Axxicom Thuishulp! Ik heb een enorme passie voor persoonlijke ontwikkeling, kunst en spiritualiteit. In mijn vrije tijd ga ik graag dagjes weg. En ik hou van eten, met name pizza. Naast mijn baan bij Axxicom Thuishulp ben ik ook graag druk met kunst.'



## SENNE BURGGRAAF, JUNIOR REGIOMANAGER

'Ik ben Senne Burggraaf. 22 jaar en sinds kort werkzaam bij Axxicom Thuishulp. Ik doe een traineeship bij Facilicom. Toen mij werd verteld over de functie bij Axxicom werd ik heel enthousiast. Ik dacht meteen: dit is echt iets wat bij mij past. Nu heb ik de functie van junior regiomanager. Ik heb het erg naar mijn zin en leer elke dag nieuwe dingen. In mijn vrije tijd vind ik het heerlijk om lekker uit eten te gaan, zoals sushi of tapas, en leuke dingen te doen met vriendinnen. Ook vind je mij in mijn vrije tijd vaak op de tennisbaan of in de sportschool.'

# 7 tips om extra van het huidige seizoen te genieten

## 1 LENTE

Da's een uitnodiging om eens wat vaker naar buiten te gaan. Wandelend, met de fiets, met de rollator of wat dan ook. Hoort u die vogeltjes fluiten? Als het wandelen buiten moeizamer gaat, kunt u de gordijnen opendoen en het zonlicht naar binnen laten stromen.

Zo kunt u toch van binnenuit genieten van het buitenleven.

## 2 Er is weer groente en fruit van eigen bodem!

Mmm...asperges, spinazie, radijsjes, aardbeien, rabarber: lekker en gezond, want tjokvol vitamines en mineralen. Zo kunt u ook weer lekker variëren met het eten op tafel.



## VERGEET DE KRAAN NIET

Voorkom uitdroging nu het warmer wordt. En genoeg water drinken is niet alleen goed voor het lichaam, ook voor de geest.

## 4

### Probeer eens wat anders

Probeer eens iets wat u nog nooit hebt gedaan. Misschien yoga, tuinieren of weer eens dansen? Let maar op, de lente brengt weer nieuwe energie mee.



## Nachtrust

Maak genoeg nachtelijke uurtjes. Het is 's morgens al vroeg licht, misschien wordt u ook wel eerder wakker. Maar zorg ervoor dat u voldoende rust neemt.

## 6 Heerlijk die lentezon!

Maar neem wel op tijd maatregelen om verbranding van de huid te voorkomen. De zon heeft in de lentemaanden al flink kracht. Insmeren!



## ONTSPANNING

En denk altijd om uw ontspanning. Neem bijvoorbeeld de tijd voor een goed boek.



# Puzzel: win een cadeaubon van € 50!

Weet u de oplossing van deze kruiswoordpuzzel? Mail 'm vóór vrijdag 28 juni naar [axxicomcourant@axxicom.nl](mailto:axxicomcourant@axxicom.nl) of stuur 'm per post naar Antwoordnummer 46196, 1060 WB Amsterdam (postzegel is niet nodig). Wie weet wint u een cadeaubon van € 50. **Laat u ons weten wat u daarmee zou doen?**

Breng letters uit de puzzel over naar de hokjes met hetzelfde nummer.

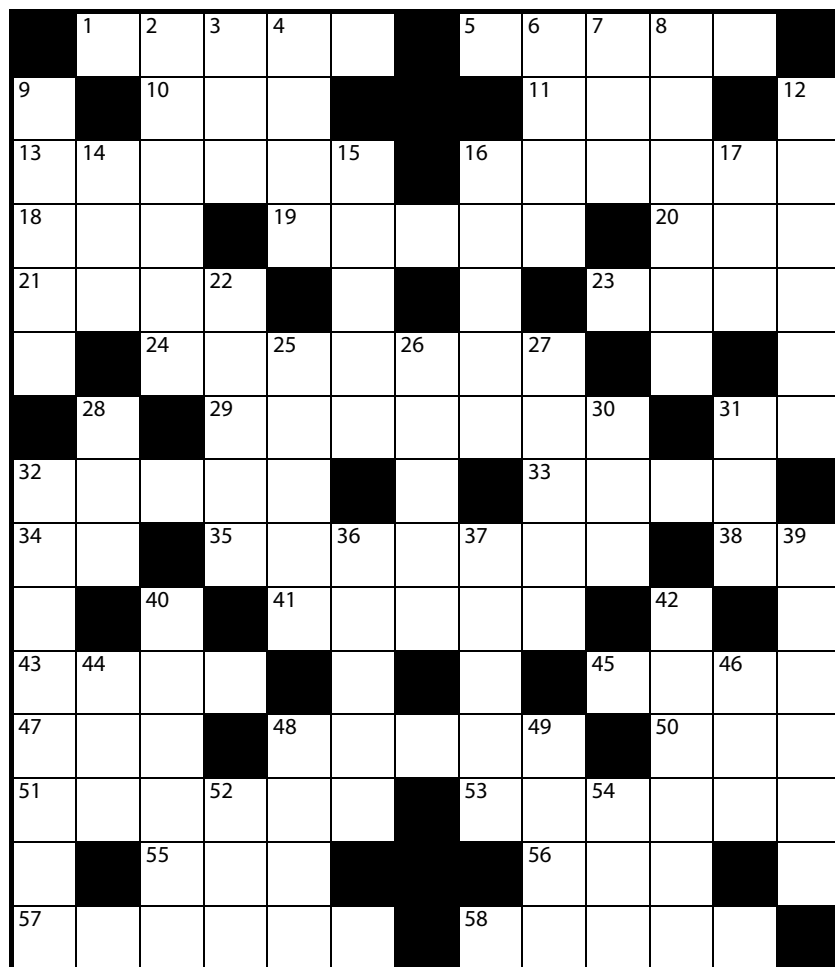
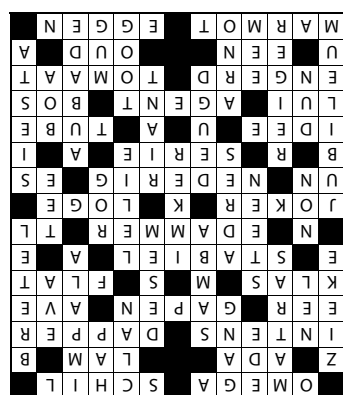
## Horizontaal:

**1** Griekse letter **5** bast v.e. vrucht **10** gravin van Holland **11** jong schaap **13** hevig **16** onverschrokken **18** voordat **19** geeuwen **20** wees gegroet **21** groep leerlingen **23** hoogbouw **24** gelijkmatig **29** kaassoort **31** buislamp **32** speciale speelkaart **33** slaper **34** United Nations **35** onderdanig **38** loofboom **41** aaneenschakeling **43** ingeving **45** metalen kokertje **47** werkschuw **48** vertegenwoordiger **50** bundel **51** griezel **53** rode vrucht **55** getal **56** op leeftijd **57** huisdier **58** landbewerking.

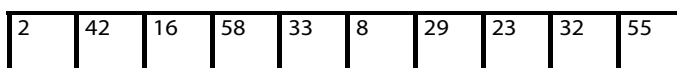
## Verticaal:

**2** onderbed **3** pl. in Gelderland **4** hal **6** Schotse stam **7** beet **8** herkauwer **9** patiënt **12** draagband **14** troefkaart **15** Braziliaanse dans **16** zuurdeeg **17** eerste vrouw **22** kei **25** woonplaats **26** bijenhouder **27** bloem **28** kloosterzuster **30** kraakbeervis **31** afslagplaats bij golf **32** feestelijke herdenking **36** goede eigenschap **37** vrolijk en bekoorlijk **39** middagslaapje **40** visetende vogel **42** muzikale hulde **44** zeer vloeibaar **46** halsbont **48** riv. in Italië **49** barmeubel **52** water in Utrecht **54** insect.

Oplossing:



© [www.puzzelpro.nl](http://www.puzzelpro.nl)



## GEFELICITEERD!

De winnaar van de puzzel is deze keer mevrouw M.C. Schilderis. Ze is onlangs 93 jaar geworden en heeft puzzelen als hobby. Van harte gefeliciteerd! Het bloemetje en een cadeaubon ter waarde van € 50 zijn met een brede lach in ontvangst genomen.



**Colofon** Axxicom Courant nr. 10, herfst 2023. De Axxicom Courant is een uitgave van Axxicom Thuishulp

**Redactie:** Milou Geutjes, Barbette Koerselman en Stefan Koeiman, [redaxxicom@axxicom.nl](mailto:redaxxicom@axxicom.nl)

**Eindredactie:** Jan Luyendijk **Vormgeving:** MediaCenter Rotterdam **Druk:** MediaCenter Rotterdam

**Distributie:** wordt verzonden naar alle klanten van Axxicom Thuishulp.

